

DAUGAVPILS UNIVERSITĀTE

Daugavpils Universitātes
Izglītības un vadības fakultātes

3. zinātniski praktiskās konferences

“LAIMĪGS BĒRNS DROŠĀ VIDĒ”

un 4. zinātniski praktiskās konferences

“DARBS DARA DARĪTĀJU”

metodiskie materiāli:

praktiskā pieredze izglītībā

DAUGAVPILS UNIVERSITĀTES
AKADĒMISKAIS APGĀDS „SAULE”

2018

Apstiprināts Daugavpils Universitātes Studiju padomes sēdē 2018. gada 15. februārī, protokols Nr. 5.

Drelinga, E., Zariņa, S. (red.). Daugavpils Universitātes Izglītības un vadības fakultātes 3. zinātniski praktiskās konferences “LAIMĪGS BĒRNS DROŠĀ VIDĒ” un 4. zinātniski praktiskās konferences “DARBS DARA DARĪTĀJU” metodiskie materiāli: praktiskā pieredze izglītībā. Daugavpils: Daugavpils Universitātes Akadēmiskais apgāds “Saule”, 2018. 132 lpp.

Redaktores:

Mg.paed., lektore Elga Drelinga

Dr.paed., docente Sandra Zariņa

Recenzentes:

Dr.paed., DU profesore Elfrīda Krastiņa

Dh P, DU profesore Dzintra Iliško

Mg.paed., Vienības pamatskolas direktore Edīte Zdanovska

Kontaktinformācija:

DU Izglītības un vadības fakultāte, Pedagoģijas un pedagoģiskās psiholoģijas katedra

Parādes 1- 221, Daugavpils, Latvija, LV-5401

e-pasts: zpk_2016@inbox.lv

Mājaslapa: <http://duzpk.mozello.com/>

SATURS

<i>Irēna Kokina, Elga Dreliņa, Sandra Zariņa, Dzintra Iliško</i> LAIMĪGS BĒRNS DROŠĀ VIDĒ: PSIHOLOĢISKI PEDAGOĢISKAIS SKATĪJUMS.....	4
1. PIEDERĪBA.....	12
1.1. <i>Viktorija Apolione, Jeļena Badjanova</i> MĀCĪT IZJUST LEPNUMU PAR LATVIJU 6–7 GADUS VECIEM BĒRNIEM PROJEKTU NEDĒĻAS „MANA DĀVANA LATVIJAI” IETVAROS	13
1.2. <i>Sintija Vigule</i> DIDAKTISKĀS SPĒLES 3. KLASES SKOLĒNU NACIONĀLĀS IDENTITĀTES STIPRINĀŠANAI.....	33
1.3. <i>Anita Verbicka, Jeļena Badjanova</i> PROJEKTI 4. KLASES SKOLĒNU SASKARSMES PRASMJU ATTĪSTĪBAI.....	44
2. MOTIVĀCIJA, PAŠVĒRTĒJUMS, PANĀKUMI.....	57
2.1. <i>Evita Skrimble</i> INTEGRĒTIE KOMBINATORIKAS UZDEVUMI 4. KLASES SKOLĒNIEM	59
2.2. <i>Alina Viršuta</i> MATEMĀTIKAS UZDEVUMI – SPĒLES 5–6 GADUS VECĀM MEITENĒM UN ZĒNIEM.....	66
2.3. <i>Karīna Gomola</i> DIDAKTISKĀS SPĒLES MATEMĀTISKO PAMATPRASMJU NOSTIPRINĀŠANAI 1. KLASES SKOLĒNIEM	74
2.4. <i>Elīna Škutāne, Larisa Silova</i> TĪŠĀS UZMANĪBAS ĪPAŠĪBU ATTĪSTĪBA PEDAGOĢISKAJĀ PROCESĀ PIRMSSKOLĀ	81
2.5. <i>Ingrīda Zeļenkova</i> MĀJAS DARBI PAŠIEM MAZĀKAJIEM	89
3. DROŠĪBA	92
3.1. <i>Nadīna Ļahoviča</i> DROŠĀ VIDĒ BĒRNA DZĪVĒ. BĪSTAMĀS SITUĀCIJAS	93
3.2. <i>Irina Zeņina, Rainelda Muižniece</i> IEROSMES KLASES AUDZINĀŠANAS STUNDĀM – „INTERNETS – DRAUGS VAI DRAUDS?”	104
3.3. <i>Olga Bolhovitina, Aija Žuromska</i> PET – TERAPIJA UN TĀS LOMA BĒRNA ATTĪSTĪBĀ.....	117
3.4. <i>Tatjana Dobrovolska, Marija Oļehnoviča</i> BĒRNU ZOBU VESELĪBAS DAŽĀDĪ ASPEKTI	127

LAIMĪGS BĒRNS DROŠĀ VIDĒ: PSIHOLOĢISKI PEDAGOGISKAIS SKATĪJUMS

*Dr. psych. Irēna Kokina, Mg. paed. Elga Drelinga, Dr. paed. Sandra Zariņa,
Dr.PH. Dzintra Iliško (Daugavpils Universitātes docētāji)*

Abstrakts

Pasaulē un arī Latvijā tiek veikti pētījumi par Laimi. Tiek meklēts laimīgo cilvēku procentuālais daudzums, skaidroti nosacījumi, kādos cilvēks kļūst laimīgs, pētīta laimīgu cilvēku dzīves kvalitāte. Docētājiem, nākamo skolotāju skolotājiem ir nozīmīgs bērns skolā un vide, kas viņu dara laimīgu. Tāpēc tika veikts salīdzinošais pētījums, kurā skolotājiem (n=60), sākumskolas skolēniem (n=167) un skolēnu vecākiem (n=296), jautājām, kad skolēni skolā jūtas laimīgi. Veicot kvalitatīvo datu analīzi, tika izdalīti laimes izjūtas kritēriji: *Panākumi, Piederība, Drošība, Pašvērtējums, Drošība*. Tika secināts, ka skolotāji pārliecināti, ka svarīgi skolēna laimei ir mērķtiecīgā darbā gūti panākumi, tikai tad seko piederība, drošība, spēja adekvāti pašam sevi izvērtēt. Lielākā daļa vecāku minēja, ka bērnu laimes pamatā ir panākumi un drošība, tikai tad - piederība. Turpretī skolēni visbiežāk atzīmēja, ka viņu laimes pamatā ir piederība skolas kolektīvam un ģimenei, nozīmīgi ir arī panākumi un adekvāts pašvērtējums, komentēja, ka viņu panākumi ir tad, kad vecāki un skolotāji ir apmierināti ar viņu sniegumu. Pētījumā iesaistītajām grupām ir atšķirīgi priekšstati par to, kas bērnu padara laimīgu. Varētu būt, ka vecāki un skolotāji rada vidi, kurā bērni sacenšas, gūst panākumus, iepriecina pieaugušos un izliekas laimīgi.

Atslēgas vārdi: *laimīgs bērns, piederība, pašvērtējums, drošība, centieni, panākumi.*

Ievads

Bērns atnāk uz skolu/ bērnu dārzu cerību un uzticības pārpilns, jo viņš te pavada savas dzīves daudzus un nozīmīgus gadus. Bērns atnāk ar savu dzīves pieredzi, priekšstatu par labo un ļauno, savām stiprajām un ne tik stiprajām pusēm. Katru bērnu izglītības iestādē parasti sagaida ar lielu atbildības sajūtu un arī ar bažām, jo bērni taču tik atšķirīgi un tik ļoti atšķirīga ir viņu dzīves pieredze..

Dotajā pētījumā pakavēsimies pie nosacījumiem, kas jāievēro, lai skolēns atrodos skolā, justos labi un būtu laimīgs.

Laime ir plaši lietots jēdziens. Viennozīmīgi definēt to nav iespējams. Tipiskākās sadzīvīskās situācijās sastopamies ar viedokli, ka laime ir saistīta ar prieka izjūtu. Atskatoties uz seno grieķu izcilajiem domātājiem, nākas atzīt, ka, piemēram, Aristotelis par laimīgu uzskatīja tādu cilvēku, kurš dzīvo tikumīgi un viņa darbi ir labi un cēli. Šodien laimes izpratne saistāma ar ilgtspējīgumu un cilvēkcienu dzīves veidu, - tas ir labs tāpēc, ka var veicināt savu un citu labklājību, vai "cilvēks dzīvo labi un dara labu" (*Michalos, 2007*). Bieži laimi skaidro kā vienu

no labklājības rādītājiem. Daudzi psihologi laimes rādītājus saista ar hedoniskiem pārdzīvojumiem (pamatojoties uz cilvēku vajadzībām), patīkamām emocijām, un uzskata, ka tie ir saistīti ar tādiem dzīves aspektiem kā dzīves mērķis, autonomija (*Henricksen & Stephens, 2013*). Pietiekoši liels pētījumu skaits laimi saista ar veselību, attiecībām, veikspēja (*Lybomirsky et al., 2005*). Lybomirsky laimes izjūtu saista arī ar sabiedriskumu, dzīves mīlestību, paša cilvēka pozitīvu pašvērtējumu un izjūtu, ka viņu pozitīvi uztver arī citi cilvēki. Viņš izstrādāja tādu laimes modeli, kas ietver sevī arī ģenētiskā faktora ietekmi kā vienu no noteicošajiem, taču būtiskāko lomu piešķirot cilvēka domām un darbībām visā viņa dzīves garumā. Daudzi mūsdienīgāki pētījumi norāda uz nepieciešamību laimes izjūtu cilvēkam saistīt ar viņa un dabas attiecībām kā rādītāju pilnvērtīgai un saskaņotai dzīvei. Piemēram, tādi zinātnieki, kā Nisbis, Zeļenskis u.c., nepārprotami apgalvo, ka cilvēkam, liedzot atrašanos dabā, viennozīmīgi, var laupīt laimes izjūtu (*Nisbit, Zelenski & Murphy, 2010*).

Atbilstoši citu autoru atziņām, piemēram, M. Čīksentmihaji (*Csikszentmihalyi, 1999*), cilvēks vislabāk jūtas plūsmas jeb optimālās pieredzes stāvoklī. Plūsma pēc viņa uzskatiem, ir stāvoklis, kurā cilvēks ir pilnībā iegrimis kādā aktivitātē, viņš ir fokusējies un gūst panākumus (*Csikszentmihalyi, 1990*). Šādu plūsmas pārdzīvojumu var sasniegt, ņemot vērā sekojošus plūsmas pārdzīvojuma pazīmes: prasmju atbilstība veicamajai darbībai, koncentrēšanās uz ierobežotu stimulu apjomu, skaidri izvirzītiem mērķiem, atgriezeniskai saitei, darbības procesa norisei pilnīgas pārņemšanas par konkrēto darbību izjūtā, pilnīgai notiekošā kontrolei, saplūšanai ar veicamo darbu un laika uztveres izmaiņām. Ņemot vērā M. Čīksentmihaji apgalvojumus, ka plūsmas stāvokli apzināti sasniegt nav iespējams, tad vienīgais, ko cilvēki varētu darīt, lai izjūtas būtu atbilstošas, ir likvidēt šķēršļus plūsmas jeb optimālās pieredzes izjūtas sasniegšanai.

Izglītības pieredze ir īpaši ietekmīga katra cilvēka dzīvē, kur laime ir saistīta ar skolēnu apmierinātību ar skolas kultūras attiecībām ar skolotājiem un kolēģiem un patieso darbošanās motivāciju (*UNESCO, 2016*). Izglītība tiek uzskatīta par dzīves neatņemamu sastāvdaļu, katram cilvēkam dodot iespējas atbilstošu darbību rezultātā sasniegt sevis realizāciju, atklājot savu potenciālu. Skolas situācijā visas iesaistītās puses – gan vecāki, gan skolotāji, gan skolu administrācija vēlas garantēt bērniem būt laimīgam, jo bērniem ir tiesības tādiem būt un izbaudīt savu dzīvi skolā, izmantojot pozitīvu mācīšanās vidi, pozitīvas skolotāju skolēnu attiecības un stabilu un drošu piederības izjūtu. Taču, bieži nākas saskarties ar situāciju, kad laimes izjūta no vecāku puses ir stipri vienkāršota, proti, ja lūdzam vecākiem atbildēt uz jautājumu, kas viņu izpratnē bērnam nozīmē būt laimīgam, nereti ir dzirdamas atbildes, ka „Laime” ir saistīta ar „Veselību”, „Domāšanas prasmēm”, „Sasniegumiem”, „Prasmēm”, „Matemātiku”, u.tml., kas

neapšaubāmi ir vienkāršots priekšstats par laimi. Vairāki pētījumi (*Fredrickson & Branigan, 2005; Čukurs, Reis, Impett, & Asher, 2004*) uzsver, ka pozitīvā gaisotne skolā veicina radošu domāšanu, bet negatīvs noskaņojums veicina tikai kritisku un analītisku domāšanu. Abi režīmi domāšanas attīstībai ir būtiski, bet, tā kā jaunieši pavada 35 stundas nedēļā skolā, tad tie vistiešākā veidā ir saistīti ar laimes un apmierinātības izjūtu pieredzi. Pētījumi pierādīja, ka cilvēki labā noskaņojumā, visticamāk, pārdzīvo jaunas situācijas, sadarbojoties ar citiem cilvēkiem un īstenojot jaunus mērķus (*Carver, 2003*). Drošu un komfortablu vidi ļauj paplašināt intelektuālie, sociālie un materiālie resursi. Laimīgs un veiksmīgs cilvēks pastāvīgi vairo savu pieredzi, balstoties uz pozitīvām emocijām. Pozitīvas emocijas, prieks, apmierinājums, entuziasms, kā arī nezūdoša interese rada laimes sajūtu. Būtiski mēģinājumi pārveidot izglītības sistēmu tika nosprausti ANO dekādes izglītības ilgtspējīgai attīstībai 2005-2014 (*UNESCO, 2005*), ar mērķi: „integrēt visā izglītības sistēmā tādus mācību principus, vērtības un praksi, kas būtu orientēti uz ilgtspējīgas attīstības stratēģiju” (*UNESCO, 2005, 6*) un tādējādi veicinot laimi visiem bērniem.

UNESCO (2016) ziņojumā par Āzijas-Klusā okeāna izpēti tika veikts pētījums, kurš atklāja laimīgas skolas 22 rādītājus, kuri apkopoti trīs galvenajos faktoros: vieta (silta un labvēlīga mācību vide, laba veselība, skolas vīzija un vadība), cilvēki (attiecības, cieņa pret dažādību, pozitīva atmosfēra un uz sadarbību orientētas vērtības, skolotāju darba apstākļi, skolotāju prasmes un kompetences), un process (kopīga darba un sadarbības garu uzturoša gaisotne, brīvība un radošums, ārpusskolas pasākumi, mācīšanās komandās starp skolēniem un skolotājiem, variējot mācību saturu).

Pētījums

Daugavpils Universitātes Izglītības un vadības fakultātes Pedagoģijas un Pedagoģiskās psiholoģijas katedras docētāji 2015.- 2016.gadā veica pētījumu, ar mērķi noskaidrot, kad bērns jūtas laimīgs. Pētījumā iesaistītie skolotāji (n=100), sākumskolas skolēni (n=167) un sākumskolas skolēnu vecāki (n=296) no sava viedokļa tika aicināti atbildēt uz vienu jautājumu: Kad bērns jūtas laimīgs? Katrs pētījuma dalībnieks aprakstīja 3 situācijas.

Balstoties uz M. Ārgaila (2003) laimes traktējumu kā apmierinātību ar dzīvi pārdzīvojuma stāvokli, kopējo refleksīvo savas pagātnes un tagadnes novērtējumu un pozitīvo pārdzīvojumu biežumu, kā arī viņa ieskicēto laimes izjūtas noteicošo faktoru izpaušmēm, piedāvātā raksta autori savā pētījumā izvēlējās sekojošus laimes izjūtas faktorus atbilstoši pētāmās grupas

specifikai: piederība (*belonging*), t.i. piederības izjūtu pārdzīvojumi un atbalsts no nozīmīgo cilvēku puses, īpaši akcentējot ģimenē izveidojušās attiecības un tuvas draudzīgas attiecības ar vienaudžiem; pašvērtējums (*self evaluation*); panākumi (*success*), īpaši tie, kurus novērtējuši un publiski izteikuši nozīmīgie citi; centieni (*aspiration*) sasniegt izvirzītos mērķus, kā arī drošības izjūta (*safety*), kas mūsdienu cilvēkiem ir tik ļoti nepieciešama. Šāda faktoru izvēle ir saskanīga arī ar M.Seligmana (*Seligman, 2002*) izstrādāto laimes formulu: respektīvi, ka laime sastāv no individuālā diapazona kā arī ārējo apstākļu un gribas kontroles summas, kur individuālais diapazons tiek saistīts ar ģenētiski noteikto laimes līmeni, ārējie apstākļi tiek saistīti ar ģimeni, draugiem, ikdienas darbībām un gribas kontroli - atbilstoši kā uz noteiktu mērķi virzītām darbībām, kuras realizējamas gribas piepūles rezultātā.

Analizējot atbildes, var saskatīt atšķirības skolotāju, skolēnu un vecāku viedokļos.

PANĀKUMI

Panākumi palīdz apzināties gan savas stiprās, gan vājās puses. Regulāri apstiprinot skolēnu panākumus, var stiprināt viņos pārliecību, ka viņi paši spēj regulēt savu dzīvi, ka panākumi ir atkarīgi no pašiem. Šāda pārliecība aktivizē skolēnu pozitīvo potenciālu. Tā ļauj aizkavēt garīgu "iztukšošanos" kā arī „neveiksmnieka sindroma” rašanos. Katrs panākums rosina vēlmi ieguldīt vēl lielākas pūles, lai sasniegtu nākamo vēl augstāku panākumu sliekšni. Panākumus kā laimes priekšnoteikumu visaugstāk vērtē vecāki (37%), nedaudz mazāk (28%) – skolotāji un tikai (25%) skolēnu.

Panākumus vecāki saista ar mācību sasniegumiem: „...labām atzīmēm”, „...radošu darbību, ...aktīvu darbu”, „...paveiktu uzdevumu”, „...dienu bez nepatikšanām”.

Skolotāji bērnu panākumus saista ar zināšanu prasmju pilnveidi: „...apgūtu vielu”, „...izpildītu mājas darbu” un retāk ar „...labām atzīmēm”.

Skolēni jūtas laimīgi, kad ir iepriecinājuši skolotājus un vecākus. Viņi apgalvo, ka ir laimīgi, ja „...skolotāja ir priecīga”, „...ja mamma redz, ka man veicas”, atzīmē arī „...kad uzkrājas zināšanas” un „...veicas kontroldarbos”.

PIEDERĪBA

Piederības faktors tika skatīts kā iespēja skolēniem justies piederīgam sev nozīmīgiem cilvēkiem, kā arī būt piederīgiem noteiktai grupai, kuras darbībā viņi ir iekļāvušies. Skolēniem ir jājūtas cienītiem no apkārtējiem, it sevišķi attiecībās, kas viņiem ir jo sevišķi svarīgas. Viņi jūtas atzīti un novērtēti. Īpaši svarīgi, lai šādā grupā viņi sajustu palāvību, uzticību un patstāvīgās

izpausmes. Piederību kā laimes priekšnoteikumu visaugstāk vērtē skolēni (29%), nedaudz mazāk (24%) – skolotāji un tikai (18%) vecāki.

Skolēni līdzīgi kā skolotāji uzsver ģimenes nozīmi, ka jūtās laimīgi, ja „...kad mājās ir visi – tētis un mamma”, kad „...eju mājās”. Uzsver arī to, laimīgi var būt tad, „...kad apkārt draugi”, „...kad mācos ar labiem klases biedriem un jauku skolotāju”, „...kad skolā kopīgi svētki”. Augstu skolēni novērtē arī sadarbību ar skolotāju, viņi jūtas laimīgi, ja skolotājs ir „...saprotošs”, „...uzmudrinošs”, „...priecīgs”, „...foršs”, „...labs”, „...uzdod īsus mājas darbus”. Skolēni grib skolotāju redzēt kā cilvēku, kurš „...arī kļūdās.”

Skolotāji atzīmē, ka skolēni ir laimīgi, ja „...ģimenē ir labas attiecības”, „...kad saņem palīdzību no vecākiem, skolotājiem un klases biedriem”, kad ir „...draugi, uz kuriem var paļauties”.

Vecāki domā, ka piederīgi skolai bērni ir tad, „...kad ir interesanti ārpusstundu pasākumi”, „...kad uzdots īpašs pienākums”, kad „...labas attiecības ar skolotājiem” un „...draudzīga, saprotoša klase”.

PAŠVĒRTĒJUMS

Pašvērtējums tiek skatīts kā iespēja adekvāti apzināties sevi – savas lomas, attiecības un izjust sevi kā individualitāti, apzinoties savas stiprās un vājās puses, savu pārliecības un savas vērtības. Adekvāta pašvērtējuma attīstība nozīmē to, ka skolēni sevi izjūt kā vērtību. Tai pašā laikā skolēniem piemīt iekšēja pretestība, kas neļauj šaubīties par savām spējām un vilties sevī. Bez tam, skolēni ar adekvātu pašvērtējuma izjūtu ir mazāk uzņēmīgi pret negatīvā stresa ietekmi, kas parasti liedz darboties produktīvi. Pašvērtējumu kā laimes priekšnoteikumu visaugstāk vērtē skolēni (24%), nedaudz mazāk (17%) – skolotāji un tikai (13%) vecāki.

Skolēni domā, ka ir laimīgi, „...kad ir pārlicināti par sevi”, „...kad prezentē projektu”, arī tad, „...kad daudz mājas darbu”, „...kad piedalās interešu pulciņos”, „...kad ir priecīgi, apmierināti.” Atzīmē, ka ir laimīgi sportā, baseinā (n=42), mūzikā, deju pulciņā (n=12), matemātikas stundā (n=7), valodu stundās (n=5).

Skolotāji domā, ka tad, „...kad izjūt, ka viņš ir labs un kārtīgs cilvēks”, „...kad skolēni piedalās olimpiādēs, iegūst vietas” un kad „...saņem uzslavas, kas palīdz celt viņa pašcieņu”.

Vecāki uzskata, ka bērns ir laimīgs „...kad bērns var nodarboties ar sportu, mūziku un citām „...patīkamām lietām”, „...kad darbojas radoši” un „...piedalās pasākumos”, „...kad nebaudās kļūdīties”.

DROŠĪBA

Drošai mācību videi ir raksturīgi skaidri zināmi noteikumi, visiem pieņemamās lomas, ka arī skaidri aprakstītas tiesības un pienākumi. Drošības izjūtu klasē sekmē skaidrība un noteiktība. Katrs skolēns tad jūtas ērti un droši grupā, kad pamatnoteikumi un prasības ir zināmi un pieņemti. Tikai tas, kas jūtas droši, var atļauties riskēt, eksperimentēt un arī kļūdīties. Drošība nozīmē arī pašāvēību un uzticību. Drošību kā laimes priekšnoteikumu augstāk vērtē vecāki (19%), nedaudz mazāk (16%) – skolotāji un tikai (15%) skolēnu.

Vecāki atzīst ka bērni ir laimīgi, ja „...nav konflikti ģimenē” un dienas režīms sakārtots tā, lai varētu „...laicīgi ierasties skolā”. Skolā laimīgi, ja „...skolotāja adekvāti reaģē” un „...neviens neapsaukājas”. Liela daļa vecāku atzīmē, ka bērnu laime ir saistāma ar to, vai viņi ir „...ir paēduši”.

Skolotāji domā, ka bērni ir laimīgi, ja ģimenē var justies drošībā: „...kad labi apstākļi”, „...kad vecāki mierīgi un draudzīgi” un nejūtas bērns „...vientuļš un bezpalīdzīgs”. Atzīmē arī to, ka nepieciešami „...draugi, uz kuriem var paļauties”.

Skolēni apgalvo, ka bērna laimes pamatā ir tas, vai „...neviens nekaujas, ...nepazemo, ...nekliedz”, kad atrodas „...skolotāju uzraudzībā”, kad zina, ka „...grūtā brīdī kāds palīdzēs”.

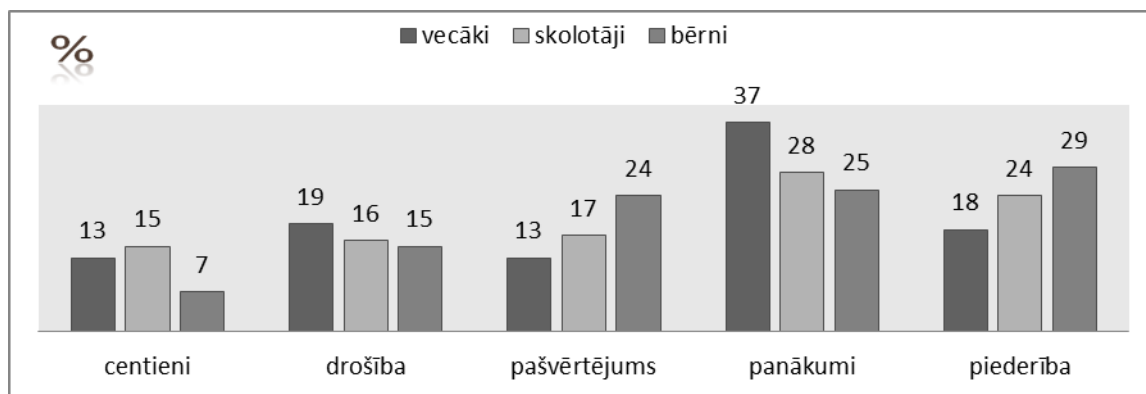
CENTIENI

Skolēnam ir jāapzinās mācību mērķi, savukārt skolotājam jācenšas šo mērķi akcentēt, uzturēt šī mērķa skaidrību, lai būtu pēc kā tiekties. Centienu trūkums noved pie pasivitātes un neticības saviem spēkiem, savukārt, centieni sniedz nemitīgu pašmotivāciju. Skolēni, kas reāli vēlas kaut ko sasniegt, un ir izjutuši savu centienu rezultātus, parasti prot izvirzīt sev mērķus, viņi nosaka arī tos līdzekļus, kas noved līdz vēlamajam rezultātam un ir gatavi pieņemt padomus savu mērķu īstenošanai. Motivētas darbības kā laimes priekšnoteikumu visaugstāk vērtē skolotāji (37%), nedaudz mazāk (13%) – vecāki un tikai (7%) skolēnu.

Skolotāji domā, ka skolēni laimīgi tad, ja „...ar piepūli sasniedz pozitīvu rezultātu kontroldarbā vai testā”, „...kad darba temps saskan ar klases darba tempu”, „...kad sanāk labi izrēķināt, izprast, izdarīt”, „...kad ar visu var tikt galā”.

Vecāki domā, ka labi ir, ja „...ir gatavs stundām” un „...skolā pavadītā diena sniedz pozitīvas emocijas un gandarījumu”.

Skolēni uzskata, ka ir laimīgi tad, kad „...iemācos visu, ko ieplānoju” un arī „...kad atnāku uz skolu”.



1.att. Skolotāju, skolēnu un skolēnu vecāku viedokļi par faktoriem, kas bērniem ļauj justies laimīgiem

Vairākos zinātniskajos atzinumos uz doto brīdi nav viennozīmīga, vispārpieņemta laimes definējuma. Taču neskatoties uz to, ka pastāv milzīgs daudzums laimes skaidrojumu koncepciju, līdz šim nav skaidri definēti priekšstati par laimi, kā arī vienots instrumentārijs laimes izjūtas diagnosticēšanai.

Laiques pētījumi uz šodienu ir balstīti uz subjektīvām laimes izjūtām tās daudzveidīgajos saturiskajos ietvaros. Taču, balstoties uz to, ka laime ir saistīta ar subjektīvo labklājību, kas interpretējama kā sarežģīts sociāli psiholoģisks veidojums, kas iekļauj sevī gan emocionālos, kognitīvos, kā arī konatīvos komponentus, kuri attīstās sociāli psiholoģiskās darbības rezultātā personībai demonstrējot reālas attieksmes pret apkārtējās realitātes objektiem, ir skaidrs, ka būtiska nozīme laimes izjūtas intensitātē un apzināšanā ir skolēnu personības attīstībā iesaistīto citu personību (vecāku, skolotāju u.c.) psiholoģiskajiem raksturojumiem (uzvedības stratēģijām, vērtībām, pārliecībām, attieksmēm u.c.).

Secinājumi

Balstoties uz veikto empīrisko pētījumu, varam secināt, ka visām pētāmo grupām būtu nepieciešami nemītīgi pilnveidoties, pašiem pieņemot lēmumu: būt laimīgiem šeit un tagad, esot darbības procesā, plūsmā, kas sasaucas ar M. Čīksentmihaji atziņām. Tādā veidā, vecāki un skolotāji, kļūstot laimīgāki, kļūtu motivētāki, mainītu savus ieradumus un attieksmes. Savukārt bērni, kļūstot laimīgāki, vairāk izjustu atbalstu, un patiesi izjustu sevi kā vērtību.

Izmantotā literatūra

- Argyle, M. (2003). Causes and Correlates of Happiness, In D. Kahneman, E. Diener, & N. Schwarz (Eds). *Well being: The foundations of hedonic psychology*, 353-373.
- Carver, C. S. (2003). Pleasure as a sign you can attend to something else: Placing positive feelings within a general model of affect. *Cognition and Emotion*, 17, 241-261.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. New York: Harper and Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1999). If we are so rich, why aren't we happy? *American Psychologist*, 54, pp. 821-827.
- Dockery, A.M (2010). Education and happiness in the school to work transition. Australia: ENCEVER, Retrieved from: <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED509308.pdf>
- Fredrickson, B.L. & Branigan, C. (2005). Positive emotions broaden the scope of attention and thought-action repertoires, *Cognition & Emotion*, 19, 313–332
- Gable, E.L., Reis, H.T., Impett, E.A. & Asher, E.R. (2004) What do you do when things go right? The intrapersonal and interpersonal benefits of sharing positive events, *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 228–245.
- Henricksen, A., Stephens, C. (2013). The Happiness – enhancing activities and positive practices inventory (HAPI): Development and Validation. *Happiness Studies*, 14, 81-98.
- Lybomirsky, S., King, L, & Diener E., (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131(16), 803-855.
- Michales, A. C. (2007). Education, Happiness, and Well Being. Proceedings of the the International Conference: ‘Is happiness measurable and what do those measures mean for public policy?’, Rome, April 2-3, 2007, University of Rome: Joint Research Centre of the European Commission, OECD, Centre for Economic and International Studies.
- Nisbit, E.K., Zelenski, J. M., & Murphy, S.A. (2010). Happiness is our nature: Exploring nature readiness as a contributor to subjective well-being. *Happiness Studies*, 12, 303-322.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic Happiness*. New York: Free Press.
- UNESCO (2016). *Happy School. A Framework for Learner Well-being in the Asia Pacific*. Bangkok: Asia-Pacific Bureau, Retrieved from: <http://unesdoc.unesco.org/images/0024/002441/244140e.pdf>
- UNESCO (2005). *International Implementation Scheme, United Nations Decade of Education for Sustainable Development (2005-2014)*, Paris: UNESCO Education Sector UN Decade of Education for Sustainable Development, 2005-2014.

1. PIEDERĪBA

Piederība ir uz kopības izjūtu balstīta iekšēja tieksme, apzināšanās būt piederīgam kādai sabiedrībai, būt nepieciešami saistītam ar šo kopumu, līdzatbildīgam kopīgu mērķu sasniegšanā, atbildīgam par citiem šī kopuma locekļiem, kopīgo nākotni. Piederība var tikt skatīta dažādās dimensijās.

Lai veicinātu piederības sajūtu skolotājs klasē:

- veicina draudzīga kolektīva veidošanos – aicina saskatīt labo vienam otrā, organizē sarunas rīta aplī un pēc padarītā darba;
- veido mācību vidi, kur lietu vide, cilvēkresursi un garīgie apstākļi ir orientēti uz katra bērna pašcieņas attīstību un sevis apzināšanos, kā kolektīva sastāvdaļu; organizē noskaņojuma noteikšanu;
- organizē kolektīvo darbu veikšanu, tie visuzskatāmāk parāda, ka katra darbiņš ir neliels, bet saliekot kopā - izskatās iespaidīgi.

Atgādina vecākiem, ka bērns jūtas laimīgs, ja ir piederīgs ģimenei:

- ģimenē vienlīdzstipri mīl visus savus bērnus;
- bērnu audzina citu bērnu sabiedrībā;
- iesaista lēmumu pieņemšanā;
- organizē kopīgus pasākumus.

Mācīt izjust lepnumu par valst 6-7 gadus veciem bērniem tiek skatīta Viktorijas Apoliones un Jeļenas Badjanovas piedāvātajā projektā nedēļas „Mana dāvana LATVIJAI” aprakstā. Sintija Vigule uzskata, ka sākumskolas skolēni vislabāk mācās rotaļājoties. Tāpēc piedāvā didaktiskās spēles 3. klases skolēnu nacionālās identitātes stiprināšanai. Anita Verbicka un Jeļena Badjanova rakstā “Projekta 4. klases skolēnu saskarsmes prasmju attīstībai” parāda, kā skolēnu pētījumus izmantot, lai vairotu piederības sajūtu savai pilsētai.

1.1. MĀCĪT IZJUST LEPNUMU PAR VALSTI 6–7 GADUS VECIEM BĒRNIEM PROJEKTU NEDĒĻAS „MANA DĀVANA LATVIJAI” IETVAROS

Viktorija Apolione (Daugavpils 29. poļu pirmsskolas izglītības iestāde, skolotāja)

Jeļena Badjanova (Dr.paed., Daugavpils Universitāte, docente)

Abstrakts

Latvijas pirmsskolas izglītības iestādēs projekts ir diezgan populāra mācību organizācijas forma. Pedagogi organizē projektus vienu vai arī divas reizes mācību gadā. Rakstā tiek apkopots didaktiskais materiāls pozitīvas attieksmes pret valsti veidošanā 6–7 gadus veciem bērniem projektu nedēļai „Mana dāvana Latvijai”. Visas projekta aktivitātes tika integrētas ikdienas rotaļnodarbībās un arī ārpusnodarbību aktivitātēs: pastaigas, pēcpusdienas laika darbs. *Raksta mērķis:* iepazīstināt skolotājus ar izstrādātajiem un aprobētajiem uzdevumiem 6–7 gadus veciem bērniem veidot piederības izjūtu valstij projektu nedēļas „Mana dāvana Latvijai” ietvaros. Teksta pilnā versija ir lasāma Viktorijas Apaliones bakalaura darbā (2016) „Didaktiskais materiāls 6–7 gadus veciem bērniem pozitīvas attieksmes pret valsti veidošanai projektu nedēļas „Mana dāvana Latvijai” ietvaros.”

Ievads

Latvijā pašlaik sabiedrība pievērš uzmanību patriotiskajai un pilsoniskajai audzināšanai. Valsts izglītības satura centrs izglītības procesa pilnveidei mācību un audzināšanas darbā izvirzījis šādas galvenās prioritātes: stiprināt audzēkņu patriotismu, valstisko apziņu, īstenot pasākumus/projektus ģimenes, dzimtas, novada/pilsētas un valsts piederības stiprināšanai un patriotisma veicināšanai, sekmēt cieņu pret Latvijas valsti, tautu, tās kultūru un tradīcijām (VISC, 2012).

Daudzi pētnieki (Boša, 1991; Dunska, 2009) norāda, ka mūsdienu globalizācijas apstākļos itin bieži tiek aizmirst savas valsts vēsture un tās vērtības. Pēc I. Dunskas (2009) bērna pozitīva attieksme pret dzimteni veidojas uz jūtu pamata, kuras atkarīgas no bērna emocionālās pasaules uztveres. Pārdzīvojumi, emocijas valsts svētkos, tautas tradīciju pasākumos bērnam stiprina patriotisko apziņu un piederību savai valstij. Autores arī atzīst, ka, lai sāktu veidot bērniem pozitīvu attieksmi pret valsti, jāorganizē svinīgi pasākumi, jo gatavošanās svētkiem un to svinēšana labāk nekā citas aktivitātes rada iespēju integrēt programmas saturu, darba formas un metodes.

N. Kočkina (Кочкина, 2013) grāmatā „Projektu metode pirmsskolas iestādēs” aprakstīja galvenos soļus jeb projekta secību. Autores noteica projekta četrus soļus:

1. solis – *tēmas izvēle*. Tas ir pirmais skolotāja solis projekta sākumposmā. Pirmajā projekta fāzē pedagogs formulē tēmu, projekta mērķus, uzdevumus un pamatojumu, balstoties uz problēmas aktuālītāti.

2. solis – *tā ir izvēlētās tēmas nedēļas tematiskā plānošana*. Skolotājs katru dienu plāno bērnu darbību, kas ietver sevī visus bērnu darbības veidus – rotaļnodarbības, spēles, rotaļas, praktiski-izzinošo darbu, eksperimentus, runas-māksliniecisكو darbību, komunikāciju.

3. solis – *ir praktiskā daļa*. Bērni pēta, eksperimentē, meklē, darbojas, rada. Lai aktivizētu bērnu domāšanu skolotāja piedāvā risināt problēmsituācijas, rēbusus, mīklas, tā attīstot vēlmi domāt, izzināt, atklāt pašam ko jaunu.

4. solis – *ir projekta prezentācija*. Tā var tikt organizēta dažādos veidos, atkarībā no bērnu vecuma un projektu tēmas – noslēguma rotaļnodarbība, viktorīnas, tematiskie svētki, albuma noformēšana, fotoizstādes, mini muzejs, avīzes, grāmatas, teātra uzvedums.

Raksta turpinājumā tika aprakstītās aktivitātes 6-7 gadus veciem bērniem pozitīvas attieksmes pret valsti veidošanai projektu nedēļas „Mana dāvana Latvijai” ietvaros.

Didaktiskais materiāls

Raksta autore ir izveidojušas 1. tabulu, kur ir sagrupētas visas izstrādātās un adaptētās projekta aktivitātes.

1.tabula. Didaktisko materiālu pozitīvas attieksmes pret valsti veidošanā iekļaušana projektu nedēļas „Mana dāvana Latvijai” ietvaros

Rotaļnodarbību veids, darba forma	Rotaļnodarbību, aktivitāšu nosaukumi
Pirmdiena, otrdiena, trešdiena, ceturtdiena, piektdiena	
Sociālās zinības un ētika	„Baibas dzimšanas diena”
Vizuālā māksla (veidošana)	„Sakta”
Ārpusnodarbību darbs: ekskursija	„Mana pilsēta Daugavpils – pagātne un tagadne”
Ārpusnodarbību darbs: pēcpusdienas laiks	Didaktiskā spēle: “Iepazīsti Latvijas novadus”
Latviešu valoda	„Miķeli - Maize”
Ārpusnodarbību darbs: pēcpusdienas laiks	Didaktiskā spēle: „Latviešu rakstu zīmes”
Mājturības un tehnoloģijas (rokdarbi)	„Ziemassvētku puzuri”
Matemātika	„Ceļojums ar Meteni”
Ārpusnodarbību darbs: pastaiga	Sporta pasākums: „Spēles ar Meteni”

Ārpusnodarbību darbs: pēcpusdienas laiks	Didaktiskā spēle: „Mana Latvija”
Latviešu valoda	„Jāņu svētki”
Ārpusnodarbību darbs: pastaiga	„Kā elpo Latvijas koki?”
Ārpusnodarbību darbs: pēcpusdienas laiks	Mājturība un tehnoloģijas (mājturība): „Latvijas zāļu tēja ar latvju zīmēm”.

ROTAĻNODARBĪBA SOCIĀLAJĀS ZINĪBAS UN ĒTIKĀ:

„BAIBAS DZIMŠANAS DIENA”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- veidot priekšstatu par dzimšanas dienas svinību sagatavošanu un svinēšanu: sevis uzpošanu, uzvedību viesos, dāvanas sagatavošanu;
- vingrināt nosaukt pieklājīgas uzvedības noteikumus.

Nepieciešamie resursi: Multiplikācijas filma „SI – SI - DRA”, dators, dažādas lietas grozā.

Rotaļnodarbības gaita:

Bērni sasveicinās, dziedot rīta dziesmiņu „Nu ir visi sanākuši te”.

Skolotāja visiem pastāsta, ka šonedēļ – 18. novembrī – svinēsim mūsu valsts dzimšanas dienu. Skolotāja jautā, kā sauc valsti, kurā mēs dzīvojam.

Skolotāja: Noskaidrojām, ka mēs visi dzīvojam Latvijā. 18. novembrī mūsu Latvijai būs 97 gadi. Pirmsskolā un arī visā valstī būs lieli svētki.

Grupā ierodas Baiba, kura vēlas nosvinēt arī savu dzimšanas dienu kopā ar bērniem.

Pēkšņi grupā ierodas nekārtīgs Miša, sveic Baibu dzimšanas dienā un saka: „Še tev dāvana!” Dāvana ir pavirši iesaiņota, Miša uzvedas nepieklājīgi, pieprasa cienastu. Baibai ir kauns par savu ciemiņu. Viņa lūdz bērnus palīdzēt iemācīt Mišam, kā uzvesties svinībās.

Skolotāja piedāvā bērniem noskatīties multiplikācijas filmu „SI - SI - DRA” (<https://www.youtube.com/watch?v=LnwmtRyhufs>).

Pēc multiplikācijas filmas noskatīšanās bērni kopā ar skolotāju runā par pieklājību, kā jāuzvedas viesībās. Skolotāja aicina bērnus palīdzēt Mišam, pastāstot, kā pareizi gatavoties svētkiem – dzimšanas dienas svinībām.

Bērni aplūko dažādas lietas grozā, izvēlas, ko varētu dāvināt Baibai, un ieliek dāvanu maisiņā. Bērni kopā ar skolotāju rūpīgi iesaiņo Mišas dāvanu. Skolotāja piedāvā Mišam vēlreiz apsveikt Baibu dzimšanas dienā un pieklājīgi uzdāvināt dāvanu. Bērni pārbauda, vai Miša visu dara pareizi.

Skolotāja pievērš bērnu uzmanību dāvanu sagatavošanai pirms doties ciemos vai apsveikt jubilāru. Pārrunā dāvanu izvēli: Ko varam uzdāvināt? Ko vajag uzzināt par jubilāru pirms dāvanu izvēlēšanās? Kāpēc ir svarīgi meklēt dāvanu katram jubilāram individuāli? Bērni izsaka savas domas. Dalās viens ar otru pieredzē par dāvanu meklēšanu un izvēli.

Skolotāja: Bērni, jūs jau zināt, ka 18. Novembrī mūsu Latvijai būs dzimšanas diena un mums visiem jau šodien jāpadomā par dāvanu savai Dzimtenei. Nedēļas laikā jums kopā ar vecākiem, vai vecvecākiem būs uzdevums: līdz piektdienai pašiem izgatavot dāvanu savai valstij – Latvijai. Piektdienā, Latvijas dzimšanas dienas svētkos, jums būs iespēja izteikt novēlējumus un uzdāvināt dāvanu Latvijai. Tāpēc lai pareizi izvēlētos dāvanu mums ir nepieciešams vēl labāk iepazīt Latviju. Es ar lielu prieku aicinu jūs doties ceļojumā pa Latviju.

ROTAĻNODARBĪBA VIZUĀLAJĀ MĀKSLĀ (VEIDOŠANĀ) „SAKTA”

Mērķis: Izziņas interešu veidošana par Latviju un savu dzimto pilsētu.

Uzdevumi:

- paplašināt bērnu zināšanas par latviešu tautas tērpiem;
- mudināt atrast un nosaukt latvju zīmes tērpos.

Nepieciešamie resursi: Plastilīns, paliktnis, izstādei – latviešu tautas tērpi.

Rotaļnodarbību gaita:

Sprīdītis aicina visus apskatīt izstādi. Izstādē izvietoti latviešu tautas tērpi. Skolotāja iepazīstina bērnus ar latviešu rakstu elementiem. Bērni apskata lietas, pārrunā, kas tur redzams, lielāku uzmanību pievēršot saktām. Sprīdītis mudina bērnus arī pašiem no plastilīna izveidot saktu.

Skolotāja skaidro darbības secību: 1) Plastilīnu sadalīt gabaliņos un izmīcāt. 2) Plaukstās vai uz galda izvirpināt bumbiņu. 3) No bumbiņas izritināt garu spageti, no kura veidot saulīti. 4) Rotāt ar punktiņiem, gliemezīšiem, vilnīšiem.

Bērni sāk darbu.

Bērni gatavos darbiņus novieto rindā uz grīdas, pēc tam ar Sprīdīti kopā tos aplūko un pārrunā, kā veicies, kur bijuši, kādus darbiņus darījuši utt.

Sprīdītis visiem sagādājis pārsteigumu – svētku salūtu! (Pudelītē iebērti sīki papīra gabaliņi. Sprīdītis tos uzšauj gaisā, izveidojot svētku salūtu). Sprīdītis atvadās no bērniem un pamudina visus Latvijas dzimšanas dienā kopā ar vecākiem skatīties lielo svētku salūtu.

ĀRPUSNODARBĪBU EKSKURSIJA

„MANA PILSĒTA DAUGAVPILS – PAGĀTNE UN TAGADNE”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- paplašināt bērnu zināšanas par dzimto pilsētu – Daugavpili;
- mudināt bērnus patstāvīgi nosaukt redzamos pieminekļus, ēkas, dabas objektus;
- pēc vecās Daugavpils attēliem vingrināt atbildēt uz jautājumu „Kas tas ir?”, „Kā tagad izskatās šis piemineklis, dabas objekts, šī ēka?”

Nepieciešamie resursi: Vecā Daugavpils attēli.

Ekskursijas gaita:

Bērni kopā ar skolotājām dodas ekskursijā pa tuvāko apkārtni. Iespējami dažādi maršruti:
1) Daugavpils Universitāte (jaunais korpuss); 2) Dubrovina parks; 3) Daugavpils Universitāte (vecais korpuss), parāda arī Raiņa krūšutēlu; 4) A. Pumpura skvērs; 5) Centrālais – Vienības laukums. Skolotājas iepazīstina bērnus ar Vienības nama atrašanās vietu, Latvijas Centrālo bibliotēku un teātri; 6) Daugavpils X pirmsskolas izglītības iestāde.

Skolotājas rāda senus Daugavpils attēlus. Bērni salīdzina kā šī vieta izskatījās pagātnē un tagad.

ĀRPUSNODARBĪBU PĒCPUSDIENA

DIDAKTISKĀ SPĒLE: “IEPAZĪSTI LATVIJAS NOVADUS”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- atkārtot Latvijas novadus;
- rosināt saklausīt un izdalīt skaņas vārda sākumā;
- piesiet attiecīgā novada burtus!;
- piesiet attēlu noteiktā secībā, kas sākas ar skaņām, kādas ir novada nosaukumā;
- piesiet novada pilsētu, kas tajā atrodas (*skat.1.att.*);
- vingrināt sīko pirkstu muskulatūru.

cimdiem Jumja zīmi. Visi kopā pārbauda. Grupā ienāk Saimniece (otra skolotāja tērpusies tautastērpā), skandina tautas dziesmu „Saulīt silta, zemīt laba”.

Saimniece: Labrīt, bērni! Es esmu dzirdējusi, kā jūs šodien esat runājuši par Miķeļiem. Miķeļos galvenais ēdiens ir maize, tāpēc es atnācu pie jums ciemos, lai pastāstītu par maizes cepšanas tradīciju. Vai jūsu vecāki vai vecvecāki mājās cep maizi? Bērni atbild. Saimniece piedāvā bērniem noskatīties video materiālu par maizes cepšanas tradīcijām, lai bērni zinātu, kā to darīja vecmāmiņas. Tiek rādīts video ieraksts “Maizes cepšana” (<https://vimeo.com/20055708>). Saimniece uzdod jautājumus pēc video ieraksta noskatīšanās. Bērni atbild uz jautājumiem.

Saimniece: Maizes ceļš no grauda līdz kukulītim ir tāls. Es aicinu jūs pievērst uzmanību šiem priekšmetiem (*rāda bildes*). Saimniece skaidro katra priekšmeta nozīmi.

Saimniece: Varbūt jūs zināt, no kādiem miltiem cep maizi? Bērni izsaka savas domas.

Saimniece piedāvā bērniem mēģināt atšķirt labības graudus. Bērni mēģina nosaukt un atšķirt labības graudus (rudzi, kvieši, mieži, auzas).

Saimniece: Jūs esat malači! Labi pastrādājāt, tāpēc man ļoti gribētos jūs pacienāt ar maizi.

Bērni nogaršo maizi un kopā ar Saimniecei atkārto, no kādiem miltiem cep maizi.

ĀRPUSNODARBĪBU PĒCPUSDIENA

DIDAKTISKĀS SPĒLES: „LATVIEŠU RAKSTU ZĪMES”, „LATVIEŠU RAKSTU ZĪMES”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- vingrināties atšķirt un nosaukt ornamentus cimdiņos;
- vingrināties iegaumēt ornamentus;
- paplašināt vārdu krājumu (skujiņa, jumis, saulīte, mēnestiņš, Māras krusts, Ūsiņš, Zalkts);
- vingrināties no dabas materiāla izlikt ornamentu 1) pēc parauga; 2) pēc atmiņas;
- attīstīt konstruktīvo domāšanu, uzmanību, attīstīt atmiņu.

1. variants „Cimdiņi”: Kartona cimdiņi izrotāti ar sēkliņām. Bērni vingrinās atšķirt un nosaukt ornamentus cimdiņos. Saliec ornamentu: Bērnam no sloksnītēm vai dabas materiāla (sēkliņām, pupiņām, sīkiem akmentiņiem) piedāvā izveidot dažādus ornamentus, sākumā vienkāršākus pēc parauga, vēlāk - sarežģītākus.

2. variants “Kur ir zeķu pāra otra pusīte?": Vadītājs katram bērnam piedāvā izvēlēties zeķi. Ieslēdz mūziku, visi izklīst pa telpu un dzied:

Mēs esam rakstainas zeķītes,

Mēs esam skaistas zeķītes,

Bet, kur ir otra zeķīte,

Mēs tūlīt to meklēsim.

Vadītājs izslēdz mūziku – visi meklē zeķi ar tādu pašu ornamentu.

ROTAĻNODARBĪBA MĀJTURĪBĀ UN TEHNOLOĢIJĀS „ZIEMASSVĒTKU PUZURI”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai. Nostiprināt cieņu pret latviešu tautas tradīcijām.

Uzdevumi:

- paplašināt bērnu zināšanas par Ziemassvētkiem;
- nostiprināt zināšanas par Ziemassvētku svinēšanas tradīcijām;
- mudināt no salmiem uztaisīt puzuri.

Nepieciešamie resursi: Diegi, šķēres, niedres.

Rotaļnodarbību gaita:

Skolotāja: Bērni, mēs jau esam runājuši par Miķeļiem un Mārtiņiem. Bet kādus svētkus mēs svinam ziemā? Bērni atbild.

Skolotāja: Šodien mēs runāsim par Ziemassvētkiem un Meteņiem.

Bērni apsēžas pusaplī. Skolotāja lūdz bērnus pastāstīt, ko viņi zina par svētkiem - Ziemassvētkiem. Skolotāja stāsta bērniem par Ziemassvētkiem, pievēršot bērnu uzmanību Ziemassvētku rotājumiem telpās. Stāsta, kā cilvēki rotāja telpas, lai atvairītu ļauno un piesaistītu senču spēku. Raksturīgi telpu greznojumi Ziemassvētkos ir no salmiem gatavoti piekari – puzuri. (Skolotāja demonstrē puzurus). Kamēr kāds puzurs kustas istabā, nekas ļauns nevar notikt, tāpēc skolotāja aicina bērnus uztaisīt savu puzuri, lai viņu mājās vienmēr būtu laime. Skolotāja skaidro darbības secību:

- 1) paņemam garu diegu (lai tā pietiktu vienam puzurim) un sveram četras niedres.
- 2) paņemam vēl divus, uzveram uz diega un otro pievienojam blakus malai un nostiprinām. Izdarām tā vēlreiz tikai otrajā pusē.
- 3) uzveram vienu un savienojam virsotnē kopā un tad paņemam vēl vienu un savienojam malējā virsotnē. Tad pagriežam otrādi, kur jau ir divi uzvērti un izdarām tāpat.

Skolotāja: Cik skaisti puzuri mums sanāca! Malači! Cik mums ir jautri! Ziemassvētkos ķekatnieki gāja no vienas mājas uz otru, lai nestu svētību, aizdzītu nelaimes un slimības. Tieši

jautrais masku gājiens, dziesmas, dejas un trokšņošana padara šos svētkus tik jautrus, tāpēc es aicinu jūs rotaļā „Zaķi un Lācis”.

Rotaļa „Zaķi un Lācis”

Šajā spēlē ir viens lācis, pārējie – zaķi. Visi zaķi sasieti pa pāriem ar kreisajām kājām kopā. Tā sasietiem, zaķiem jācenšas pēc iespējas ātrāk tikt prom no lāča, kurš cenšas zaķus noķert.

ROTAĻNODARBĪBA MATEMĀTIKĀ „CEĻOJUMS AR METENI”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai. Nostiprināt matemātiskās prasmes.

Uzdevumi:

- rosināt nosaukt *skaitļa kaimiņus*;
- vingrināt nosaukt pāra un nepāra skaitļus;
- vingrināt atpazīt ģeometriskas formas pēc to pazīmēm;
- mudināt veikt elementāras saskaitīšanas un atņemšanas darbības, risināt teksta uzdevumus.

Nepieciešamie resursi: katram bērnam ciparu un ģeometrisko figūru komplekts, papīra lapas, bļodas, rūtiņu lapas, aploksnas ar ciparu šabloniem, lielo ciparu komplekts, priekšmetu attēli teksta uzdevumu risināšanai.

Rotaļnodarbību gaita:

Bērni stāv aplī. Skolotāja pastāsta bērniem, ka viņi šodien dosies nelielā ceļojumā.

Uz galda atrodas kartiņas ar cipariem, bērni pieiet un ņem pa vienai kartiņai. Skolotāja jautā bērniem, kuram kartiņā ir cipars 6 un vairāk, tad tiem jāapstājas pa labi no viņas, bet kuriem cipari mazāki par 6, tad tiem jāapstājas pa kreisi. Pēc tam nosauc ciparus 6 un 3. Bērni, kuri pareizi atradīs savus pārus, var iet uz Matemātikas Valsti.

Ieejot Matemātikas Valstī, bērnus satiek Metenis. Metenis stāsta par sevi un aicina bērnus izpildīt dažādus uzdevumus.

- 1) Katram bērnam tiek iedots ciparu komplekts ar cipariem no „0” līdz „10”. Bērniem vajag veidot ciparu virkni augošā secībā. Tad bērni izvēlas sev kādu kartiņu ar ciparu no 0 līdz 10. Skolotāja nosauc kādu ciparu un bērns, kuram ir kartiņa ar tādu ciparu, iziet priekšā. Pēc tam skolotāja prasa pārējiem bērniem padomāt un iziet tiem, kuriem ir kartiņas ar *skaitļu kaimiņiem*.
- 2) Katram bērnam iedots papīrs un ģeometrisko figūru komplekts (riņķis, trijstūris, kvadrāts, taisnstūris, ovāls). Bērni uz papīra izliek figūras pēc skolotājas norādījuma: „Ievietojiet apli pa vidu, trijstūri augšējā labajā stūrī u.tt.”

3) Metenis saka bērniem, ka ceļojums turpinās diezgan ilgi, tāpēc ir laiks ieturēt maltīti un galvenais cienasts ir vārītas pupas. Bērni pieiet pie galda, kur atrodas papīra pupas, uz kurām ir sarakstīti piemēri. Uz blakus galda atrodas bļodas ar cipariem. Atrisinot piemērus, bērnam šī pupa jāieliek tajā bļodā, uz kuras ir norādīts piemēra atrisinājums.

Pēc tam Metenis piedāvā bērniem mazliet atpūsties. Bērni brīvi sastājas uz paklāja un uzmanīgi klausās, kādu ciparu nosauks Metenis. Ja ir nosaukts pāra skaitlis, tad vajag pietuption, ja nepāra, tad jāsasit plaukstas.

4) Katram bērnam ir savs ciparu komplekts. Skolotāja uz tāfeles uzliek lapu ar priekšmetu attēliem. Tad uzdod bērniem jautājumu: „ko viņi tur redz?” (3 zili baloni un 2 sarkani baloni. Bērni, izmantojot savus ciparu komplektus, risina teksta uzdevumus).

Metenis paziņo bērniem, ka viņiem jau ir laiks doties mājās, bet kājām tas ir garš ceļš. Bērni ar mieru viņam palīdzēt. Bērni pilda skolotājas norādījumus: „viens solis pa labi, trīs soļi pa kreisi, 2 soļi atpakaļ, 4 soļi pa labi, 5 soļi pa kreisi”. Mēs esam mājās! Mājās Metenis saka bērniem, ka viņi ilgi, veiksmīgi strādāja kopā un tagad visiem vajag atpūsties un papriecāties par labajiem rezultātiem. Metenis piedāvā kustību rotaļu „Desmit mazi pirkstiņi danco uz galvas”.

Metenis: Atvadoties es pāršu jūs ar slotiņu lai jūs neesat sliņķi. Tā ir Meteņdienas tradīcija.

ĀRPUSNODARBĪBU PASTAIGA. SPORTA PASĀKUMS: „SPĒLES AR METENI”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- pilnveidot soļošanas un skriešanas iemaņas, mainot virzienus: pa apli, taisnā virzienā;
- vingrināt orientēšanos laukumā, pārkārtoties komandās, līnijā, aplī;
- rosināt aktīvi piedalīties kustību rotaļās, ievērot rotaļu noteikumus.

Personāži: Saimniece, Metenis, Meteņa tēvs.

Inventārs, atribūti: Žagaru buntītes, 2 maisi, virve.

Pasākuma gaita:

Meteņa tēvs un budēļi dzied dziesmu „Vizu, vizu, Metenīti”.

Visiem budēļiem rokās ir ar ko izpērt bērnus, ja šajā dienā pēriena dabūs, to vasarā dunduri un odi nekodīs.

Metenis: Sveika, saime, vai ķekatniekus, pārticības un veiksmes nesējus, gaidījāt?

Saimniece, skolotāja, bērni: Gaidījām, gaidījām!

Metenis: Mēs esam tālu nākuši un nosaluši, gribam sasildīties! Un stāsimies visi rindā!

Deja „Šekumskreja”. Visa rinda sadodas rokās: ar vienu roku satver aizmugurē stāvošā roku, stiepjot savu roku caur kājstarpi atpakaļ, bet ar otru satver priekšā stāvošā roku. Tā skrien visi reizē.

Metenis: Meteņdienā jāspēlē veiklības un atjautības spēles.

Budēļi aicina visus rotaļās:

- 1) sadalīties divās grupās un lēkt, iekāpuši maisos;
- 2) mērot spēkus virves vilkšanā;
- 3) visiem jāskrien pa apli un katram jāķer priekšā skrejošais. Kam pieskaras, tas stājas no apļa laukā. Skrējēju paliek aizvien mazāk un mazāk.

Metenis: Nu gan labi esam sasildījušies. Saimniec, vai tu cienastu arī esi sarūpējusi?

Saimniece: Protams, jo Meteņa mielastam ir jābūt bagātīgam.

Saimniece visus cienā ar pīrāgiem.

ĀRPUSNODARBĪBU PĒCPUSDIENA DIDAKTISKĀ SPĒLE: „MANA LATVIJA”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- pilnveidot zināšanas par Latviju, tās dabu;
- attīstīt prasmi darboties kolektīvā saskaņā ar citiem, realizējot noteiktu uzdevumu.

Nepieciešamie materiāli: laukums Latvijas kontūras formā uz grīdas (*skat.2.att.*), liels metamais kauliņš, jautājumi par Latviju.

Bērni pēc kartas izmet metamo kauliņu un pa spēles laukumu iet tik soliņus uz priekšu, cik parādījis metamais kauliņš. Paņem jautājumu vai attēlu un nolasa to (jautājumu nolasīt var palīdzēt skolotājs). Bērns saka jautājuma atbildi. Pārējie spēles dalībnieki uzmanīgi klausās, vai atbilde ir pareiza. Ja spēles dalībnieks atbild pareizi uz jautājumu, viņš paliek savā vietā. Ja nē, iet vienu lauciņu atpakaļ. Kad jautājums ir atbildēts vai nav pareizi atbildēts, metamo kauliņu met otrais spēles dalībnieks un atbild uz uzdoto jautājumu.

Spēles jautājumi:

- 1) Kā sauc novadu, kurā tu dzīvo?
- 2) Norunā kādu latviešu tautasdziesmu!
- 3) Nosauc Latvijas kaimiņvalstis!
- 4) Kuri putni dzīvo Latvijā?

(Attēli ar dažādiem Latvijā sastopamiem putniem, kā arī attēli ar papagaiļiem, pingvīniem u.c. putniem, kuri nav pie mums dabā sastopami.)

- 5) Kas ir Latvijas galvaspilsēta?
- 6) Pie kādas jūras ir Latvija?
- 7) Kā sauc mūsu Valsts prezidentu?
- 8) Kādi simboli ir Latvijas valstij?
- 9) Vai Latvijā ir metro?
- 10) Kādā valodā mēs runājam? *(Ar skolotāju pārrunā, kādās valodās vēl runā uz pasaules, varbūt kāds var pateikt kādu vārdu citā valodā.)*
- 11) Kāds piemineklis ir Rīgas centrā?
- 12) Kurš no šiem karogiem ir Latvijas valsts karogs? *(Skolotāja parāda dažādu valstu karogus.)*
- 13) Kā sauc vietu, kur mēs dzīvojam, kur ir mūsu bērnu dārzs?
- 14) Kādas Latvijas pilsētas tu zini?
- 15) Kura no šīm kartēm ir Latvijas valsts karte? *(Skolotāja parāda trīs Baltijas valstu kartes.)*
- 16) Kura ir Latgales lielākā upe?
- 17) Nosauc galvenos gadskārtu svētkus, kurus atzīmē latviešu tauta!
- 18) Kura no šīm latvju rakstu zīmēm ir Māras krusts? *(Skolotāja parāda dažādu latvju rakstu zīmes)*
- 19) Nosauciet Latvijas novadus.
- 20) Kāds ir Latvijas himnas nosaukums?
- 21) Kā sauc pilsētu, kur atrodas šis pils? *(Skolotāja parāda attēlu ar pili)*
- 22) No kādiem miltiem cep maizi?
- 23) Kādi ir raksturīgi telpu greznojumi Ziemassvētkos?
- 24) No kādām jāņuzālēm līgotāji veido pušķus?
- 25) Kādi koki aug Latvijā? Nosauc skuju kokus, nosauc lapu kokus!
- 26) Kādi dzīvnieki dzīvo Latvijas mežos?
- 27) Kāda ir visgarāka Latvijas upe?
- 28) Kad Latvijai ir dzimšana diena? Nosauc datumu.
- 29) Pasaki, kaut ko labu par Latviju, nodziedi dziesmiņu Latvijai.



2. attēls. Didaktiskā spēle: „Mana Latvija”

ROTAĻNODARBĪBA LATVIEŠU VALODĀ „JĀŅU SVĒTKI”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

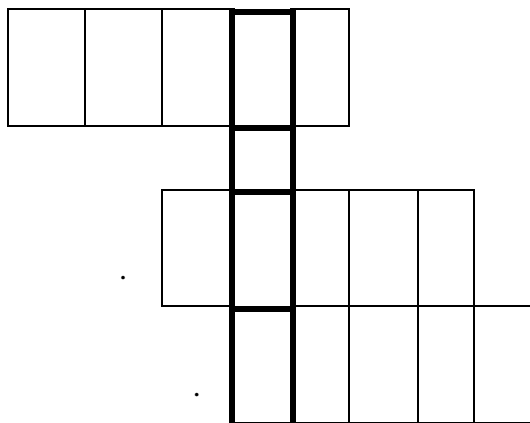
Uzdevumi:

- paplašināt zināšanas par Jāņu svētkiem;
- sniegt zināšanas par jāņuzālēm;
- nostiprināt zināšanas par Jāņu simboliem, to lietošanu.

Nepieciešamie resursi: Didaktiskā spēle „Jāņu zāles”, attēli ar dažādu veidu vainagiem, linu diegi, mākslīgie ziedi, mākslīgais ugunsurs (*skat.3.att.*).

Rotaļnodarbības gaita:

Rotaļnodarbības sākumā skolotāja piedāvā bērniem minēt krustvārdu mīklu:



3.attēls. Jāņu svētki

Atbildes:

1. *Debesīs stāv, zemi silda (saule)*
2. *Ko nevar panes tar pliku roku? (uguni)*

3. *Milzis stāv tūruma malā, zaļa platmale galvā. (ozols)*

4. *Kādos svētkos pin vainagus? (Līgo)*

Skolotāja: Malači! Jums ir taisnība, šodien mūsu rotaļnodarbība ir veltīta latviešu svētkiem Līgo, jeb Jāņiem. Bērni, ko jūs zināt par Līgo? Vai jūsu ģimene svin Līgo? Bērni stāsta par Līgo un Jāņu svinēšanas tradīcijām savā ģimenē.

Skolotāja paplašina bērnu zināšanas par Līgo un aicina bērnus „saplūkt” skaistus, nelielus jāņuzāļu puškus.

DIDAKTISKĀ SPĒLE „JĀŅUZĀLES”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- sniegt zināšanas par jāņuzālēm;
- rosināt bērnus patstāvīgi nosaukt jāņuzāļu nosaukumus;
- mudināt bērnus lasīt jāņuzāļu nosaukumus;
- vingrināt atšķirt meitu jāņuzāles no puīšu jāņuzālēm.

Skolotāja piedāvā bērniem no jāņuzāļu izveidot savu “pušķi”. Katrs bērns izvēlās apmēram 4-5 attēlus ar jāņuzālēm. Tas ir bērna “pušķis”.

1. variants: skolotāja no sava jāņuzāļu pušķa pa vienai izvelk kādu jāņuzāli, to nosaukdama, rāda bērniem un prasa parādīt, kuram vēl ir tāda jāņuzāle;

2. variants: katrs bērns nosauc sava pušķa jāņuzāļu nosaukumus – tā ir..., tas ir...

3. variants: katrs bērns meklē nosaukumus sava pušķa jāņuzāļiem, (jāņuzāļu nosaukumi ir uzrakstīti uz papīra kartītēm), liek papīra kartīti ar jāņuzāļu nosaukumu uz bildēm. Visi kopā pārbauda.

4. variants: bērni klasificē jāņuzāļu attēli: 1 grupa – meitu jāņuzāles, 2 grupa – puīšu jāņuzāles.

Pēc klasifikācijas skolotāja izvēlās kādu jāņuzāles attēlu, prasa nosaukt jāņuzāles nosaukumu, atbilstoši izvēlētajam attēlam.

Skolotāja: Visas plūktās jāņuzāles esot labas. Pēc svētkiem jāņuzāles nemet ārā, bet sažāvē un lieto tējai ar īpaši dziedniecisku spēku. Bērni, no jāņuzālēm ne tikai veidoja puškus, bet arī pina vainagus un vītnes. Vainagiem vēl izmantoja kāda koka lapas? Bērni atbild.

Skolotāja: Jāņa vainagu nozīme ir līdzīga Jāņu zālēm – auglības un svētības nešana. Vīriešiem galvā ir ozolu vainagi, bet sievietēm – dažādu ziedu vainagi (*rāda attēlus*). Skolotāja

sarunā ar bērniem noskaidro, kā viņi domā, kāpēc tieši ozolu izvēlas pušķošanai un Jāņu kroņiem.

Skolotāja: Mani Līgotāji, viena no Jāņu vakara maģiskajām zīmēm ir aplis - vainadziņš, kas simbolizē sauli. Tāpat arī rotaļa ir sava veida maģiska darbība, jo notiek aplī. Jāņu rotaļas ir ļoti jautras.

Skolotāja: Bērni, manuprāt, mēs bijām aizmirsuši vēl kaut ko izdarīt. Kā jums liekas? Atkārtosim ko mēs jau izdarījām. Bērni atkārto.

Skolotāja: Kas zina, kāda vēl ir Jāņu svinēšanas tradīcija? Bērni atbild.

Skolotāja: Malači! Jāņuguns simbolizē saules uzkāpšanu debesu kalnā, gaismas uzvaru pār tumsu. Ko līgotāji dara pie ugunskura? Bērni izsaka savas domas.

Skolotāja: Ugunskurs ir līgotāju pulcēšanās vieta – ap ugunskuru dejo un iet rotaļās, pāri ugunskuram lec. Šodien es arī jums piedāvāju pamēģināt lekt pāri ugunskuram.

Grupas vidū ir novietots mākslīgais ugunskurs. Bērni pa vienam mēģina lekt pāri ugunskuram.

Skolotāja: Vai bija bail?

Skolotāja: Mani Mīļie! Mēs ļoti jautri pavadījām laiku kopā. Daudz ko uzzinājām par Jāņiem.

Skolotāja uzslavē katru bērnu. Notiek pārruna par Jāņu tradīcijām (tradīciju atkārtošana). Skolotāja prasa bērnus pastāstīt, ko viņi jau zināja par Līgo? Ko uzzināja rotaļnodarbības laikā (kāda informācija bija jauna)? Ko gribētos uzzināt?

ĀRPUSNODARBĪBU PASTAIGA „KĀ ELPO LATVIJAS KOKI?”

Mērķis: Veidot pozitīvu attieksmi pret Latvijas dabu.

Uzdevumu:

- mudināt bērnus nosaukt koku nosaukumus;
- rosināt vēlīnajā rudenī atpazīt kokus;
- rosināt paklausīties, kā elpo koki;
- vingrināt aizpildīt darba lapu.

Nepieciešamie resursi: 10 stetoskopi, darba lapas „Latvijas koku pase”, pildspalvas, krāsainie zīmuli.

Pastaigas gaita:

Bērni kopā ar skolotāju novēro kokus pirmsskolas izglītības iestādes teritorijā. Skolotāja mudina bērnus nosaukt koku nosaukumus, nosaukt kādi koki ir lapu koki, kādi ir skujukoki.

Skolotāja rosina bērnus atbildēt uz jautājumu „Kāda ir atšķirība starp lapu kokiem un skuju kokiem?”. Bērni novēro kokus pēc pirmajām salnām, kas notiek ar kokiem vēlīnajā rudenī.

Skolotāja palūdz bērnus atrast pirmsskolas izglītības iestādes teritorijā Latvijas nacionālos kokus (ozols, liepa). Bērni izsaka savas domas uz skolotājas jautājumu „Kā jums izdodas atpazīt ozolu un liepu vēlīnajā rudenī?”. Notiek pārrunas par nacionālajiem kokiem.

Skolotāja piedāvā bērniem paklausīties, kā elpo Latvijas koki. Pedagoģs iedod katram pārim stetoskopu un skaidro darba secību. Pēc pabeigtā uzdevuma bērni aizpilda darba lapu (*skat. 4.att.*), dalās ar savām jūtām, domām, un izrotā kokus ar paštaisītām olām no aplicēšanas rotaļnodarbības:

Darba lapa
Latvijas koku pase

Kādi ir lapu koki?

.....
.....
.....

Kādi ir skujukoki?

.....
.....

Cik ir lapu koku?

Cik ir skujukoku?

Aizpildi tabulu!

Latvijas nacionālo koku nosaukumi	Vai koki elpo?	
	JA	NĒ
1.		
2.		

Uzzīmē kā elpo Latvijas nacionālie koki!

OZOLS	LIEPA

4.attēls. Darba lapa

ROTAĻNODARBĪBA MĀJTURĪBĀ UN TEHNOLOĢIJĀS

„LATVIJAS ZĀĻU TĒJA AR LATVJU ZĪMĒM”

Mērķis: Veidot piederības izjūtu Latvijai.

Uzdevumi:

- nostiprināt zināšanas par galda klāšanu;
- mudināt bērnus nosaukt Daugavpils pilsētas ģerboņa sastāvdaļas;
- vingrināt salocīt zelta liliju;
- atkārtot jāņuzāļu nosaukumus;
- sniegt zināšanas par tēju pagatavošanu no jāņuzālēm;
- nostiprināt zināšanas par latvju zīmju nozīmi.

Nepieciešamie resursi: Didaktiskā spēle „Galda klāšana”, Daugavpils pilsētas ģerbonis, 18 3-slāņu zelta (dzeltenas) salvetes, didaktiskā spēle „Jāņuzāles”, tējas trauki, keramikas tējkanna, linu salvete, 20 kartītes ar latvju zīmēm.

Rotaļnodarbības gaita:

Bērni stāv aplī. Skolotāja sāk rotaļnodarbību ar sasveicināšanos „Došu laimi pasaulei”.

Skolotāja sāk vadīt dialogu ar bērniem:

Skolotāja: Mīļie Draugi Vai jūs atceraties, kādus svētkus mēs svinam šajā nedēļā?

Bērni: Latvijas dzimšanas dienu!

Skolotāja: Malači! Bet kādā datumā ir Latvijas Dzimšanas diena!

Bērni: 18. novembrī!

Skolotāja: Malači! Jūs jau zināt, ka 18. novembrī mēs svinēsim Latvijas dzimšanas dienu.

Uz svētkiem atnāks daudz viesu – jūsu vecāki un vecvecāki, un visiem būs torte! Sakiet man, lūdzu, kādā veidā mēs varam sagatavoties šiem svētkiem?

Bērni izsaka savas domas.

Skolotāja: Bērni! Kā jūs domājat, vai pirms viesu ierašanās mums jāsaklāj skaists pareizi saklāts galds?

Skolotāja: Tātad, vispirms, es piedāvāju jums atcerēties, kā pareizi uzklāt galdu. Skolotāja aicina bērnus piedalīties spēlē „Galda klāšana”. 4 bērni klāj galdu, citi vēro. Kad bērni pabeidz klāt galdu, visi kopā pārbauda. Ja ir kļūdas, tad skolotāja lūdz citus bērnus pareizi uzklāt galdu.

Bērni: Uz galdiem pietrūks salvetes!

Skolotāja: Pareizi! Malači! Tāpēc, lai mūsu galdi būtu vēl skaistāki, es jums piedāvāju salocīt salvetes neparastā veidā. Mēs kopā salocīsim zelta lilijas. Kurš atceras, kur atrodas zelta lilija?

Bērni: Zelta lilija atrodas uz mūsu pilsētas ģerboņa.

Skolotāja: Malači! Daugavpils pilsētas ģerbonis ir viens no Daugavpils pilsētas simboliem.

Lūdzu, nosauciet, kas vēl atrodas uz Daugavpils pilsētas ģerboņa.

Bērni: Sudraba viļņota sija, sudraba robots ķieģeļu mūris.

Skolotāja demonstrē Daugavpils pilsētas ģerboni.

Skolotāja: Ļoti labi! Tagad es aicinu jūs apsēsties pie galda un salocīt skaistu zeltu liliju.

Skolotāja skaidro darba secību: 1) pārlokiet salveti pa diagonāli trīsstūrī. Labo stūri uzlokiet uz augšu; 2) uzlokiet uz augšu kreiso stūri; 3) apgrieziet figūru un pārlokiet pa diagonāli trīsstūrī; 4) labo stūri nolokiet uz centru; 5) pārlokiet uz vidu kreiso stūri un ielieciet labajā stūrī; 6) figūru paceliet vertikāli; 7) brīvās malas atlieciet no virsotnes pa labi un kreisi.

Kad darbiņi ir pabeigti, bērni izvērtē un visi kopā izveido nelielu izstādi.

Skolotāja: Bērni, vai jūs atceraties, cik skaitus jāņuzāļu pušķus mēs kārtojām? Bērni atbild.

Skolotāja: Kas var pateikt, kādas pļavas puķes bija pušķos. Bērni nosauc jāņuzāles. Skolotāja rāda bildes ar jāņuzālēm.

Bērni: Jāņuzāles sažāvē un lieto tējai.

Skolotāja: Malači! Pareizi! Skolotāja pagājušajā gadā arī izveidoja pušķi no jāņuzālēm. Šodien es ar lielu prieku pastāstīšu un parādīšu jums, kā pareizi pagatavot tēju no jāņuzālēm un, protams, cienāšu jūs ar veselīgu tēju.

Skolotāja aicina bērnus pienākt pie liela galda. Bērni apsēžas pusaplī, lai redzētu tējas traukus un ceremonijas kārtību. Skolotāja ieņem savu vietu — pretī bērniem. Blakus skolotājai atrodas visi tējas pagatavošanas procesam nepieciešamie priekšmeti (keramikas tējkanna, keramikas tasītes, linu salvete, tējkarotes). Skolotāja stāsta bērniem par zāļu tējas pagatavošanas tradīcijām Latvijā.

Skolotāja: Bērni, tēja ir gatava. Mūsu tēja ir maģiska, jo, pirmkārt, jāņuzāles tika plūktas Jāņu svētkos, tāpēc tējai ir dziednieciskais spēks. Otrkārt, katrs no jums izvēlēsies vienu kartīti ar latvju zīmēm (katrai zīmei ir maģiskais spēks) un noliksiet kartīti sev blakus.

Kamēr bērni dzer tēju, skolotāja skaidro latvju zīmju nozīmi.

Nodarbības nobeigumā skolotāja ar bērniem pārrunā, ko šodien ir apguvuši? Kas visvairāk patika, kas sagādāja grūtības. Skolotāja uzslavē bērnus.

Secinājumi

Pozitīva attieksme pret valsti veidojas uz jūtu pamata, kuras atkarīgas no bērna emocionālās pasaules uztveres. Veidot bērniem pozitīvas attieksmes pret valsti ir jāveido emocionālu pieķeršanos dzimtajai valstij.

Pozitīvas attieksmes pret valsti veidošana ir cieši saistīta ar bērnu patriotisma veicināšanu. Bērnu pozitīva attieksme pret valsti izpaužas savas dzimtenes mīlestībā, valodas, tradīciju, kultūru cieņā. Bērnu attieksme pret valsti būs atkarīga no vērtībām, kuras bērniem veidosies jau no pašas mazotnes.

Vērtības, kas būtu jāveido 6–7 gadus veciem bērniem ir mīlestība, sirsnība, pacietība, iejūtība, draudzība, pieklājība, godīgums, uzticība, izpalīdzība, čaklums, labestība, gudrība. 6–7 gadu vecuma bērnu psihiskās īpatnības paver lielas iespējas pozitīvas attieksmes pret valsti veidošanai. Šī vecuma bērni ātri uztver, viegli iegaumē, to nosaka viņu nervu sistēmas plastiskums, aktīva reakcija uz ārējās vides ietekmēm. Ļoti daudzas uztvertās parādības kļūst par bērna jūtu, spraigas uzmanības, atdarināšanas, pārdomu objektu.

Var atzīt, ka projekts ir aktuālā mācību darba forma pirmsskolā. Izstrādāto un aprobēto projektu nedēļas „Mana dāvana Latvijai” ietvaros didaktisko materiālu var izmantot:

- pēcpusdienas laikā spēlējot didaktiskās spēles ar bērniem pa grupām;
- nostiprināt, papildināt bērniem zināšanas par Latviju individuālā darba laikā ar bērniem;
- lai nostiprinātu bērniem zināšanas par Latvijas valsts svētku tradīcijām un veidotu pozitīvu attieksmi pret valsti, pastaigu laikā var spēlēt kustību rotaļas no piedāvātās aktivitātes “Latvijas mantojums”.
- izmantojot gan rotaļnodarbības, gan didaktiskās spēles, būtu iespēja īstenot starpkultūru izglītību.

Raksta autores secināja, ka projekts vienmēr paredz problēmas risinājumu. Problēmas risinājums paredz dažādas metodes, veidus, zināšanu integrāciju prasmi izmantot zināšanas praksē. Katra projekta beigās ir konkrēts rezultāts. Šo rezultātu var ieraudzīt, apdomāt, aptvert, izmantot praktiski. Projektu metode ļauj integrēt dažādus darbības veidus mācību procesā, ļauj tam būt interesantam un efektīvakam.

Izmantotā literatūra

- Boša, R. (1991). *Nacionālais bērnu dārzs*. Rīga: Doma un vārds.
- Dunška, I. (2009). *Studentu patriotiskas attieksmes audzināšanas iespējas augstskolā*. Skatīts internetvietnē 15.09.2014.: http://www.tsi.lv/sites/default/files/editor/science/Publikacij/Education/2009/3_dunška.pdf
- Valsts izglītības satura centrs (VISC) (2012). *Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām*. Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=250854>) 12.09.16.
- Кочкина, Н. (2013). *Метод проектов в дошкольном образовании. Методическое пособие*. Москва: Мозайка – синтез.

1.2. DIDAKTISKĀS SPĒLES 3. KLASES SKOLĒNU NACIONĀLĀS IDENTITĀTES STIPRINĀŠANAI

Sintija Vīgule (Daugavpils 12.pirmsskolas izglītības iestāde, skolotāja)

Abstrakts

Rakstā piedāvātas didaktiskās spēles 3. klases skolēniem. Spēļu saturs tika ņemts no dažādiem, skolotājiem paredzētiem, metodiskajiem materiāliem, kā arī autora veidotas spēles. Didaktiskās spēles rosina skolēnus spēlēt, ievērojot spēles noteikumus, un mācīties vienlaikus. Tās paredz dalībnieku radošu un intelektuālu darbību. Metodiskais materiāls ir adresēts pamatskolas un pirmsskolas skolotājiem. Teksta pilnā versija ir lasāma Sintijas Vīgules bakalaura darbā (2016) „Didaktiskās spēles 3. klases skolēnu nacionālās identitātes stiprināšanai.”

Ievads

Katram cilvēkam ir svarīgi būt piederīgam noteiktai valstij un tautai. Nacionālā identitāte – personas identitātes daļa, kas vieno to ar citām personām, kurām ir līdzīgas nacionāli kulturālās pazīmes. Valoda, vērtības, uzvedības modeļi, kultūras simbolu kopums, sociālā atmiņa ir pamats, uz kura tiek veidota un uzturēta cilvēka piederība nācijai, nācijai piederīgo savstarpējā vienotība (*Kultūras ministrija, 2012*).

Tā ir neatņemama cilvēka dzīves sastāvdaļa, kas palīdz cilvēkam veidot savu personību, apzināties sevi noteiktā laikā un vietā, kā arī motivē sasniegt dzīvē augstus mērķus. Cilvēks ar savām zināšanām, prasmēm un attieksmi veido savu nacionālo identitāti un parāda, cik svarīga viņam tā ir. Katru dienu cilvēks saskaras ar dažādām situācijām darbā, ģimenē, sabiedrībā, kad viņam ir jāprot pastāvēt par savu identitāti un jālepojas ar to. Lai cilvēks spētu šo piederības sajūtu sevī atrast un saglabāt, tā ir jārada cilvēkā jau no bērnu dienām. Ir svarīgi šajā procesā iesaistīt ģimeni, skolu, sabiedrību un valsti. Jau vairākus gadus pēc kārtas Valsts izglītības un saturs centrs kā vienu no prioritātēm mācību gada sākumā izvirza valstiskās identitātes apziņas un patriotisma stiprināšanu skolēnos. Tas ir jautājums, kas ir aktuāls mūsdienu sabiedrībā un prasa dziļu izpēti par spīti 21. gadsimta mainīgajam un straujajam dzīves ritmam. Nacionālās identitātes apziņa nerodas vienā mirklī. Tas ir process, ilgstošs darbs, kura laikā skolēns mācās, dalās pieredzē un pakāpeniski nonāk līdz iekšējai sajūtai, kas liek viņam apzināties savu identitāti. Tā padara viņu emocionāli bagātu un lepnu par to, kas viņš ir (*Gromska, 2012; Dirba, 2003*).

Daktiskās spēles nacionālās identitātes stiprināšanai

“MANA LATVIJA”

Spēles mērķis: Izjust piederību savai valstij caur piecām, cilvēkam piemītošām maņām – redzi, dzirdi, garšu, ožu un tausti.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot nosaukt un atšķirt piecas, cilvēkam piemītošās maņas;
- prot atrast nepabeigtajiem teikumiem atbilstošu attēlu;
- prot raksturot Latviju, izmantojot nepabeigtos teikumus.



1. att. "Mana Latvija"

Spēles gaita: *Skolēns saņem sloksnītes ar pieciem nepabeigtiem teikumiem, kuri ir saistīti ar piecām, cilvēkam piemītošām maņām, un piecus attēlus. Skolēnam vajag katram nepabeigtajam teikumam atrast atbilstošu attēlu un pabeigt teikumu, raksturojot Latviju tādu, kādu viņš to izjūt (skat. 1. att.).*

“LATVIJAS METAMIE KAULIŅI”



2. att. "Latvijas metamie kauliņi"



3. att. "Latvijas metamie kauliņi"

Spēles mērķis: Iepazīties ar Latviju raksturojošiem simboliem un spēēt iesaistīt tos stāstījumā.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot atpazīt un nosaukt Latviju raksturojošos simbolus;
- prot veidot stāstījumu par Latviju raksturojošiem uzmestajiem simboliem.

Spēles gaita: *Skolēns saņem četrus metamos kauliņus, uz kuriem ir salīmēti Latviju raksturojošie simboli. Skolēnam vajag mest metamos kauliņus – visus četrus vai trīs, vai divus, vai arī tikai vienu. Tas atkarīgs no skolēna vēlmēm un spējām ar kauliņiem darboties tālāk. Kad metamie kauliņi ir uzmeti, skolēns nosauc Latviju raksturojošos simbolus, kuri viņam ir izkrituši, un veido stāstu, iesaistot tajā izkritušos simbolus. Stāstījumam ir jābūt sakarīgam un iekļaujošam sevī uzmetos simbolus, kas raksturo Latviju (skat. 2. un 3. att.).*

“SKATIES UZMANĪGI”

Spēles mērķis: Iepazīties ar dažādām Latvijas apdzīvotām vietām.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot nosaukt dažādas Latvijas apdzīvotās vietas;
- prot sakārtot apdzīvoto vietu nosaukumus atbilstoši spēles noteikumiem.



4. att. "Skaties uzmanīgi"

Piedāvātā spēle ir adaptēta pēc G. Andersones, V. Golubovas, I. Ikales, I. Tabunes didaktiskā materiāla latviešu valodai (Andersone, Golubova, Ikales, Tabune, 2010).

Spēles gaita: *Skolēns saņem piecu, dažādu krāsu lapiņas ar uzrakstītiem apdzīvoto vietu nosaukumiem. Katras krāsas lapiņu komplektā ietilpst desmit apdzīvoto vietu nosaukumi. Kopā ir piecdesmit apdzīvoto vietu nosaukumi. Skolēnam apdzīvoto vietu nosaukumi jāsaliek tādā secībā, lai katrs nākamais nosaukums sāktos ar iepriekšējā nosaukuma otro burtu. Spēle veidota tā, ka to var sākt ar jebkuru vienas virknes un krāsas vārdu (skat. 4. att.).*

“PILSĒTAS PROFILS”

Spēles mērķis: Iepazīties ar Latvijas pilsētu daudzveidību, izmantojot radošo domāšanu.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- zina dažādas Latvijas pilsētas;
- zina, kas ir FACEBOOK profils;
- radoši domājot, prot izveidot izlozētās pilsētas FACEBOOK profilu;
- prot prezentēt savu darbu.



4. att. "Pilsētas profils"

Spēles gaita: *Skolēns saņem darba lapu, kura ietver sevī FACEBOOK profila aizpildīšanas tabulu. Spēles vadītāja izskaidro skolēnam aizpildīšanas tabulā ietverto informāciju un piedāvā iespēju izlozēt vienu pilsētu. Skolēns veido izlozētās pilsētas FACEBOOK profilu. Spēles beigās iepazīstina citus dalībniekus ar savas izlozētās pilsētas FACEBOOK profilu (skat. 4. att.).*

“ZĪMĒTĀS TAUTASDZIESMAS”



5. att. "Zīmētās tautasdziesmas"

Spēles mērķis: Iepazīties ar latviešu tautasdziesmām un izprast to būtību.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot noteikt tautasdziesmas satura tematu;
- prot atrast tautasdziesmai atbilstošu attēlu;
- prot sadarboties grupā.

Piedāvātā spēle ir adaptēta pēc G. Andersones, V. Golubovas, I. Ikales, I. Tabunes didaktiskā materiāla latviešu valodai (Andersone, Golubova, Ikale, Tabune, 2010).

Spēles gaita: *Spēles vadītājs sadala skolēnus vairākās grupās. Katrai grupai izdala noteiktu kartiņu skaitu ar tautasdziesmām un attēliem. Skolēniem ir jāizlasa tautasdziesmas, jāaplūko*

zīmējumi un jāatrod tautasdziesmai atbilstošo zīmējumu. Spēles beigās katra grupa izstāsta pārējām grupām par saturu lasītajās tautasdziesmās (skat. 5. un 6. att.).

“ATŠĶIR GADALAIKUS”



8. att. "Atšķir gadalaikus"

Spēles mērķis: Iepazīties ar Latvijā esošajiem gadalaikiem un to pazīmēm.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot nosaukt un atšķirt Latvijā esošos gadalaikus;
- prot noteikt gadalaiku pazīmes.

Piedāvātā spēle ir adaptēta pēc G. Andersones, V. Golubovas, I. Ikales, I. Tabunes didaktiskā materiāla latviešu valodai (Andersone, Golubova, Ikales, Tabune, 2010).

Spēles gaita: Skolēns saņem četru gadalaiku attēlus, to nosaukumus un 46 kņāģīšus ar dažādām gadalaiku pazīmēm. Viņam vajag pie katra attēla pielikt klāt atbilstošo gadalaika nosaukumu un grupēt norādītās pazīmes pa gadalaikiem. Vajadzīgos kņāģīšus ir jāpiestiprina pie attiecīgā gadalaika (skat. 8. att.).

“12 MĒNEŠI”

Spēles mērķis: Gūt priekšstatu par mēnešu latviskajiem nosaukumiem.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot nosaukt esošos mēnešu nosaukumus;
- zina mēnešu latviskos nosaukumus;
- prot nosaukt kādu no 12 mēnešiem atbilstoši kārtas skaitlim.

Piedāvātā spēle ir adaptēta no LAT 2 grāmatas “Bērnudārza darbiniekiem” (LAT 2, 2000). 9. att. “12 mēneši”



Spēles gaita: Skolēns saņem sloksnītes ar esošajiem mēnešu nosaukumiem un sloksnītes ar latviskajiem mēnešu nosaukumiem, kā arī iegriežamo šķīvi. Skolēnam vajag iegriezt bultiņu, kas norādīs mēneša kārtas skaitli. Kad bultiņa ir apstājusies, skolēnam jānosauc tas mēnesis, kura kārtas skaitlis ir izkritis, jāatrod mēneša esošais nosaukums un tam atbilstošais latviskais nosaukums. Kad visi mēnešu nosaukumi ir atrasti, tos ir jāsakārto pareizā secībā (skat. 9. att.).

“IEPAZĪSTI LATVIJU”



10. att. “Iepazīsti Latviju”

Spēles mērķis: Veicināt skolēna izpratni par Latviju, atbildot uz dažāda veida jautājumiem.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- zina interesantus faktus par Latviju;
- prot nosaukt dažus interesantus faktus par Latviju;
- prot sadarboties ar citiem spēles biedriem.

Spēles gaita: *Katrs spēles dalībnieks saņem savu ejamo kauliņu. Vienojas, kurš uzsāks spēli. Spēle sākas pie norādes "Starts". Spēles dalībnieks met metamo kauliņu, iet uz priekšu tik gājienu, cik ir norādīts uzmetajā kauliņā. Izlasa jautājumu un atbild uz to. Ja atbildējis pareizi, tad paliek uz tā paša lauciņa un dod gājienu nākamajam dalībniekam. Bet ja atbildējis nepareizi, tad izlaiž vienu gājienu. Uzvar tas spēles dalībnieks, kurš pirmais ir atbildējis uz visiem uzmetajiem jautājumiem un šķērsojis norādi "Finišs" (skat.10. att.).*

“LATVIJAS ZVAIGZNES”

Spēles mērķis: Gūt priekšstatu par Latvijā ievērojamām un zināmām personībām.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- zina un var nosaukt Latvijā ievērojamas un zināmas personības;
- prot atrast atbilstošo informāciju par Latvijā ievērojamām un zināmām personībām.



11. att. "Latvijas zvaigznes"

Spēles gaita: *Skolēns saņem attēlus ar Latvijā zināmiem un ievērojamiem cilvēkiem, sloksnītes ar šo cilvēku vārdiem/uzvārdiem un nodarbošanos. Skolēnam vajag noskaidrot un atrast cilvēka atbilstošo vārdu/uzvārdu un nodarbošanos, un pielikt sloksnītes pie attiecīgā attēla (skat. 11. att.).*

“PASLĒPTĀS PILSĒTAS”

Spēles mērķis: Rosināt skolēna interesi par Latvijas pilsētām, izmantojot sava vārda burtus.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- prot atrast sava vārda burtus burtu jūklī;
- prot atrast pilsētu nosaukumus vai apdzīvoto vietu nosaukumus atbilstoši sava vārda burtiem;
- prot sakārtot sava vārda burtus un pilsētu nosaukumus vai apdzīvoto vietu nosaukumus pareizā secībā.

Datums	Svētki	Tradīcijas
1. janvāris	Jaungada diena	Sveicam viens otru Jaunajā gadā
14. februāris	Valentīndiena	Dāvinām viens otram sirsniņas
8. marts	Starptautiskā sieviešu diena	Sveicam meitenes un dāvinām viņām puķītes
25. marts	Lielā Piektdiena	Krāsojam olas
27. marts	Pirmās Lieldienas	Šūpojamies
28. marts	Otrās Lieldienas	Ripinām olas
8. maijs	Mātes diena	Sveicam savas māmiņas
15. maijs	Vasarsvētki	Ejam uz baznīcu
1. jūnijs	Starptautiskā bērnu aizsardzības diena	Apmeklējam bērniem veļtītus pasākumus
23. jūnijs	Līgo diena	Pinam vainadziņus
24. jūnijs	Jāņu diena	Lecam pāri ugunskuram
1. septembris	Zinību diena	Svinīgi ģerbušies ejam uz skolu
11. septembris	Tēva diena	Sveicam savu tēti
29. septembris	Miķeļdiena	Apmeklējam Miķeļdienas gadatīgu
2. oktobris	Skolotāju diena	Sveicam savus skolotājus
11. novembris	Lāčplēša diena	Dodamies lāpu gājienā
18. novembris	Latvijas Republikas proklamēšanas diena	Sveicam Latviju dzimšanas dienā
24. decembris	Ziemassvētku vakars	Rotājam eglīti
		Gaidām Salvecīša dāvanas

13. att. "Svētki Latvijā"

Spēles gaita: Spēle spēlējama grupā. Skolēni saņem sloksnītes ar svētku nosaukumiem, svētku svinamajiem datumiem un to tradīcijām. Skolēniem vajag atrast svētkiem atbilstošo datumu un tradīcijas, kā arī sakārtot svētkus pareizā secībā pa mēnešiem un piestiprināt sloksnītes uz kartona pamatnes (skat. 13. att.).

“RAŽOTS LATVIJĀ”

Spēles mērķis: Veidot priekšstatu par Latvijas ražotājiem un to produkciju.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- zina un var nosaukt Latvijas ražotājus un to produkciju;
- prot atrast nepieciešamo informāciju par ražotāju un sakārtot to pareizā secībā.

Uzņēmuma emblēma	Uzņēmuma nosaukums	Produkti, kurus ražo
	"Sīburadze"	uzņē tortes, kūkas, kūciņas, kēksi, maīti
	"Laima"	Konfektes, šokolādes, karamēles, zefirs, cepumi
	"Valmieras piens"	salējums, piens, jogurts, krējums, biezpiens, sviests, siers, kefīrs
	"Grīndex"	zāles, vitamīni
	"Putnu fabrika Kekava"	cūsti, aknu pastēte, cāļa desa, vistas fileja, vistas sībiņi, vistas spārniņi
	"Spilva"	tomātu mērce, majonēze, sīneps, mārrutki
	"Dobeles dzirnavnieks"	mitli, makaroni, pārslas, manna, rīsi, griķi
	"Latvijas Maiznieks"	maize, baltmaize, kūkas, smalkmaizītes
	"Dzintars"	smaržas, lipukrāsā, nāgu laka, skropstu tuša
	"Rēzeknes galas kombināts"	sardītes, vārītās desas, kūpinātās desas, speķis, žāvēta cūkgaļa, cūsti, grīpprodukti

14. att. "Ražots Latvijā"

Spēles gaita: Skolēns saņem lapiņas ar dažādu uzņēmumu emblēmām, uzņēmumu nosaukumiem un produktu klāstu, ko piedāvā konkrēts uzņēmums. Skolēnam vajag atrast

norādīto informāciju par katru uzņēmumu, sakārtot to pareizi un piestiprināt uz kartona pamatnes (skat. 14. att.).

“LATVIJAS BAGĀTĪBAS”

Spēles mērķis: Stiprināt skolēna piederības sajūtu Latvijai un zināšanas par Latviju.

Spēles sasniedzamais rezultāts:

- zina un var nosaukt Latvijas novadus, upes, ezerus, lielākās pilsētas un kultūras objektus;
- prot doto informāciju sakārtot pareizi, balstoties uz savām zināšanām;
- prot sadarboties ar citiem spēles dalībniekiem.



15. att. "Ražots Latvijā"

Spēles gaita: Spēle spēlējama grupā. Skolēni saņem lielu kartona pamatni ar uzrakstu "Latvija", Latvijas novadus, attēlus ar kultūras objektiem un novadu ģerboņiem, sloksnītes ar pilsētu, upju, ezeru, virsotņu, novadu un kultūras objektu nosaukumiem. Skolēniem vajag izveidot Latviju, balstoties uz savām zināšanām un izmantojot Latvijas karti. Uz lielās kartona pamatnes pareizi jāsakārto Latvijas novadi un to nosaukumi, pilsētu, upju, ezeru, virsotņu nosaukumi. Novadu ģerboņi un attēli ar kultūras objektiem jāpiestiprina pie attiecīgā novada. Kultūras objektu nosaukumi jāpiestiprina pie attiecīga objekta attēla (skat. 15 att.).

Secinājumi

Svarīgi nacionālās identitātes stiprināšanas procesā ir iesaistīt ne tikai skolotājus, bet arī vecākus un visu sabiedrību.

Didaktiskās spēles ir vizuāli pievilcīgas un apjomīgas satura ziņā. Tās var izmantot mācību procesa laikā un integrēt dažādos mācību priekšmetos.

Spēles ir bērnu uzmanību piesaistošas, atbilst izvēlētajam vecumposmam un ir praktiski pielietojamas. Izstrādātās didaktiskās spēles veicina nacionālās identitātes stiprināšanu 3. klases skolēnu vidū.

Izmantotā literatūra

Dirba, M. (2003). Latvijas identitāte: pedagoģiskais aspekts. Rīga: Raka.

Gromska, S. (2012). Pilsoniskā audzināšana. Rīga: Raka.

Ieteikumi pilsoniskajā audzināšanā Rīga, 1998

Kultūras ministrija, (2012). Nacionālās identitātes, pilsoniskās sabiedrības un integrācijas politikas pamatnostādnes 2012.–2018. gadam. Rīga: Hoļda.

1.3. PROJEKTI 4. KLASES SKOLĒNU SASKARSMES PRASMJU ATTĪSTĪBAI

Anita Verbicka (Daugavpils 5. pirmsskolas izglītības iestāde, skolotāja)

Jeļena Badjanova (Dr.paed., Daugadpils Universitāte, docente)

Abstrakts

Prakse rāda, ka projekts ir viena no mācību darba organizācijas formām, kas sekmē skolēnu saskarsmes, savstarpējo attiecību attīstību skolā. Projektu izmantošana palīdz būt atsaucīgiem, attīsta savstarpējās sapratnes un cieņas izjūtu, kā arī prasmi ieklausīties otrā cilvēkā, attīsta komandas darba prasmes, māca plānot savu laiku, novērtēt pašam sevi un citus cilvēkus. Tādēļ, rakstā autores atzīst, kā projekti veicina 4. klases skolēniem būt atsaucīgiem, attīstīt sapratni, iecietību, savstarpējo cieņu vienam pret otru, prasmi uzklaut vienam otru, sadarboties, ievērot noteikumus, strādāt komandā, prasmi organizēt savu laiku, novērtēt sevi un citus. Balstoties uz pedagoģisko, psiholoģisko, zinātnisko literatūru un normatīvo dokumentu izpēti, tika izstrādāti uzdevumi 4. klases skolēnu saskarsmes prasmju attīstībai projekta nedēļas „Daugavpils 740” ietvaros. Izstrādātā metodiskā materiāla mērķis ir veidot skolēnos māku strādāt patstāvīgi, strādāt sadarbojoties ar citiem radoši, pamatot savas atziņas ar faktiem, kas savākti projekta izstrādes gaitā, rosināt pozitīvu interesi par apkārtējo pasauli. *Raksta mērķis:* iepazīstināt skolotājus ar izstrādātajiem un aprobētajiem uzdevumiem 4. klases skolēnu saskarsmes prasmju attīstībai projekta nedēļas ietvaros.

Pilnu raksta versiju var lasīt Anitas Verbickas bakalaura darbā (2016) “Projektu metode 4. klases skolēnu.”

Ievads

Mūsdienās, runājot par cilvēku savstarpējām attiecībām, visai bieži lieto vārdu saskarsme (*Pļaveniece & Škuškovnika, 2002*). Pēc L. Dubkēviča (2006) saskarsme ir savstarpējas mijattiecības, kas veidojas no prasmes veiksmīgi kontaktēties, kur galvenais ir ietekmēt partnera uzvedību, dispozīcijas, emocijas.

Jau 4. klasē sāk veidoties skolēnu kolektīvs ar savām prasībām un normām. Un tieši nepieciešamība būt atzītam, kļūst par spēku, kurš mudina skolēnu pieņemt kolektīva vērtības. Kā rāda prakse, ne vienmēr saskarsme ir noritējusi veiksmīgi. Gadās, ka skolēns nevēlas saprast vienaudzi, pārprot viņa teikto, izvairās no saskarsmes. Tā, kā ikviena saskarsme ietver sevī savstarpēju saikni, tad tās rezultātā var mainīties domas, uzskati, uzvedība. Tādējādi veiksmīgi apgūstot saskarsmes prasmes skolēnam veidojas pilnvērtīga attieksme pret sabiedrību, ģimeni, skolotājiem, vienaudžiem un prasme izprast sevi, kontrolēt savas emocijas.

Projekti Latvijas skolās masveidā tika izmantoti sākot ar 1997./1998. mācību gadu, kad ieviesa jaunu darba formu – projektu nedēļa. Projekts skolā paver plašas iespējas daudzveidīgu

spēju, prasmju attīstīšanai. Autoru skatījumā, projektam ir būtiska nozīme saskarsmes prasmju attīstīšanai un izkopšanai.

Raksta turpinājumā tiks aprakstīti uzdevumi projekta nedēļas „Daugavpils 740” ietvaros 4. klases skolēniem ar mērķi veicināt saskarsmes prasmju attīstību.

Uzdevumu kopums projekta nedēļas „Daugavpils - 740” ietvaros skolēnu saskarsmes prasmju attīstībai

PILS CELŠANA

Mērķis: Saliedēt klases kolektīvu. Izprast pieklājības normas, ētiskās vērtības. Mācīties sadarboties grupā. Attīstīt prasmi klausīties.

Nepieciešamie līdzekļi: kartona lapas, šķēres, līme, līmlente, krāsainais papīrs, dažādi papīru atgriezumi, lentītes, diegi, plastmasas trauki (vienreizējie) un dažādi citi palīglīdzekļi, kas ir izmantojami radošam darbam.

Dalībnieku skaits grupā: 3 – 4.

Apraksts:

Skolotāja iepazīstina ar aktivitātes uzdevumiem, akcentējot, ka ikviena grupa cels pili – pēc iespējas skaistāku un lielāku, izmantojot dotos materiālus. Pirms uzsākt radošo darbu, skolotāja aicina skolēnus ieklausīties Latviešu tautas teikā: Daugavpils pils. Uzsver, ka būs jāatbild uz jautājumiem un par to skolēns nopelnīs žetonus uzlīmītes. Seko jautājumu un atbilžu viktorīna. Skolēniem tiek dotas 10 min, lai pārrunātu, kā noritēs darbs: plāno un konsultējas savā starpā, skolotāja ir tikai padomdevējs un konsultants. Tad tiek izdalīts materiāls. Skolotāja pastāsta par noteikumiem darbam grupās: kas ir jāievēro? Noteikums: sarunāties darba laikā drīkst izmantot tikai žestu valodu (šo noteikumu var arī nepielietot). Pēc signāla skolēni uzsāk radošo darbu savā darbnīcā. Kad atskan signāls, skolēni beidz darbu. Tiek dots laiks sagatavoties prezentācijai - aptuveni 10 min. Skolēni grupā vienojas par stāstījumu, kā tiks prezentēts darbs. Notiek darbu prezentācija, citas grupas uzdod jautājumus. Katrs grupas dalībnieks saņem žetonu – uzlīmīti. Aktivitātes beigās visi sasēžas aplī, lai pārrunātu stiprās un vājās darba puses: kas izdevās, kas ne izdevās, kā skolēni jutās u.t.t. Pašās beigās ikviens skolēns pastāsta par savām sajūtām darba laikā: kas palīdzēja, kas traucēja, kas pietrūka u.t.t.

KAS IR SASKARSME?

Mērķi: Izprast jēdziena „saskarsme” nozīmi, rast priekšstatu par saskarsmes veidiem.

Attīstīt skolēnu komunikatīvās prasmes. Apzināt veiksmīgas saskarsmes principus.

Nepieciešamie materiāli: liela lapa, mazas lapiņas, kodoskopa materiāls, liela darba lapa katrai grupai.

Apraksts:

Iepazīstināšana ar stundas tēmu, mērķiem un uzdevumiem. Stundas sākumā – “prāta vētra”, kur noskaidrojas skolēnu domas par jēdzienu „saskarsme” (domas tiek fiksētas uz lielas lapas). Lapu piestiprina pie tāfeles. Skolotāja pastāsta skolēniem par to, kāda var būt saskarsme (izmanto kodoskopa materiālu par saskarsmes būtību). Aicina skolēnus veikt radošu darbu. Sadalās nelielās grupās, skolēniem tiek iedota liela lapa, kurai vidū ir attēls.

Uzdevums: klusējot katrs grupas biedrs raksta asociācijas par redzamo attēlu (3 min):

- katra grupa prezentē darbu citiem. Šādā veidā parādās galvenā doma - katrs mēs esam savādāks, mums var būt atšķirīgi viedokļi par lietām;
- katram tiek izdalītas lapiņas, uz kurām skolēni uzraksta vienu nosacījumu labai saskarsmei, pielipina pie sienas;
- kopīgs darba izvērtējums - pārrunas, nosacījumi labai saskarsmei ar apkārtējiem tiek izlasīti (vēlāk skolēni var veidot to kā materiālu savam portfolio).

SADARBĪBA

Mērķi: Izprast sadarbības prasmju nozīmi cilvēka dzīvē. Attīstīt prasmi sadarboties. Apzināties, ka sadarbība ar cilvēkiem ir vērtība.

Nepieciešamie materiāli: Jautājumi uz lapiņām, A4 formāta lapas, flomāsteri, mazas lapiņas.

Apraksts:

Skolēni tiek rosināti veidot asociācijas, tāpēc skolēniem tiek izdalītas lapas, uz kuras vertikāli ir uzrakstīts stundas atslēgas vārds „sadarbība”. Uz tāfeles arī ir uzrakstīts šis vārds. Divu minušu laikā skolēni fiksē ar katru burtu asociāciju, atbilstošu galvenajam jēdzienam. Skolēni izsaka savas asociācijas, kopīgi pārrunā tās. Seko darbs pāros, kur skolēniem ir jāizveido tabula: kas veicina labu sadarbību, kas traucē to (to veic apmēram 10 min.). Kad pāri pabeidz darbu, tad apvienojas lielākās grupās, kur papildina sarakstus (5 min.). Katra grupa pastāsta par savu darbu. Citām grupām ir jāuzdod jautājumi par paveikto. Stundas beigu daļā skolēniem tiek piedāvāts katram izvēlēties vienu lapiņu, uz kuras ir sagatavots jautājums par darbu stundā (tādejādi tiek izvērtēts darbs stundā, pašvērtējums).

KĀDĀ PILSĒTĀ ES GRIBĒTU DZĪVOT?

Mērķis: Mācīties uz klausīt savus klasesbiedrus.

Izmantojamie materiāli: Vatmana lapa (A1), zīmuļi, flomāsteri, žurnāli, šķēres, krāsains papīrs.

Apraksts:

Skolēniem skolotāja izdod izgriezumus no žurnāliem, avīzēm, krāsaino papīru u.c. materiāli. Skolotāja uzrunā, ka skolēniem būs jāveido aplikācija vai kolāža. Kad aplikācija ir izveidota, skolotāja uzdod jautājumus: *Izsaka savu viedokli par izveidoto pilsētu! Ja būtu iespēja, ko tu gribētu tajā mainīt? Vai esi apmierināts ar savu kolāžu?*

KOKI VAI SNIEGPĀRSLAS

Mērķi: Iepazīstināt skolēnus ar saskarsmes jēdziena nozīmi. Attīstīt priekšstatus par saskarsmes veidiem. Attīstīt skolēnu komunikatīvās spējas.

Nepieciešamie materiāli: tāfele, krīts, viena A5 formāta lapa, flomāsteri katram pārim, A5 krāsaina lapa katram skolēnam vai salvete.

Apraksts:

Nodarbību sāk ar ievadjautājumu: kas ir saskarsme? /kā jūs to saprotat? (saskarsme ir, kad cilvēki sarunājas, draudzējas, ir kopā u.t.t.). Skolotāja stāsta, ka saskarsmē cilvēki viens otru uztver un iepazīst. Aicina pildīt uzdevumu:

1. variants. Pie tāfeles ir daži skolēni. Viņiem uzdevums uzzīmēt koku.

2. variants. Katrs skolēns saņem lapu vai salveti. Skolotājs aicina izpildīt darbības, bet bērniem nedrīkst uzdot jautājumus:

- paņemiet lapu.
- salokiet to uz pusēm.
- noplēsiet augšējo labo stūrīti.
- atkal salokiet lapu uz pusēm.
- noplēsiet augšējo labo stūrīti.
- atkal salokiet uz pusēm.
- noplēsiet augšējo labo stūrīti.
- atveriet lapu.

Skolotāja: *Vai nu koki vai sniegpārslas būs dažādi?* Notiek diskusija, kāpēc tas tā ir, vai tas ir labi vai slikti u.t.t.

KOPĪGS ZĪMĒJUMS

Mērķi: Attīstīt skolēnu saskarsmes spējas. Attīstīt prasmi saprast vienu otru.

Nepieciešamie materiāli: Balta lapa, pildspalvas vai zīmuli, markieri.

Apraksts:

Skolēnus sadala pāros. Katrs pāris saņem vienu lapu un vienu rakstāmo. Skolēni nedrīkst sarunāties. Viņi paņem pildspalvu un kopā zīmē, cenšoties saprast viens otra domas un izveidot kopīgu zīmējumu.

Skolotājs pēc dažām minūtēm aicina pārrunāt šo darbu: „*Vai uzdevumu bija grūti izpildīt? Kāpēc? Kas ir nepieciešams, lai varētu sekmīgi tikt galā ar šādu uzdevumu? Kurš pāri ir līderis? Kā sadalījās lomas? Kā bērni darbojās? Kā būtu vieglāk veikt šo uzdevumu?...*”

Skolotāja kopā ar bērniem sasēžas aplī, notiek pārrunas, par vissvarīgāko saskarsmē ar otru cilvēku? Visas atbildes skolotāja fiksē, pasvītro, kas atkārtojas un apkopo viedokļus.

Tādejādi nonāk pie efektīvas saskarsmes principiem (noteikumiem), kas ir īstas un labas saskarsmes pamatā (iespējamie varianti):

- *Uzmanīgi klausies! Nerunā, jo nav iespējams klausīties, kad tu pats runā!*
- *Smaidi sarunas biedram, skaties acīs!*
- *Izrādi savu interesi. Uzdod jautājumus!*
- *Centies saprast otru un ieklausīties viņa domās!*
- *Esi mierīgs un pacietīgs!*
- *Nopietnai sarunai izvēlies laiku un vietu!*
- *Pasaki sarunas biedram, kā jūties!*
- *Nedusmojies, bet centies būt iejūtīgs!*
- *Nebaidies atzīt savu kļūdu un atvainoties!*
- *Ievēro zelta likumu: tavai attieksmei jābūt tādai, kādu tu gribētu sagaidīt no citiem!*

Nodarbības beigās var veikt pašvērtējumu ar nepabeigto teikumu metodi. Piemēram:

Saskarsmē ar otru man padodas....

Man patīk sarunāties, jo....

Es zinu šādus noteikumus.....

Ir jāprot ieklausīties otrā, jo....

SACERĒSIM PASAKU

Mērķi: Attīstīt skolēnu saskarsmes spējas, komunikatīvo kompetenci. Rosināt skolēnus izteikšanās spējas.

Izmantotie materiāli: Liela lapa katrai grupai, flomāsteri katram skolēnam.

Apraksts:

Skolēni sadalās grupās pa četri, vienas minūtes laikā katrs pastāsta kaut ko par sevi, savām interesēm u.t.t. Pēc tam klases priekšā katrs stāsta par savu kaimiņu no labās puses, bet savā vārdā (piemēram: *Es esmu...., dzīvoju...., man ļoti patīk....*)

Grupas vienojas par pasakas (stāsta) tēmu un pieraksta to lapas augšā. Pēc kārtas skolēni raksta šo tēmu pa vienam teikumam, ikreiz padodot lapu savam kaimiņam pa labi. Katram skolēnam jāuzraksta vismaz 2 – 3 teikumi.

Kad skolēni ir pabeiguši, katra grupa uzstājas (pasaku var lasīt viens grupas dalībnieks vai arī to var lasīt visa grupa, pasaku var arī attēlot kustībās vai attēlot kā citādi).

Skolēnu darbiņi tiek izkārtoti klasē. Skolēni tiek rosināti novērtēt pasakas.

Skolēni dāvina viens otram dāvanas (tās ir nozīmītes vai zīmējumi ar saskarsmes elementiem, vārdiem, piemēram: laipnība, prasme uz klausīt, uzticība, ieklausīšanās u.t.t.).

RADOŠĀ KOLĀŽA

Mērķis: Stiprināt skolēnu sadarbības prasmes, veicināt komunikāciju un saskarsmes spējas.

Tēma: Gadalaiki manā pilsētā.

Izmantotie materiāli: Iepriekš sagatavoti žurnāli, attēli, avīzes un citi palīgmateriāli; šķēres, flomāsteri, līme, lielas lapas katrai grupai.

Apraksts:

Grupās izveidot radošo kolāžu tēmai, kur atspoguļojas krāsās, attēlos - notikumos, situācijās, arī vārdos dzīve pilsētā dažādos gadalaikos. Brīva skolēnu fantāzija un iespēja izpaust emocijas caur krāsām un materiālu. Bērni prezentē un nedaudz pastāsta par darbu un darba tapšanas procesu.

VIZĪTKARTE

Mērķi: Attīstīt komunikācijas prasmes, spēju ieklausīties un saprasties.

Apraksts:

Skolēni apsēžas aplī. Ir nepieciešams dzijas kamols. Skolēni viens otram padod kamolu, katram jāpastāsta par sevi, tinot jaunu kamolu no dotā (pārtinot). Uzdevumu var sarežģīt, katrs

nākamais runātājs pasaka par sevi kaut ko vairāk nekā iepriekšējais. Piemēram: ...*mani sauc Ieva, man patīk spēlēt tenisu*. Nākamais skolēns: *mani sauc Jānis, man patīk gatavot ēdienu, un es protu spēlēt šahu u.t.t.*

Atgriezeniskā saikne: šajā aktivitātē veidojas klases kolektīva uztvere kopumā, attīstās prasme ieklausīties un bērni tuvāk iepazīst viens otru un veidojas pozitīvas saskarsmes elementi.

MANA PILSĒTA

Mērķis: Veidot priekšstatu par mūsu pilsētu. Attīstīt prasmes strādāt grupā un patstāvīgi meklēt informāciju.

Izmantotie materiāli: vatmana lapas, zīmuļi, flomāsteri.

Apraksts:

Skolotāja piedāvā skolēniem atcerēties kāda ir mūsu pilsēta, pārrunājot to kopā ar bērniem. Piedāvā sadalīties grupā un mēģināt atrast vajadzīgo informāciju katrai grupai. Izdod vatmana lapas, zīmuļus, flomāsterus. Sadala uzdevumus grupai, par ko meklēt informāciju.

1. grupa – Daugavpils simbolika. Skolotāja rosina skolēnus atrast informāciju par mūsu pilsētas simboliku, zīmējumus, aprakstu, vēsturi u.t.t.

Kad skolēnu grupa atrada vajadzīgo informāciju, skolotāja piedāvā savā grupā to apkopot uz vatmana lapas, kā skolēni vēlējas, bet lai tas ir saprotams citiem.

2. grupa – Daugavpils ievērojamākās vietas.

Skolotāja rosina skolēnus iedomāties, ka viņus paprasīja novadīt ekskursiju svešam cilvēkam, kurš atbrauks uz Daugavpils jubileju. Bet ir tikai viens nosacījums, ir jāparāda ciemiņam tikai 5 visinteresantākās vietas mūsu pilsētā. Kur jūs vedīsiet ciemiņus mūsu pilsētā?

Skolēni tāpat visu apkopo uz vatmana lapas, zīmē, raksta.

3. grupa – Daugavpils mikrorajoni(Centrs, Mežciems, Gajoks, Križi, ...).

Skolotāja jautā: varbūt kāds bērns dzīvo vienā no šiem mikrorajoniem. Tad mēģina noskaidrot, kas ir zināms, kādi interesanti fakti ir par šiem mikrorajoniem? Piedāvā atrast interesantu informāciju, kas pēc skolēnu domām ir svarīga un apkopo to visu uz vatmana lapas.

4. grupa – Daugavpils cietoksnis.

Skolotāja jautā: *vai kāds no bērniem ir bijis cietoksnī?* Ja, kāds ir bijis, tad rosina pastāstīt vai patika, nepatika un kas. Ja nav bijuši, skolotāja piedāvā atrast informāciju par cietoksni un iepazīstināt visus klasesbiedrus. Skolēni meklē informāciju un apkopo to uz vatmana lapas.

Katra grupa prezentē savu paveikto darbu.

PILSĒTAS VĒSTURE

Mērķi: Veidot priekšstatu par pilsētas vēsturi. Attīstīt prasmes strādāt grupā, attīstīt pieklājības normas.

Izmantotie materiāli: fotogrāfijas, flomāsteri.

Apraksts:

Skolotāja piedāvā iepazīt mūsu pilsētas vēsturi muzejā. Sadalot skolēnus grupās, skolotāja izdala vatmana lapas un rosina uzzīmēt vai uzrakstīt visspilgtāko, kas palika atmiņā no pilsētas vēstures. Katra grupa prezentē savu darbu. Skolotāja piedāvā izdarīt kopīgu darbu, izveidot kopīgu plakātu no vēsturiskām fotogrāfijām. Skolēni sadala lomas, lai prezentēt plakātu.

ES UN MANA ĢIMENE

Mērķis: Veicināt sadarbību un saskaņu starp klases skolēniem.

Apraksts: Klasē skolotāja ar skolēniem pārrunā skolēna ģimenes lomu katra cilvēka dzīvē

- *Kāpēc cilvēki dzīvojot kopā ne vienmēr var labi pazīt viens otru?*
- *Kas ir ģimene?*
- *Ko nozīmē – dzīvot ģimenē?*
- *Skolēni zīmē attēlu vai apraksta laimīgākos mirkļus savā ģimenē.*
- *Skolēniem tiek piedāvāts uzdevums: Pabeidz teikumus (“Ja es būtu mamma....”, “Ja es būtu tētis”).*

Skolēni tiek sadalīti grupās. Skolotāja rosina padomāt par sevi, savu ģimeni, ja kāds skolēns vēlās pastāstīt par savu ģimeni, droši var izteikties un pastāstīt. Skolotāja akcentē to, ka darbs būs individuāls, bet skolēni sēdēs pa grupām. Katram skolēnam iedot papīru, kur būs skolēna zīmējumi, raksti u.t.t. Zīmējums variant:

1. Mana ģimene Daugavpilī (kur es atpūšos Daugavpilī ar ģimeni).
2. Ko es redzu pa logu no savām mājām?
3. Ko es ar ģimeni daru savas pilsētas labā?

Kad skolēni ir pabeiguši darbu, notiek prezentācija un visi darbiņi tiek ielikti kopīgā grāmatā “Mana ģimene”.

ES UN MANA PILSĒTA AKTIVITĀTE: „MANAS PILSĒTAS KRĀSAS”

Mērķi: Nostiprināt skolēnu prasmi komunicēt, veikt refleksiju par paveikto, attīstīt spēju ieklausīties klasesbiedrā.

Apraksts:

Skolotāja iepazīstina skolēnus ar aktivitātes mērķi un uzdevumiem, rosina skolēnus atcerēties krāsu apli, krāsu nozīmi un asociācijas – tās noskaidro “domu kartes” un “prāta vētras” veidā, kopīgi pārrunājot un veicot pierakstus uz lielas lapas. Katrs skolēns tiek aicināts atcerēties spilgtākos momentus, ko redzēja dodoties pilsētā, akcentējot tieši krāsas uz namiem, celtnēm, parkā, spēļu laukumā u.t.t. Skolēni pastāsta nedaudz par redzēto. Skolēni aizpilda darba lapu:

Darba lapa

Manas pilsētas krāsas

Mans vārds _____

Lūdzu, aizpildi dotos lodziņus pēc saviem ieskatiem!

Visspilgtākā krāsa manā pilsētā ir, _____, jo _____ _____ _____ _____
--

Pilsētā Es pamanīju šādus krāsu toņus (izkrāso lodziņu šajos toņos, veido mozaīku)
--

Kāda ir tagad tava pilsēta, šajā gadalaikā? Uzraksti!

Uzzīmē tavuprāt visspilgtāko pilsētas objektu!
--

Iekrāso lodziņu tādā krāsā, kā tu juties strādājot kopā ar saviem klasesbiedriem!

Izkrāso sava noskaņojumazvaigznīti!



Turpinot sadarbību, skolēni grupās veido plakātu „Pilsēta nākotnē”. Skolotāja rosina skolēnus iedomāties, ka viņi ir pilsētas galva un izdomāt, kādu tie grib redzēt pilsētu nākotnē. Notiek refleksija par paveikto, tādejādi spilgti iezīmējas skolēnu priekšstati, emocijas un analīze notiek sēžot aplī (katrs skolēns otram padod kādu pilsētas simbolu un aicina pastāstīt par redzēto, izjusto un darbu aktivitātē, arī iespaidi un sajūtas par pilsētu; piemērs: Man visvairāk piesaistīja zaļā krāsa, jo Daugavpils ir zaļa un tīra pilsēta, nodarbībā es atklāju daudz jauna par savu pilsētu).

ES SAVAI PILSĒTAI

Mērķi: Mācīt sadarboties grupā, mācīties uz klausīt vienam otru.

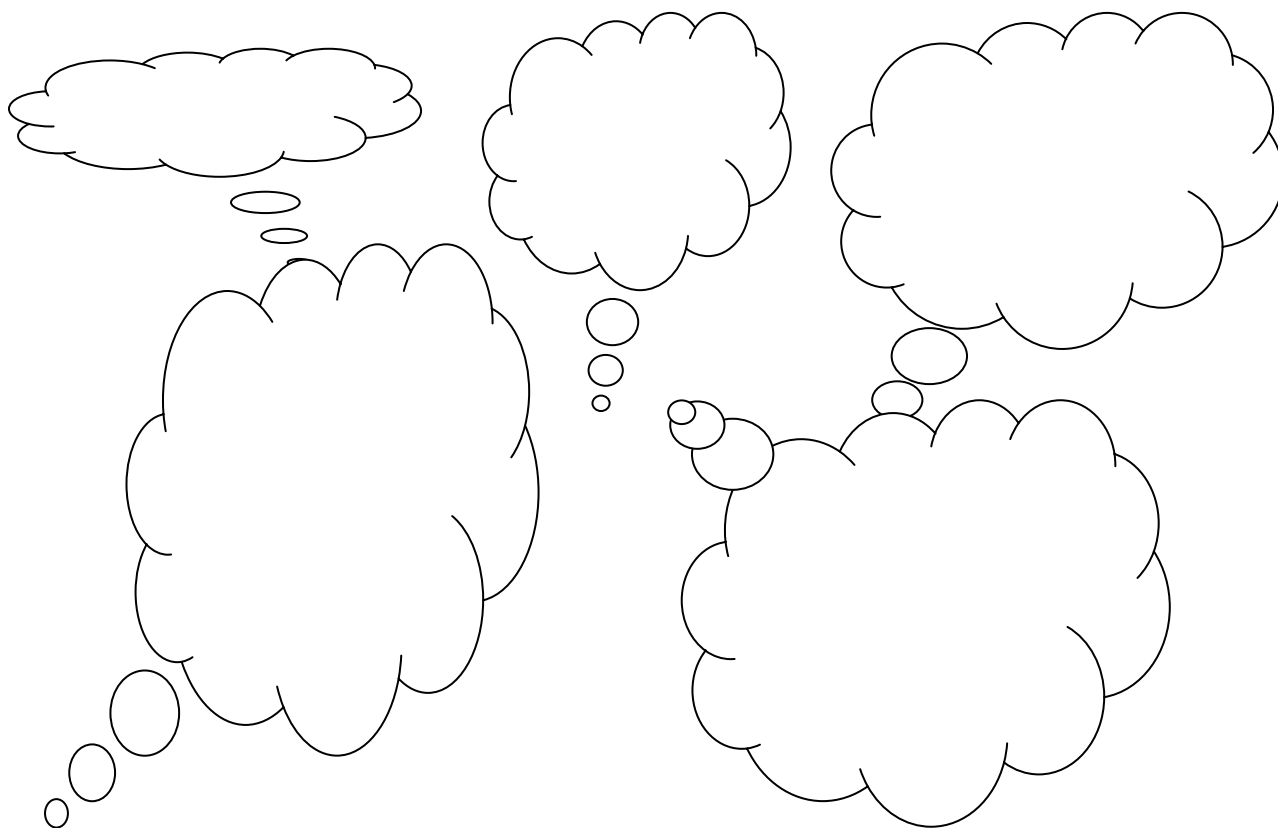
Apraksts:

Pēc sadalīšanās grupās, skolēni veido savas grupas Logo. Prezentē, logo, pastāsta kā tas tapa, kāpēc tieši tāds logo. Aizpilda darba lapu par pilsētas vīziju, savu skatījumu uz pilsētas nākotni.

Darba lapa

Ja es būtu pilsētas mērs, savai pilsētai es gribētu....

Mākonīšos ieraksti, ko tu paveiktu savā pilsētā nākotnē, ja būtu pilsētas mērs!



Turpinot, veido pilsētas plakātu, kur atstāj savu roku nospiedumus ar vēlējumu savai pilsētai. Grupās gatavojās prezentēt katru paveikto dienu. Sadala lomas.

REKLĀMAS VEIDOŠANA MANAI PILSĒTAI

Mērķis: Mācīties sadarboties grupā, izprast otra viedokli, mācīties pieņemt kopā lēmumu.

Uzdevumi:

- pārrunāt grupās, kas pilsētā ir interesants, ar ko varētu piesaistīt tūristus, ciemiņus?
- izvēlēties reklāmas tēmu, uzklaut visas idejas un pieņemt lēmumu.
- darboties radoši, zīmējot, līmējot - veidojot reklāmu: izvēlies daugavpili!
- prezentēt savu reklāmu, izdomājot tai moto (piemēram: esi bijis daugavpilī? nāc uz mūsu pili!)

PILSĒTAS GLEZNA

Mērķis: Caur aktivitātēm saliedēt klases kolektīvu, mācīt skolēniem uzklaut otru un izprast otra cilvēka sajūtas (jo tās var būt tik dažādas!), akcentēt pozitīvas saskarsmes nozīmi cilvēka dzīvē, mācīties izvērtēt kopīgi padarītu darbu.

Apraksts:

Vispirms darbs tiek veikts individuāli, kur skolēni katrs uzzīmē kādu vienu īpašu objektu, vietu vai skatu Daugavpilī (darbs veicams uz nelielām lapām, kā foto). Tad šie darbiņi tiek apkopoti, skolēni turpina darbu kopā, kolektīvi veidojot pilsētas gleznu, papildinot ar pierakstiem, komentāriem. Nodarbības beigās skolotāja piedāvā atskatu uz darbu – izvēlēties vienu pašvērtējuma kartīti, kur uzdevums ir pabeigt iesākto teikumu.

Darba lapa

Pašvērtējuma kartītes

MAN ĻOTI PATIKA DARBOTIES GRUPĀ, JO...	ES LABPRĀT PIEDALĪJOS GRUPU DARBĀ, JO....
VISVAIRĀK MAN PATIKA DARBOTIES...	MAN ATMIŅĀ PALIKA.... JO.....
MANUPRĀT DIENA IZDEVĀS, JO...	SVARĪGI IR IEKLAUSĪTIES OTRĀ, JO...
KOPĪGS DARBS IR VĒRTĪGS, JO...	KOPĀ ESOT MĒS...

Par atbildi katrs skolēns saņem piespraudīti, ko skolotāja pati pagatavojusi (tā var būt kāds pilsētas simboliņš, arī uzlīmīte).

Secinājumi

Sākumskolas periods ir labvēlīgs saskarsmes prasmju attīstīšanai un kompetenču pilnveidošanai. Sevišķa uzmanība ir jāpievērš saskarsmes prasmju attīstībai sākumskolā. Sākumskolas skolēnu saskarsmes īpatnības mācību vidē nosaka skolēnu attīstības vecumposms, jo katrā vecumā intereses, prioritātes un vajadzības būtiski atšķiras.

Mācību vides piemērotība veicina labvēlīgus apstākļus mācību procesam, tā ietekmē skolēnu savstarpējo saskarsmi grupā, kā arī savstarpējo sadarbību ar skolotājiem. Lai plānotu un organizētu savu un skolēnu darbību projekta laikā, skolotājam jārada nepieciešamie apstākļi, radoša vide, tas ir, jāveido atbilstoša materiālā bāze; jārada nepieciešamā psiholoģiskā gaisotne; nepieciešama aktivizēšana un stimulēšana, darbības regulēšana; psiholoģiska drošība (vērtības apziņa, apstākļi, sapratne, empātija) un izvēles brīvība.

Var atzīst, ka projektu izmantošana paplašina un vienlaicīgi sarežģī skolēnu novērtēšanas iespējas. Skolēniem ir iespēja parādīt sevi neformālajā veidā, tādējādi bieži liekot mainīt apkārtējo uzskatus par sevi, projekts ir ļoti pateicīga darba forma skolēnu sadarbības un saziņas, kā arī vispārīgo domāšanas prasmju attīstīšanai un novērtēšanai.

Projekti parasti piedāvā kādus paliekošus rādītājus – pierādījumus par skolēnu sasniegumiem, kurus iespējams iekļaut skolēnu personiskajā lietā, jeb mapītē – portfolio, kā vērtīgu informāciju citiem kolēģiem un vecākiem.

Projekts skolēnos veido mācīšanās motivāciju, atbilstošu vērtību izjūtu un izkopj saskarsmes prasmes. Sadarbības rezultātā, tiek veicināta skolēnu izziņas darbība, attīstītas radošās spējas un nostiprinātas komunikatīvās iemaņas.

Projekti paredz uzdevumu mijiedarbību, sadarbību un personības izkopšanu. Projekts ir piemērots veids, kā attīstīt skolēniem saskarsmi ar vienaudžiem.

Izmantotā literatūra

- Dubkēvičs, L. (2006). *Saskarsme audzēkņiem*. Rīga: Jumava.
- Izglītības un Zinātnes Ministrija (IZM) (2013). *Izglītības attīstības nostādnes 2014-2020*. Skatīts internetvietnē (http://www.izm.izm.gov.lv/upload_file/2013/IAP_2020_projekts_pa.pdf) 11.09.2016.
- Pļaveniece, M., & Škuškovnika, D. (2002). *Sociālā psiholoģija pedagogiem*. Rīga: Raka.

2. PAŠIZVĒRTĒJUMS, MOTIVĀCIJA, PANĀKUMI

Liela nozīme cilvēka dzīvē ir adekvātam **pašizvērtējumam**, pašizvērtējumam, kurš balstās uz reāliem sasniegumiem. Pašizvērtēšanā vieglāk iesaistās tie bērni, kuriem nav citas vērtēšanas pieredzes. Ja skolotājs: 1)izstrādā katram konkrētam gadījumam konkrētu kritēriju sistēmu; 2)psiholoģiski noskaņo skolēnus savu rezultātu izvērtēšanai; 3)rada situāciju, kad skolēniem ir dots laiks salīdzināt sava darba rezultātus ar iepriekš izvirzītajiem pārbaudes kritērijiem un secināt par savas darbības efektivitāti, mudināt skolēnus izveidot attīstības programmu nākamajam periodam, kurā ietverta informācija par iepriekšējās darbības rezultātiem, tad skolēni ātri apgūst prasmi sevi novērtēt, to dara ar prieku, bez pārdzīvojumiem. Te sākumskolas bērniem labi noder darbu mapes, pašizvērtējuma kartes.

Skolotājs:

- atzīst katru bērnu kā individualitāti, veicina individuālo talantu attīstību individuālajā darbā ar skolēnu;
- palīdz bērnam izprast personības veidošanās sarežģīto struktūru, saskatīt sevī labo;
- palīdz izprast savus mācību sasniegumus, izanalizēt neveiksmju cēloņus, plānu individuālo attīstības plānu.

Atgādina, ka labi vecāki:

- veicina bērnam piemītošo spēju attīstību;
- kā galveno prioritāti ģimenē izvirza bērna veselību;
- mīl viņus tāds, kādi viņi ir;
- palīdz izprast neveiksmju cēloņus.

Cilvēka darbībai ir nepieciešams **mērķis**. Ir mērķi, kuri sasniedzami ilgākā laika posmā, uz tiem cilvēks var tiekties visu savu mūžu. Lai aktivizētu savu darbību izvēlamies mazākus mērķus, kuru sasniegšana ir iespējama īsākā laika posmā, ieguldot mazāku piepūli. Savu darbu plānojam, plānā tiek ietverta: ideja, gaita, laiks, resursi, sasniedzamie rezultāti.

Skolotāja:

- veicina mērķu izvirzīšanu un sasniegšanu, aktivizē iekšējo motīvu veidošanos;
- izmanto darba metodes, kas bērnam dod iespēju saskatīt apgūstamās vielas nozīmi un pielietojamību.

Atgādina, ka labi vecāki:

- uztic bērniem pienākumus saistītus ar pašapkalpošanos;
- izturas ar cieņu pret savu bērnu;
- saskata bērna veiktā darba svarīgumu.

Panākumu situācijas aktivizē audzēkņu pozitīvo potenciālu.

Skolotāja:

- rada vidi, kurā katrs saskata savus mācību un attīstības sasniegumus;
- rada panākumu situācijas, dod iespēju sevi parādīt, atklāt savas spējas;
- pievērš skolēna un viņa klases biedru uzmanību mācību un citiem sasniegumiem.

Atgādina vecākiem, ka labi vecāki:

- pamana savu bērnu labos darbus;
- audzina priekā, pasargā no negatīvu emociju uzkrāšanās.

Šajā nodaļā apkopoti metodiskie raksti, kas palīdz motivēt bērnus darbam, pašizvērtēt savu sniegumu un gūt panākumus. Daugavpils pirmsskolas izglītības skolotāja Alina Viršuta rakstā „Matemātiskie uzdevumi- spēles 5.-6. gadus vecām meitenēm un zēniem”. Aicina padomāt par viņu dzimumatšķirībām un to ietekmi uz uzdevumu izvēli mācību procesā. Daugavpils 16.vidusskolas skolotāja Karīnas Gomolas piedāvātās spēles palīdzēs matemātisko pamatprasmju nostiprināšanu padarīs interesantu un aizraujošu. Privātās pirmsskolas izglītības iestādes skolotāja Elīna Škutāne un DU lektore Larisa Silova aicina pievērsties tīšās uzmanības īpašību attīstībai pedagoģiskajā procesā pirmsskolā. Daugavpils Izglītības pārvaldes galvenā speciāliste pirmsskolas izglītības jautājumos Ingrīda Zeļenkova pievēršas diskutablajam jautājumam par mājas darbiem pirmsskolā. Iesaka tos uztvert kā iespēju veicināt vecāku, viņu bērnu un skolotāju sadarbību. Savukārt Bebreņu VP vidusskolas skolotāja Evita Skrimble piedāvā integrētos matemātikas un literatūras uzdevumus, rosinot ikdienas problēmu risināšanā izmantot matemātiskus paņēmienus.

2.1. INTEGRĒTIE KOMBINATORIKAS UZDEVUMI

4. KLASES SKOLĒNIEM

Evita Skrimble (Bebrenes VP vidusskola, skolotāja)

Abstrakts

Cilvēks ikdienas dzīvē visur saskaras ar matemātiku. Arī ar kombinatorikas uzdevumiem reālajā dzīvē ir jāsastopas bieži. Ik rītu pamostoties, pārdomājam, kādu apģērbu šodien vilksim, kādas brokastis, pusdienas ēdīsim, kādā veidā dosimies uz darbu, uz skolu. Tās ir situācijas, kad ir jāpārdomā visas iespējamās iespējas, lai pēc tam varētu izvēlēties pareizāko, piemērotāko no tām. Dzīvē un mācībās saskaramies ar uzdevumiem, kuru risināšanai tiek pielietotas zināšanas, prasmes, kas balstās uz pieredzi. Tāpēc autore piedāvā kombinatorikas uzdevumus un risinājumu veidus. Visus uzdevumus var atrast Skrimbles Evitas bakalaura darbā (2015) "Integrētie kombinatorikas uzdevumi 4. klases skolēnu matemātisko prasmju attīstībai."

Ievads

21. gadsimts cilvēku dzīvē ir radījis radikālas pārmaiņas, kuras skar ikvienu sabiedrības locekli. Arvien vairāk tiek runāts par kompetencēm, kurām ir jāpiemīt cilvēkam, lai viņš būtu konkurētspējīgs Eiropas un pasaules tirgū. Matemātiskā pamatprasme ir spēja attīstīt un piemērot matemātisko domāšanu, lai ikdienas situācijās risinātu dažādas problēmas. Indivīdam ir jābūt prasmēm ikdienas kontekstā gan darbā, gan mājās pielietot pamata matemātikas principus un paņēmienus (*Mūžizglītības galvenās pamatprasmes, 2007*).

Cilvēkam aizvien grūtības sagādā dažu elementāru uzdevumu veikšana ikdienā. Pētījumi pierāda to, ka Latvijā ir maz skolēnu, kuri spēj atrisināt paaugstinātas grūtības uzdevumus. Kā viena no visvājāk attīstītajām kompetencēm ir tieši matemātiskā.

Arī 3.klases diagnosticējošā darba rezultātu analīze parāda, ka skolēniem sagādā grūtības matemātikas uzdevumi, kuros jāveic dažādu iespēju pārbaude, kur nav viena acīmredzama atrisinājuma. Kā uzskata prof. E. Krastiņa, tad skolēniem jāpiedāvā uzdevumi, kuros izmanto prasmi prognozēt, kombinēt, analizēt, sintezēt, vispārināt (*Krastiņa, 2014*).

Šajā rakstā tiek piedāvāti integrētie kombinatorikas uzdevumi 4.klases skolēniem. Tiek veidoti uzdevumi, kuru saturs ņemts no Margaritas Stārastes pasakām, jo pasakas palīdz skolēniem gūt priekšstatu par pasaules daudzveidību, par tajā notiekošajiem procesiem. Pasakas rosina iztēli un veido prasmes lietot matemātiskās sakarības un pamatjēdzienus ikdienas dzīvē. Integrētā pieeja nodrošina satura apguvi un zināšanu, prasmju nostiprināšanu nestandarta situācijās, respektējot skolēnu intereses.

Mūsdienās daudzi zinātnieki un skolotāji runā un raksta par mācību satura integrāciju, kas ir līdzeklis, kā attīstīt skolēna personību (*Žogla, 2003*). Savos rakstos M. Breidaka, E. Drelinga, S. Miltoviča akcentē to, ka jebkurš skolēns ir personība, kuram ir jāpalīdz iekļauties skolas un ikdienas dzīvē, kā arī skolotājam jāņem vērā bērna vajadzības, lai, vadoties pēc tām, varētu veidot atbilstošu mācību saturu un nodrošinātu humānu pieeju (*Drelinga, 2003; Miltoviča, 2001; Breidaka, 2000*).

Bērns uz skolu nāk, lai gūtu ne tikai zināšanas, prasmes un iemaņas, bet arī apgūtu pirmos dzīves pamatus, gūtu pieredzi (*Drelinga, 2003; Čehlova & Grīnpauks, 2003; Salīte, 1998*).

Ikviens - gan pieaugušie, gan bērni - savas dzīves laikā ir piedzīvojuši pasaku burvību, kas ļauj iejusties tēlā un noticēt brīnumiem. Pateicoties pasakām, skolēns var apgūt daudz jaunu zināšanu, prasmju, kuras noderēs turpmākajā dzīvē (*Šmits, 1925*).

Ar pasakas palīdzību, skolēns izzina pasauli un ierauga to citām acīm. Pasaka uzbur ainas, tēlus, kurus nespēj uzburt neviena filma. Skolēniem labāk piedāvāt pasakas, kur pasaku varonis dodas ceļā, jo caur pasaku varoni skolēns nonāk pie jaunām atziņām, gūst pieredzi. Šīs atziņas ļauj izvērtēt savu esošo pieredzi un saprast, ka katram ir sava laime, savs darbs, kas sniedz prieku un gandarījumu un padara par godīgu, čaklu cilvēku (*Freiberģa & Priede, 2007*).

R. Andersone un I. Freiberga akcentē, ka pasakām un literāriem darbiem ir būtiska loma bērna attīstībā, jo ar pasaku palīdzību bērns attīsta savu vārdu krājumu, tā ļauj bērnam brīvi iejusties kādā pasaku varonī, kā arī tā netiešā veidā liek skolēnam mācīties, gūt jaunas, dzīvei noderīgas atziņas (*Freiberģa, 2007; Andersone, 2006*).

Ar pasaku palīdzību skolēns gūst priekšstatu par pasaules daudzveidību, par tajā notiekošajiem procesiem. Pasakas rosina iztēli un veido prasmes lietot matemātiskās sakarības un pamatjēdzienus ikdienas dzīvē vienkāršā valodā (*Andersone, 2006*).

Jaunākā skolas vecuma bērniem raksturīgas ievērojamas izmaiņas attīstībā. Bērni šajā vecumposmā turpina attīstīties gan garīgi, gan fiziski (*Krastiņa, Andersone & Mencis, 2011; Špona, 2006; Volša, 2002; Valtneris, 2001; Svēne, 1999; Puškarevs & Golubevs, 1999*).

Skolēns ir personība, kuram ir jāpalīdz iekļauties skolas un ikdienas dzīvē, kā arī skolotājam jāņem vērā bērna vajadzības, lai, vadoties pēc tām, varētu veidot integrētu mācību saturu (*Čehlova & Grīnpauks, 2003; Drelinga, 2003; Miltoviča, 2001; Breidaka, 2000; Salīte, 1998*).

Var secināt, ka šajā vecumposmā ir jārēķinās ar skolēnu straujo fizisko un garīgo attīstību, kas līdz ar to ietekmē uzvedību, uzmanību un attieksmi. Skolotājam šajā laikā ir jābūt pacietīgam un saprotošam, jārada emocionāli labvēlīga mācību vide. Jāizvēlas atbilstošs darba temps un

nevajadzētu ilgu laiku koncentrēties uz lasīšanu, rakstīšanu, jo bērnu uzmanība šajā vecumā nav noturīga. Jaunāko klašu skolēniem par autoritāti kļūst skolotājs, tas nozīmē, ka skolotājs var mudināt un motivēt bērnu darbam un mācību procesam. Tieši tāpēc, ka skolotājs zina katra vecumposma īpatnības, viņam pret skolēniem jāizturas ar sapratni un jāpielāgojas skolēnu vēlmēm, vajadzībām un interesēm, cik tas ir iespējams mācību procesā.

Matemātikā skolēniem atbilstoši standarta prasībām ir jāveic dažādas darbības ar skaitļiem, jāprot veikt dažādi uzdevumi, kas saistīti ar skaitļiem, jo mēs nevaram iztikt bez skaitļiem ikdienas dzīvē.

Lai cilvēks ikdienā varētu veikt konkrētas darbības, ir nepieciešamas vairākas pamatprasmes, piemēram, matemātikas, valodas, sociālās u.c. Līdz ar to darbi ikdienas dzīvē tiek veikti kvalitatīvāk un prasmīgāk.

Ikdienas dzīvē mēs saskaramies ar uzdevumiem, kur rodas nepieciešamība no dotajiem elementiem izvēlēties tādu, kuram piemīt kāda konkrēta īpašība. Reizēm ir nepieciešamība šos elementus sakārtot kādā noteiktā secībā. Šajos uzdevumos bieži vien ir nepieciešams kombinēt vai sakārtot elementus kādā noteiktā veidā, tad šos uzdevumus sauc par kombinatorikas uzdevumiem. Kombinatorika ir matemātikas nozare, kas pēta un aplūko šāda veida uzdevumus (*Andžāns & Detlovs, 2007; Kriķis & Šteiners, 2001;*).

Kombinatorikas uzdevumu atrisināšanai var izmantot vairākus atrisināšanas paņēmienus. Arī vienu kombinatorikas uzdevumu iespējams atrisināt ar vairākiem paņēmieniem:

- 1) ar tabulas palīdzību,
- 2) izmantojot grafus,
- 3) uzzīmējot uzskatāmu zīmējumu,
- 4) grupēšanu,
- 5) izmantojot Eilera apļus (*France, 2008; Ģingulis, 2012*).

Integrētie uzdevumi ir veidoti pamatā uz multidisciplināro pieeju, jo latviešu valodas stundās tiek piedāvātas pasakas un matemātikas stundās piedāvā skolēniem risināt kombinatorikas uzdevumus, kuri ir balstīti uz pasakām. Par pamatu tika izvēlētas astoņas M. Stārastes pasaku grāmatas (*Stāraste, 2007b; Stāraste, 1977; Stāraste, 2007a; Stāraste, 2005; Stāraste, 2013a; Stāraste, 2013b; Stāraste, 2013c; Stāraste, 2013d*). Vienai pasaku grāmatai tikai izveidoti 5 dažādi kombinatorikas uzdevumi, kurus var atrisināt ar dažādiem paņēmieniem.

Piedāvātos uzdevumus var risināt, izmantojot šādus paņēmienus, tomēr bērns var izvēlēties risināt uzdevumu arī pēc cita paņēmiena.

Integrētie kombinatorikas uzdevumi

AR TABULAS PALĪDZĪBU RISINĀMS UZDEVUMS

1. Lācītis Rūcītis iepazīnās ar ežu ģimenīti, kurā auga 5 eziši. Viņš nolēma paspēlēties ar tiem. Lai spēlētu spēli, bija nepieciešams sadalīties pa divi- izveidot pāri. Pats Lācītis arī iesaistījās spēlē. Cik dažādus pārus var izveidot?

	Ezis 1	Ezis 2	Ezis 3	Ezis 4	Ezis 5	Lācītis
Ezis 1	-	-	-	-	-	-
Ezis 2		-	-	-	-	-
Ezis 3			-	-	-	-
Ezis 4				-	-	-
Ezis 5					-	-
Lācītis						-

Atbilde. Var izveidot 15 dažādus pārus.

AR UZSKATĀMU ZĪMĒJUMU / SHĒMU RISINĀMS UZDEVUMS

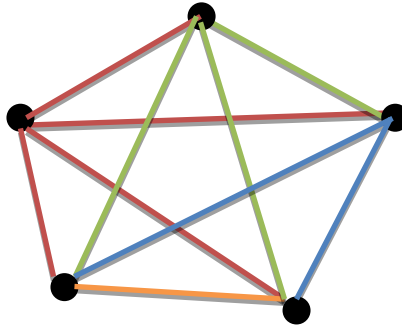
2. Pīlēns Pēčuks no Mika mājām devās uz dārzu, no dārza līdz mežam var nokļūt pa 2 ceļiem. No meža ticis ārā, viņš devās uz ezeru pa 1 no 3 ceļiem. Pa cik dažādiem ceļiem pīlēns Pēčuks var nokļūt no mājām līdz ezeram? (Uzzīmēs visus iespējamus variantus!)



Atbilde. Pīlēns Pēčuks var tik līdz ezeram pa 6 dažādiem ceļiem.

AR GRAFU METODI VAR ATRISINĀMI UZDEVUMI

3. Sniegbaltīte cep visgardākās piparkūkas. Viņa māk izcept tik lieliskas zvaigznītes, tik čaganus pūsmēnešus, tik gludus sunīšus un kaķīšus. Sniegbaltīte cep arī mazus piparkūku vīreļus. Viņa atļauj katram rūķītim izvēlēties 2 dažādas piparkūkas. Cik dažādus piparkūku pārus var izvēlēties 1 rūķītis?

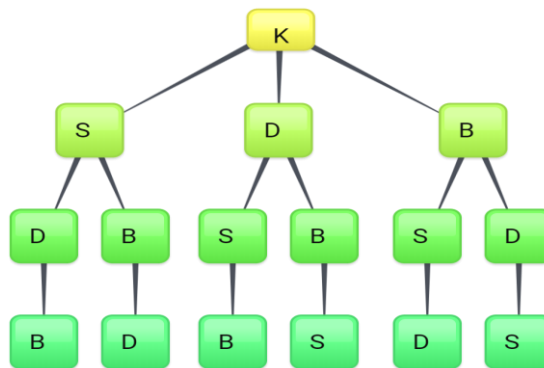


$$4 + 3 + 2 + 1 = 10 \text{ (dažādas piparkūkas)}$$

Atbilde. Viens rūķītis var izveidot 10 dažādu piparkūku pārus.

AR SAZAROJUMA GRAFU ATRISINĀMI UZDEVUMI

4. Pīlēns Pēčuks izpleznoja ārā, lai apskatītu pasauli. Pačāpojis gabaliņu uz priekšu, viņš nonāca pie dobītes, kur augs kāpostiņš, burkāniņš, sīpoliņš, dille. Viņš ilgi domāja, pie kura no dārzeņiem doties vispirms un aprunāties. Cik dažādos veidos Pēčuks var pieiet pie dārzeņiem?



$$6 \cdot 4 = 24 \text{ (veidi)}$$

Atbilde. Pēčuks var pieiet pie dārzeņiem 24 dažādos veidos.

AR GRUPĒŠANU ATRISINĀMS UZDEVUMS

5. Snidzis darina rotaļu vilcienus. To vagoni ir dažādās krāsās – zilā (Z), sarkanā (S), violetā (V). Cik dažādus vilcienus Snidzis var salikt, ja viens vilcieniņš sastāv no 3 dažādu krāsu vagoniem?

Z, S, V	S, Z, V	V, S, Z
Z, V, S	S, V, Z	V, Z, S

Atbilde. Snidzis var salikt 6 dažādus vilcienus.

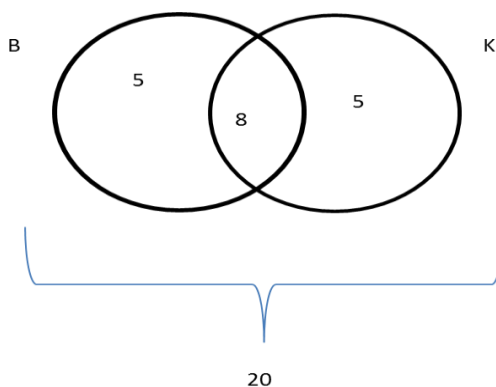
AR SASKAITĪŠANAS PAŅĒMIENU ATRISINĀMI UZDEVUMI

6. Tince nonāca Meža skolā. Meža skolā mācās ragaiņi, spārnaiņi, ļipaiņi un ķepaiņi. Skolā ir 3 klases – zaķu klase, gājputnu klase un racēju klase. Ja pūce atļautu Tincei mācīties, cik veidos Tince var izvēlēties iet vienā no klasēm?

$$1 + 1 + 1 = 3 \text{ (veidi)}$$

AR EILERA DIAGRAMMU ATRISINĀMI UZDEVUMI:

7. Lācītis Rūcītis pļavā redzēja rotaļājamies zaķēnus. Zaķu mamma aicināja bērnus doties uz dārzu vākt ražu. Ražas vākšanā piedalījās 20 zaķēni – 5 zaķēni vāca burkānus, 8 – vāca gan burkānus, gan kāpostus, 5 – vāca kāpostus. Cik zaķēni nedarīja neko?



$$20 - 5 - 8 - 5 = 2 \text{ (zaķēni nedarīja neko)}$$

Secinājumi

Integrētā pieeja motivē darbam jebkuru skolēnu, jo skolēns ir personība un skolotājam ir jāņem vērā skolēnu vēlmes, intereses un vajadzības.

Pasakām bērna dzīvē un attīstībā ir liela loma, jo caur pasaku tiek attīstīts vārdu krājums, iztēle, caur pasakām iespējams mācīties matemātiku.

Izmantojot pasaku sižetus, ir iespējams izveidot kombinatorikas uzdevumu kopu, kas var palīdzēt skolēniem uzlabot matemātiskās prasmes.

Izstrādātie un praksē aprobētie kombinatorikas uzdevumi 4. klases skolēniem ir nozīmīgi, jo tie sekmēja skolēnu matemātisko prasmju attīstību.

Pētījuma rezultāti parāda, ka piedāvātie uzdevumi palielina skolēnu interesi par matemātiku, veidojas nestandarta uzdevumu risināšanas prasmes. Tā kā matemātikā iegūtās zināšanas un prasmes tiek apgūtas, līdz ar to tiek uzlabota arī latviešu valoda, veicinot skolēnu lasītprasmi. Skolēni mācās domāt plašāk, no cita skatu punkta.

Izmantotā literatūra

- Andersone, R. (2006). *No pasakām līdz matemātikai*. Skolotājs, 5, (59), 59-64.
- Andžāns, A., & Detlovs, V. (2007). *Matemātikas mini enciklopēdija*. Rīga: SIA Nacionālais apgāds.
- Breidaka, M. (2000). *Integrētā mācīšana – mode vai nepieciešamība?* Skolotājs, Nr. 3.
- Čehlova, Z., Grīnpauks, Z. (2003). *Skolēnu integratīvo prasmju veidošanās*. Rīga: RaKa.
- Dreliņa, E. (2003). *Pieēja dažādība integrētajās mācībās*. Skolotājs, Nr.2
- France, I. (2008). *Matemātika 8.klasei*. Rīga: Lielvārds.
- Freiberģa, I. & Priede, L. (2007). *Bērns mācās izzināt pasauli*. Rīga: Izglītības soļi.
- Geske, A., Grīnfelds, A., Kangro, A., & Kiseļova, R. (2013). *Latvija OECD Starptautiskajā skolēnu novērtēšanas programmā 2012 – pirmie rezultāti un secinājumi*. Rīga: Latvijas Universitātes Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultātes Izglītības pētniecības institūts.
- Gingulis, E. (2012). *489 spici atjautības un pacietības uzdevumi matemātikā*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Krastiņa, E. (2014). “2014. gada 3.klases diagnosticējošā darba matemātikā rezultātu analīze un priekšlikumi prasmju apguves pilnveidei”. Diagnosticējošais darbs sākumskolā 2013./2014.mācību gadā: rezultātu analīze un ieteikumi. Skatīts internetvietnē (http://visc.gov.lv/vispizglitiba/eksameni/dokumenti/metmat/diagnost_darbs_3kl_2014.pdf) 20.04.2014.
- Krastiņa, E., Andersone, R. & Mencis, J. (2011). *Matemātisko prasmju attīstība ceļā uz sākumskolu*. Skatīts internetvietnē http://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/mat_pasm_attist_saksk/Matematika_gala.pdf 12.02.2014.
- Kriķis, D., & Šteiners, K. (2001). *Algebra 10. – 12.klasei VI*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Miltoviča, S. (2001). *Integrētās mācības – izzināšanas interešu un pašapziņas veidošana*. Skolotājs, Nr,5.
- Puškarevs, I., Golubeva, A. (1999). *Bērņa attīstība*. Rīga: Lielvārds.
- Salīte I. (1998). *Integrēta mācīšana mūsdienu humānās pedagoģijas skatījumā, tās saturs un metodiskais nodrošinājums*. Valsts pasūtījuma pētījums Nr.:9/98, (ISEC).
- Stāraste, M. (2007b). *Kur palicis pīlēns Pēčuks?*. Rīga: Annele
- Stāraste, M. (1977). *Lācīša Rūcīša raibā diena*. Rīga: Liesma.
- Stāraste, M. (2007a). *Mazā eglīte*. Rīga: Annele.
- Stāraste, M. (2005). *Pasakaini sniegi snieg*. Rīga: Annele
- Stāraste, M. (2013a). *Zelta pasakas. Kas notiek Dižmežā?* Rīga: Zvaigzne ABC.
- Stāraste, M. (2013b) *Zelta pasakas. Tince grib mācīties*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Stāraste, M.(2013c). *Zelta pasakas. Ziemas pasaka*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Stāraste, M.(2013d). *Zelta pasakas. Zīlūks*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Šmits, P. (1925). *Ko pasakas un teikas māca?* Skatīts internetvietnē (<http://valoda.ailab.lv/folklor/pasakas/ievads07.htm>) 18.06.2014.
- Špona, A. (2006). *Audzinašanas process teorijā un praksē*. Rīga: RaKa.
- Valteris, A. (2001). *Bērnu un pusaudžu fizioloģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Volša, K.B. (2002). *Bērncentrētu klašu veidošana 8, 9 un 10 gadus veciem bērniem*. Rīga: Sorosa fonda Latvijā.
- Žogla, I. (2003). *Integrācija pedagoģijā: ievads diskusijai*. Skolotājs, Nr.2.
- Mūžizglītības galvenās pamatprasmes*. (2007). EIROPAS PAMATPRINCIPU KOPUMS. Skatīts internet vietnē (http://jaunatne.gov.lv/sites/default/files/web/Jaunatne_darbiba/Info_materiali/Brosuras/2012/kompetences.pdf) 20.01. 2014.

2.2. MATEMĀTIKAS UZDEVUMI – SPĒLES 5–6 GADUS VECĀM MEITENĒM UN ZĒNIEM

Alina Viršuta (Daugavpils 23.pirmsskolas izglītības iestāde, skolotāja un logopēde)

Abstrakts

Mēs bieži dzirdam un pamanām, ka zēnus un meitenes savstarpēji salīdzina. Viņus salīdzina gan vecāki, gan skolotāji. Salīdzināšana notiek visdažādākajās jomās. Nevaram noliegt, - atšķirības starp zēniem un meitenēm pastāv. Bet kā izpaužas šīs atšķirības? No kā tās ir atkarīgas? Kā tās varētu izmantot mācību audzināšanas procesā? Rakstā, balstoties uz bērnu atšķirībām mācībās, tiek piedāvātas spēles zēniem un meitenēm, kurās viņi mācās matemātiku un dara to ar prieku. Spēles un idejas var izmantot pirmsskolas un skolas skolotāji. Pētījuma pilnu versiju var lasīt Alinas Viršutas bakalaura darbā (2016) “Tēmas „Skaitis un skaitīšana” apguve 5-6 gadus veciem bērniem ievērojot zēnu un meiteņu atšķirības.”

Ievads

Tad kad bērns apzinās sevi kā zēnu vai meiteni, viņš sāk iegaumēt un apgūt dažādus uzvedības stilus. Bērni savas uzvedības normas pārņem no tā, ko viņi redz, pasakās, filmām un televīzijas (*Kpaūz, 2004*). Bērni savas dzimuma atšķirības parasti demonstrē no 5 gadu vecuma. Varam novērot situācijas, kad meitenes spēlējas ar lellēm, darbojas „virtuves stūrītī”, pauž pozitīvu attieksmi pret mūziku un mākslu. Zēni, savukārt, būvē ēkas, spēlējas ar mašīnām utt. Atšķirības starp meitenēm un zēniem nevar nepamanīt. Un tas nav tikai ārējā izskata dēļ. Par zēnu un meiteņu atšķirībām mācībās runā daudzi pedagogi (*Tīruma, 2013; Šulte, 2013; Kačiatore & Koiso-Kantila, 2012; Kalniņa, 2010; Davidova, 2010; Dobsons, 2003; Laitmans, Jakoviča & Vinokurs, 2003; Puškarevs, 2001; Baltušte, 2000*). Ir jāsaprot, ka zēnu un meiteņu smadzeņu pamatnostādnes neatšķiras, bet atšķirības ir to funkcionalitātē, kam pēc Daigas Kalniņas (*2013*) atziņām, iemesls ir hormonu ietekme, dabiskā izlase un vides ietekme. Tieši tāpēc vīriešiem izveidojušās labas virziena atrašanas prasmes, telpiskās trajektorijas izvēle. Sievietēm, savukārt, izveidojušās labas motoras prasmes – laika izjūta, valoda. Tāpēc tika meklēti pedagoģiskie risinājumi tieši zēniem vai tieši meitenēm piemērotu matemātikas uzdevumu - spēļu komplekta izveidei.

Uzdevumi- spēles meitenēm

Meitenēm bieži ir vieglāk mācīties klusumā, mierīgi sēžot un darbojoties. Viņām patīk tēlaini stāstījuma sižeti. Labprāt viņas noklausās stāstu, notikumu izklāstu, labprāt uzklausa arī padomus un priekšlikumus. Meiteņu darbošanās ir saistīta ar vizualizēšanu, emocionalitāti un

jūtīgumu, tāpēc ir svarīgi viņām piedāvāt uzdevumus ar sižetu, kur var fantazēt, lai meitenēm būtu interesanti izpildīt uzdevumus. Interese ir vajadzīga arī tāpēc, ka meitenes bieži abstraktus skaitļus uztver ar grūtībām, tas notiek domāšanas atšķirību dēļ.

MATEMĀTISKIE ZIEDI



1.att. spēle „Matemātiskie ziedi”

Spēles apraksts (1. att.)

Iestājās pavasaris. Pamodās kukaiņi un arī bišu ģimene, kurai ļoti gribējās ceļot.

Viņi devās uz matemātisko pļavu, kur auga neparasti ziedi, tie bija matemātiskie ziedi.

Iepazīstini bites ar matemātiku! Katram ziedam uzliec tik ziedlapiņu, cik rakstīts.

Mērķis:

nostiprināt izpratni par saikni starp skaitu un skaitli; mudināt bērnus ievietot noteiktu skaitu ziedlapiņas, vingrināt pirkstu sīko motoriku.

Sasniedzamie rezultāti:

saprot un var nodemonstrēt praktiski likumsakarību starp skaitļi un skaitu.

MALU PĒTNIEKS

Spēles apraksts (2. att.)

Rihards nolēma izpētīt ģeometriskās figūras un saskaitīt, cik katrai figūrai ir malu.

Izpēti tās arī tu un ieraksti katrā figūrā cik tai ir malu!

Mērķis:

nostiprināt zināšanas par ģeometriskajām figūrām; mudināt bērnus skaitīt figūru malas un stūrus; turpināt mācīties pareizi rakstīt ciparus.



2.att. spēle „Malu pētnieks”

Sasniedzamie rezultāti:

prot saskaitīt ģeometrisko figūru malas un stūrus, atšķir ģeometriskās figūras pēc to pazīmēm.

ATRODI PĀRI



3.att. spēle „Atrodi pāri”

Spēles apraksts (3.att.)

Monikai dzimšanas dienā uzdāvināja jaunus, modernus cimds. Monika uzvilka cimds un devas ārā. Spēlējoties, Monika pat nepamānīja, ka vienu cimdu viņa ir pazaudējusi.

Palīdzi Monikai atrast pazaudēto cimdu!

Mērķis:

nostiprināt skaitīšanas prasmi; veidot bērniem pozitīvu attieksmi pret matemātiku.

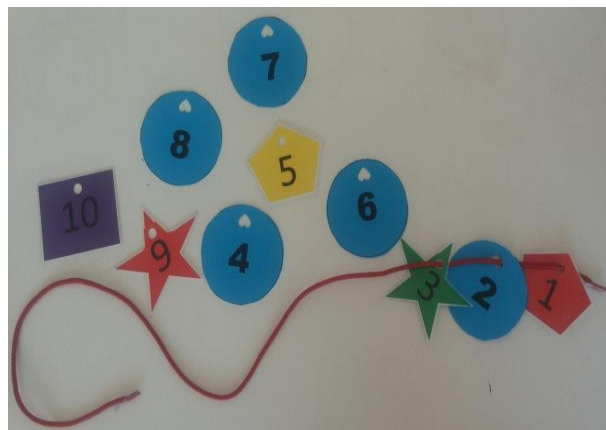
Sasniedzamie rezultāti: prot saskaitīt, saprot saikni starp skaitu un skaitli.

MATEMĀTISKĀS KRELLES

Spēles apraksts (4. att.)

Ritai uzdāvināja skaistas krelles, bet pastaigas laikā tās saplīsa. Un tagad krelles vajag vērt no jauna.

Uzver šīs pērlītes augošā (dilstošā) secībā un tev izdosies salabot Ritas krelles!



4.att. spēle „Matemātiskās krelles”

Mērķis:

nostiprināt bērnu izpratni par skaitļu virkni; mudināt bērnus pareizi izvietot skaitļus augošā (dilstošā) secībā.

Sasniedzamie rezultāti:

prot izvietot skaitļus augošā/ dilstošā secībā.

SKAITĻU SNIEGAVĪRS



5.att. spēle „Skaitļu sniegavīrs”

Spēles apraksts (5.att.)

Pilsētā notiek sniegavīru izstāde. Bet, lai sniegavīrus nesajauktu, katram ir sava cepure. Katrā sniegavīra cepurē ierakstīts cipars vai matemātiska izteiksme.

Tev ir jāuzliek tik pogu, cik norādīts cepurē!

Mērķis:

nostiprināt izpratni par sakarību starp skaitu un ciparu; mudināt bērnus uzlikt noteiktu skaitu pogu uz sniegavīra; nostiprināt skaitīšanas prasmes.

Sasniedzamie rezultāti:

prot uzlikt uz sniegavīra noteiktu skaitu pogu; prot izpildīt matemātiskas izteiksmes.

Uzdevumi - spēles zēniem

Zēni pasauli uztver konkrēti. Viņiem ir svarīgi sekot norādījumiem, faktiem. Skolotājam būtiski ir saprast, ka zēni nepatīk daudz klausīties, bet gan uzreiz darboties. Psiholoģe Linda Tīruma (2013) apgalvo, ka zēni vieglāk apgūst jaunu vielu, jaunu pieredzi, atrodoties kustībā, runājot. Viņi apstrādā un uztver skaitļus ar mazāku piepūli nekā meitenes, tāpēc uzdevumus ir jāformulē konkrēti un īsi.

GARDAIS MEDUS

Spēles apraksts (6. att.):

Uz mucām ir jāuzliek tik bites, cik rakstīts medus podā.

Mērķis:

nostiprināt izpratni par sakarību starp skaitu un skaitli; mudināt ievietot noteiktu skaitu bišu.



6.att. spēle „Gardais medus”

Sasniedzamie rezultāti:

prot ievietot noteiktu skaitu bišu katram medus podam. Prot atrast noteiktam skaitam atbilstošu skaitli.

BĒRNU DOMINO



7.att. spēle „Bērnu domino”

Spēles apraksts (7.att.)

Rihards nopirka sev galda spēli „Domino”. Un tagad aicina tevi spēlēt kopā ar viņu.

Mērķis:

nostiprināt izpratni par sakarību starp skaitu un skaitli; mudināt bērnus pareizi skaitīt un atrast noteiktam skaitam pareizu skaitli.

Sasniedzamie rezultāti:

prot atrast noteiktam skaitam atbilstošu skaitli.

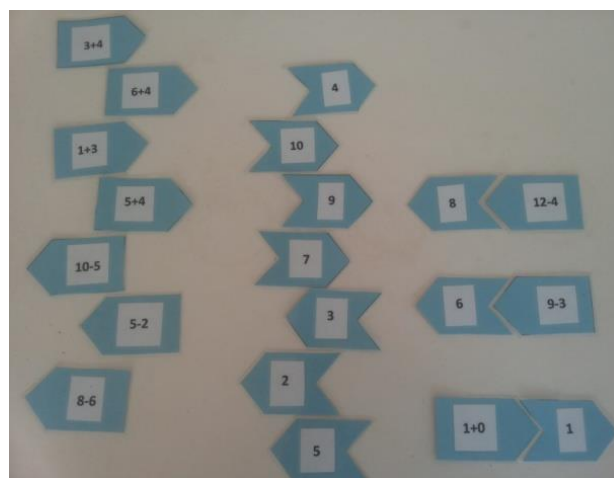
SAPLĒSTĀS BIĻETES

Spēles apraksts (8. att.)

Savieno atbilstošās biļešu daļas (izteiksmi un rezultātu).

Mērķis:

nostiprināt saskaitīšanas un atņemšanas prasmes; veidot pozitīvu attieksmi pret matemātiku.



8.att. spēle „Saplēstās biļetes”

Sasniedzamie rezultāti:

prot izpildīt saskaitīšanas un atņemšanas darbības

SKAITĻU RAĶETES



9.att. spēle „Skaitļu raķetes”

Spēles apraksts (9. att.)

Ieraksti raķetēs trūkstošos skaitļus.

Mērķis:

nostiprināt izpratni par skaitļu virkni, *skaitļu kaimiņiem*;

radīt pozitīvu attieksmi pret matemātiku.

Sasniedzamie rezultāti:

Prot papildināt skaitļu virkni, atrast *skaitļa kaimiņus*.

SALIEC ATTĒLU

Spēles apraksts (10. att.)

Izrēķini izteiksmi un rezultātu - attēla daļu noliec pareizajā vietā.

Tev sanāks jautrs attēls!

Mērķis:

nostiprināt saskaitīšanas un atņemšanas prasmes; nostiprināt prasmi orientēties plaknē.



10.att. spēle „Saliec attēlu”

Sasniedzamie rezultāti:

prot izpildīt matemātiskas izteiksmes; prot salikt attēlu.

Secinājumi

Visiem 5 – 6 gadu veciem bērniem patīk krāšņas spēles ar mūsdienīgu saturu.

Skolotājiem savā darbā svarīgi ņemt vērā dzimumatšķirības, jo tās ietekmē zēnu un meiteņu mācīšanas efektivitāti.

Zēniem patīk, ja tiek piedāvāti īsi un konkrēti uzdevumi, kuros ir iespējama praktiska darbošanās. Viņi izvēlas spēles, kuru noteikumi ir skaidri formulēti.

Meitenēm patīk uzdevumi ar sižetu. Meitenes biežāk izvēlas spēles, kuru laikā viņas var veikt praktiskus uzdevumus (izlikt pogas, šņorēt u.c.).

Izmantotā literatūra

- Baltušīte, R. (2000). *Neirolingoistiskā programmēšana pedagoģijā*. Rīga: RaKa.
- Dobsons, Dž. (2003). *Zēnu audzināšana*. Rīga: Atklāsme.
- Fišers, R. (2005). *Mācīsim bērniem domāt*. Rīga: RaKa.
- Kačiatore, R., & Koiso-Kantila, S. (2012). *No zēna līdz vīrietim*. Rīga: Jumava.
- Kalniņa, D., Lanka, Ē., Davidova, J., Mackēviča, L., & Burceva, R. (2010). *Novitātes pedagoģijā profesionālās izglītības skolotājiem*. Sk. Internetā (19.06.2014)
<http://profizgl.lu.lv/mod/book/view.php?id=12113&chapterid=2713>
- Laitmans, M., Jakoviča, I., & Vinokurs, I. (2013). *Mūsdienu bērni: kā augt kopā?: Integrālās audzināšanas metodika*. Rīga: Jumava.
- Puškarevs, I., & Golubeva, A. (1999). *Bērna attīstība*. Lielvārde: Lielvārds.
- Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija: Mācību līdzeklis*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Šulte, I. (2013). *Zēnu un meiteņu uztveres un domāšanas atšķirības*. Sk. Internetā (16.01.2014)
<http://klki.lv/wp-content/uploads/2012/01/Ilzes-%C5%A0ultes-t%C4%93zes.Z%C4%93nu-un-meite%C5%86u-uztv.i.pdf>
- Tīruma, L. (2013). Vai pastāv atšķirības zēnu un meiteņu uztveres procesos? *Izglītība un Kultūra*, 15 (20), 2-3.

2.3. DIDAKTISKĀS SPĒLES MATEMĀTISKO PAMATPRASMJU NOSTIPRINĀŠANAI

1. KLASES SKOLĒNIEM

Karīna Gomola (Daugavpils 16.vidusskola, skolotāja)

Abstrakts

Rakstā piedāvāti praktiski uzdevumi-spēles skolēniem matemātisko prasmju nostiprināšanai. Uzdevumi izstrādāti balstoties uz pedagogu un psihologu atziņām par to, ka pirmsskolas un sākumskolas skolēnu uzmanība attīstās spēlēs un rotaļās. Bērni spēlējoties apgūst sadarbības prasmes, nosstiprina matemātiskās pamatprasmes, mācās būt uzmanīgi (*Bingeliene & Limberga, 2007, Dombrovskis, Guseva, & Kokina, 2013, Rutka, 2012, Šteinberga, 2013*). Piedāvātos uzdevumus-spēles savā darbā varētu izmantot pirmsskolas un skolas skolotāji. Visas spēles ir apkopotas Karīnas Gomolas bakalaura darbā (2016) „Didaktiskās spēles uzmanības attīstības veicināšanai matemātikas stundās 1. klases skolēniem.”

Didaktiskās spēles skolēniem

Uzdevumi - spēles tika sakārtotas atbilstoši tematiskajam plānojumam. Bērni vēlas iesaistīties spēlē, uzvarēt, tāpēc uzmanīgi seko skolotāja norādījumiem. Izveidotās spēles var piedāvāt skolēniem gan mācību stundās, gan matemātikas pēcpusdienā, gan konsultācijās. Piedāvāt skolēniem individuāli vai mazās grupās.

„PULKSTENIS”

Spēles noteikumi (1.att.)

bērniem tiek piedāvāts „pulkstenis” ar daudzām bultiņām, bērnu uzdevums: pēc iespējas ātrāk atrisināt izteiksmi un uz tās novietot bultiņu ar rezultātu.

Rezultāti:

prot risināt ķēdīti, ātri atrod rezultātu.



1.att. Spēle „Pulkstenis”

„CIMDIŅI”



2.att. spēle “Cimdiņi”

Spēles noteikumi (2.att.)

Cimdiņiem jāatrod pāri. Var spēlēt viens vai vairāki bērni. Cimdiņus var izmantot sadalot bērnus grupās.

Rezultāti:

salīdzina, meklē kopīgo un atšķirīgo; atrod pāri.

„TĀRPIŅŠ”

Spēles noteikumi (3. att.)

skolēniem tiek piedāvāts metamais kauliņš un figūriņas. Skolēnu uzdevums nonākt līdz finišam. Kā? Katrs spēlētājs met kauliņu un nonāk uz noteikta lauciņa, kur ir uzdevums, ja skolēns šo uzdevumu izpilda, tad paliek uz vietas, ja neizdodas izpildīt uzdevumu, tad skolēns dodas vienu lauciņu atpakaļ. Tiek piedāvāti „super” uzdevumi, kuri ievietoti “kinder” olās ar atbilstošā lauciņa numuru.

Rezultāti:

prot strādāt un spēlēt grupā; uzmanīgi klausās un atbild uz jautājumiem par matemātiku.



3.att.spēle “Tārpiņš”

„BITĪTES”



4.att. spēle “Bitītes”

Spēles noteikumi (4.att.)

Skolēni var spēlēt individuāli, var spēlēt grupās. Skolotāja izdala skolēniem pa vienai vai vairākām bitītēm (izteiksmēm), skolēnu uzdevums lidināt bitīti uz atbilstošo bišu stropu (rezultātu).

Rezultāti:

prot rēķināt galvā.

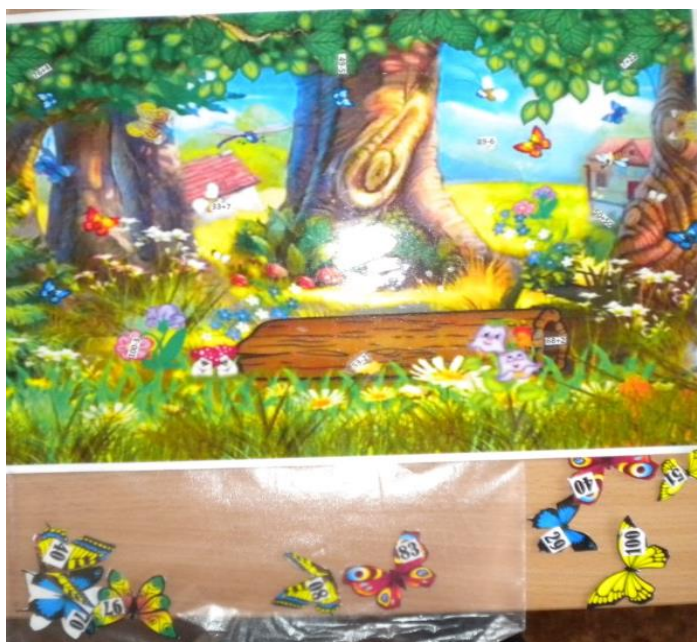
„TAURIŅI”

Spēles noteikumi (5.att.)

skolēni var spēlēt individuāli vai pa pāriem, kamēr visi tauriņi (izteiksmes) atrod sev vietu uz ziediem (rezultātiem).

Rezultāti:

prot rēķināt galvā, ievērot spēles noteikumus.



5.att. spēle “Tauriņi”

„PUĶĪTES”



Spēles noteikumi (6.att.)

Šīs puķītes var izmantot darbā ar skolēniem individuāli, skolēnam ir puķītes centri (rezultāti), viņu uzdevums no daudzām ziedlapiņām (teksta uzdevumiem) izvēlēties atbilstošo un pielikt pie puķītes.



Rezultāti:

lasa un rēķina vienkāršus teksta uzdevumus.

6.att. spēle “Puķītes”

„IZSLĒDZ NEVAJADZĪGO”

Spēles noteikumi (7.att.)

Skolēniem tiek piedāvātas kartītes ar dažādiem uzzīmētiem priekšmetiem, skolēnu uzdevums ir saskaitīt un izslēgt nevajadzīgo skaitli, aizklājot.

Rezultāti:

uzmanīgi un kārtīgi saskaita uzzīmētos priekšmetus, palīdz viens otram;
nosaka daudzumu, atrod vajadzīgo skaitli.



7.att. spēle “Izslēdz nevajadzīgo.”

„SALIEC NU”



8.att. spēle “Saliec nu!”

Spēles noteikumi (8. att.)

Skolēniem tiek piedāvātas trīs veidu kartītes (daudzums, skaitlis un skaitlis pierakstīts ar burtiem). Viņu uzdevums salikt pareizi trīs stabiņos.

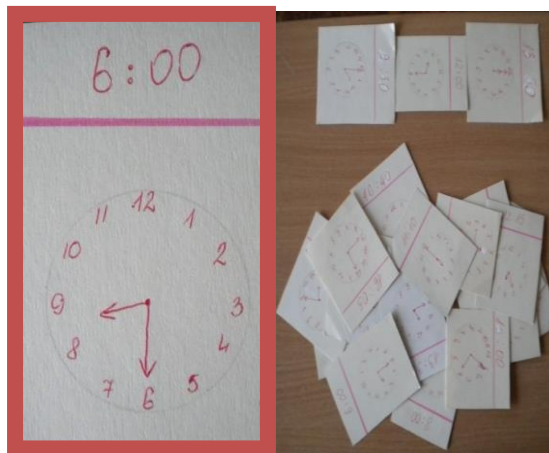
Rezultāti:

saskata saikni starp skaitli, vārdu un daudzumu.

„PULKSTEŅU DOMINO”

Spēles noteikumi (9.att.)

Skolēniem tiek piedāvāts domino, kur pirmais spēlētājs liek kartīti un otrajam vajag pielikt no otras puses piemēroto laiku uz pulksteņa vai elektroniskā pulksteņa. No sākuma katram spēlētājam tiek iedalītas 6 kartītes, ja nav ko likt tad ņemt no kopējās kaudzes. Uzvar tas kam ir beigušās kartītes.



9.att.spēle “Pulksteņu domino.”

Rezultāti:

pazīst pulksteni un prot ar elektronisko un vienkāršo pulksteni darboties.

„DANONKI”



10.att. spēle “Danonki”

Spēles noteikumi (10.att.)

Skolēniem tiek piedāvāti dinozauri, kuri atlidojuši no brīnumu pasaules, viņiem vajag saskaitīt pērlītes uz spārniņiem un uzlikt skaitli uz dinozaura galvas. Uzvar tas, kurš pirmais pabeidz uzdevumu.

Rezultāti:

atrod skaitam atrod atbilstošo skaitli.

„ATMIŅAS SPĒLE”

Spēles noteikumi (11.att.)

skolēniem tiek parādītas visas kartiņas (uz vienas skaitlis, uz otras atbilstošai skaits), tad kartiņas tiek aizsegtas (pagriežot) un skolēnam vajag atrast pāri, ja pāris ir atrasts, tad kartītes paliek atklātas. Spēle pabeigta, kad visas kartītes ir pagrieztas.

Rezultāti:

uzmanības un atmiņas trenēšana. Atrod skaitam atbilstošo skaitli.



11.att. “Atmiņas spēle”

„VILCIENIŅŠ”



12.att. spēle “Vilcieniņš.”

Spēles noteikumi (12.att.)

Skolēniem tiek piedāvātas mārītes, kur uz muguriņām mārītēm ir punktiņi, kurus jāskaita un mārīti jāiesēdina noteiktā vagonā. Vagonus arī ir jāsaliek pareizā vagonā, jānosauc *skaitļa kaimiņi*.

Rezultāti:

zina kārtību, prot saskaitīt;
prot atrast skaitļa kaimiņus;
sakārto skaitļus augošā un dilstošā secībā.

Secinājumi

Pēc autora domām, didaktiskais materiāls padarīja stundas interesantākas, aizraujošākas. Bērni labprāt iesaistījās spēlēs. Izveidotais didaktiskais materiāls palīdz skolēniem apgūt pamatprasmes. Bērnu uzmanības attīstība var tikt veicināta izmantojot spēles matemātisko pamatprasmju veidošanai. Skolēni bija ieinteresēti uzvarēt, centās pildīt visus uzdevumu noteikumus, uzmanīgi klausījās ko teiks skolotājs vai spēles vadītājs, precīzi pildīja uzdevumu noteikumus, sadarbojās gan grupās, gan pāros.

Izmantotā literatūra

- Bingeliene, A, Limberga, A.(2007). Uzmanību! Bērnām attīstās uzmanība. Skatīts (30.03.2014)
<http://www.delfi.lv/calis/jaunumi/uzmanibu-bernam-attistas-uzmaniba.d?id=18661433#ixzz330Wb1NY2>
- Dambrovskis V, Guseva S, Kokina I. (2013) Pirmsskolas vecuma bērna sagatavošana skolai. Rīga, Zvaigzne ABC.
- Rutka, L. (2012). Pedagoģiskā psiholoģiskā kompetence Rīga, Raka.
- Šteinberga, A. (2013). Pedagoģiskā psiholoģija Rīga, Raka.
http://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/programmas/pamskolai/mat1_9.html#Ievads
Skatīts internetvietnē 18.12.2015.

2.4. TĪŠĀS UZMANĪBAS ĪPAŠĪBU ATTĪSTĪBA PEDAGOĢISKAJĀ PROCESĀ PIRMSSKOLĀ

Elīna Škutāne (Privātā pirmsskolas izglītības iestāde „Brīnumpupa”, skolotāja)

Larisa Silova (Daugavpils Universitāte, lektore)

Abstrakts

Pirmsskolas vecumā bērni apgūst akadēmiskās pamatprasmes. Tīšā uzmanība ir viens no galvenajiem apziņas stāvokļiem, kas ietekmē bērna mācīšanās spējas. Tīšās uzmanības attīstībai īpaši jāpievēršas vecākajās grupās (5.-6.gadi.) Būtiski ir apzināties, ka sekmīgi tīša uzmanība attīstīsies pedagoģiskajā procesā, jo uzmanība rodas bērnu darbībā, īpaši, ja tā ir organizēta darbība. Tīšās uzmanības īpašību attīstības sekmēšanai (uzmanības koncentrēšanai, uzmanības noturībai, uzmanības pārslēgšanai un uzmanības sadalīšanai) tika izstrādāta metodisko paņēmieni kopa. Metodiskie materiāli ir pielāgoti 5. - 6. gadus veciem bērniem. Uzdevumus un vingrinājumus var izmantot pirmsskolas skolotāji ikdienas darbā ar bērniem dažādās dienas daļās, ka arī bērnu vecāki. Pētījuma pilnu tekstu var lasīt Elīnas Škutānes bakalaura darbā „5 - 6 gadus vecu bērnu tīšās uzmanības īpašību attīstība pedagoģiskajā procesā pirmsskolā.”

Analizējot literatūru, tika konstatēts, ka uzmanība dažādās zinātnes jomās tiek definēta dažādi. No medicīnas viedokļa tā ir mērķtiecīga apziņas ierosme, kas ir cieši saistīta savā starpā ar gribas piepūli, kā arī saistīta ar lielāku nervu sistēmas sasprindzinājumu (*Charach, 2010*). No psiholoģijas viedokļa, uzmanība tiek definēta kā īpašs apziņas stāvoklis, kurš tiek novirzīts un koncentrēts uz cilvēka izziņas procesiem (*Kondrova, 2016*).

Zinātnieki norāda, ka viens no priekšnosacījumiem akadēmisko prasmju apguvei bērniem pirmsskolas vecumā ir tīšās uzmanības attīstība (*Svence, 1999*). Tīšo uzmanību raksturo gribas piepūle. Apzināta uzmanība nepieciešama, lai koncentrētos uz darbību, tas ietver patstāvīgu gatavību uzņemt ārējo informāciju (*Ābele, 2000*).

Literatūrā tiek iedalītas tīšās uzmanības īpašības:

- uzmanības noturība - to raksturo spēja stabilizēt un koncentrēt uzmanību uz kādu priekšmetu, objektu. Noturību var ietekmēt dažādi faktori, tostarp cilvēka fizioloģiskās īpatnības, precīzāk-nervu sistēmas īpatnības, emocionālais stāvoklis un motivācija veikt konkrēto darbu;
- uzmanības koncentrēšana - raksturo kā sašaurinātu uzmanības apjomu. Tā norāda cik lielā mērā personas uzmanība ir piesaistīta kādam objektam, darbībai. Kā norāda Kozlovs (*Козлов, 1999*), bērni uzreiz pievēršas tam, kas viņiem ir interesants un saistošs. Pirmsskolas vecumā, bērniem ir salīdzinoši vāji attīstītas koncentrēšanās spējas;

- uzmanības sadalīšana - raksturo spēju vienlaicīgi virzīt un sadalīt apziņu uz vairākiem objektiem. Uzmanība var tik sadalīta pēc uztveres (tauste, redze, dzirde, oža);
- uzmanības pārslēgšana - šo uzmanības īpašību raksturo laiks. Pārslēgšana apzināti un jēgpilni pārvieto fokusu no vienas tēmas vai darbības uz otru. Apzināta pārslēgšana izraisa nervu spriedzi un pūles. Uzmanību viegli var pārslēgt no mazsvarīgas darbības uz jēgpilnu darbību (*Vorobjovs, 2000*).

Lielākā daļa bērnu piecu gadu vecumā, veicot darbības, spēj ignorēt traucējošos faktorus. Izpildot didaktiskos uzdevumus bērni spēj koncentrēt uzmanību līdz 6 minūtēm. Ja uzdevumi satur košus, interesantus elementus - ilgāk. Nelielā grupā bērni spēj spēlēt kopā bez pārtraukuma 10-25 minūtes. Savukārt sešu gadu vecumā, ja uzdevumi un aktivitātēs ir interesantas, aizraujošas un krāsainas, bērns vientulībā var veikt darbību līdz pat 30 minūtēm. (*Prindule, 1995*).

Prindule (1995) savā darbā piedāvā nosacījumus, kas nepieciešami, lai panāktu tīšās, uzmanības pilnveidošanos:

- nepieciešams regulāri mainīt darba veidu un dažādot nodarbību;
- uzdevumi ir jāskaidro precīzi, lai bērnam tie būtu viegli uztverami un saprotami;
- pēc iespējas vairāk balstīties uz aktīvo domāšanas veidu;
- skolotāja empātija pret bērna uzmanību;
- visi bērni tiek iesaistīti kopīgā darbībā;
- vecuma īpatnību ievērošanu tīšās uzmanības attīstībā.

Analizējot zinātnisko un metodisko literatūru tika secināts, ka visvairāk uzdevumu un vingrinājumu tiek piedāvāts uzmanības noturības un koncentrēšanās attīstībai, bet vismazāk-uzmanības pārslēgšanai.

Uzdevumi un vingrinājumi uzmanības noturības attīstībai

SALŪTS

Nepieciešamie materiāli: Pva līme, manna, akvareļkrāsa.

Norise: Uz papīra veido dažādas līnijas ar pva līmi. Ļauj izkalst. Virsū rūpīgi ar lēnām kustībām ber virsū mannas putraimus. Kad izkaltis - dažādās krāsās iekrāso. Lēnām kustībām, lai otiņa neiegrimtu zīmējumā.



POGAS

Nepieciešamie materiāli: CD disks, pogas.

Norise: Skolotāja novieto dažāda lieluma, formu pogas uz diska. Skolotāja lēni pārvieto pogas, vienlaicīgi runājot ko dara (balto apaļo pogu mainu pret violeto mazo) - bērnam jāseko līdzi un pēc tam jānosauc, kas bija samainīts vietām.

DETEKTĪVS

Nepieciešamie materiāli: darba lapa, pierakstu lapa, zīmulis.

Norise: Spēle notiek pāros. Viens ir detektīvs, otrs policists. Policistam ir iedots sararaksts ar lietām, kas ir jāatrod detektīvam. Spēlētāji apsēžas ar mugurām viens pret otru. Detektīvam pēc iespējas ātrāk ir jāatrod šie objekti.



KAS NEPAREIZI?

Nepieciešamie materiāli: kartītes.

Norise: Skolotāja uz galda noliek kartītes, katrā kartītē kaut kā trūkst. Bērniem jānosaka -kas tas ir. Piemēram - māja bez jumta. Mašīna bez riteņiem.

KRĀSU LENTES

Nepieciešamie materiāli: krāsainas lentītes.

Norise: Katram bērnam tiek iedota konkrētas krāsas lentīte. Ir jānosauc pēc iespējas vairāk objektu, lietu (dzīvnieku, augļu, dārzeņu...), kas ir atbilstošajā krāsā. Nedrīkst atkārtoties. Piemēram: sarkans – sarkani ķirši, sarkans ābols, sarkana skudra...

Uzdevumi un vingrinājumi uzmanības koncentrēšanās attīstībai

ORĶESTRIS

Nepieciešamie materiāli: audio ieraksts.

Norise: Bērni tiek sadalīti grupās. Katra grupa ir kāds mūzikas instruments: klavieres, bungas, vijole, dūdas, ģitāra, kokle.

Skolotāja atskaņo skaņdarbus, kuros ir šie mūzikas instrumenti. Tiklīdz atskan atbilstošo grupu mūzikas instrumenti - bērniem ir jāpieceļas un jācenšas tos atdarināt (ar skaņu, vai atdarināt kā šo instrumentu spēlē).

JAUTRAIS SUDOKU

Nepieciešamie materiāli: sudoku kartītes.



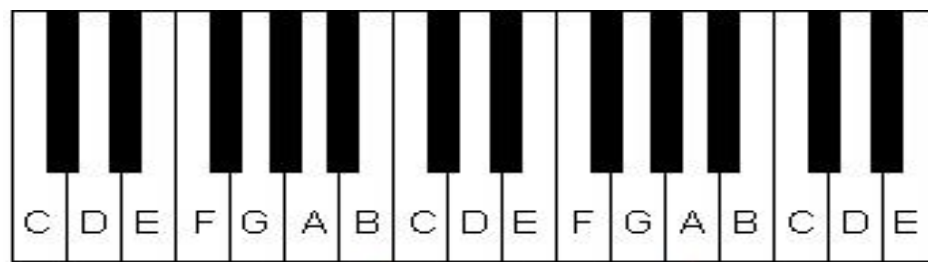
Norise: Izvēlies sakārtot dzīvniekus, tā, lai katrā rindā horizontālajā vai vertikālajā līnijā lauciņos tie neatkārtotos.

https://play.google.com/store/apps/details?id=com.ebooks_kids.Weekids.SudokuFree

KLAVIERES

Nepieciešamie materiāli: klavieru taustiņu attēls.

Norise: Bērniem ir jāspēlē klavieres pēc diktētā. Skolotāja sauc burtus, bērniem jāpieliek pirksts klāt atbilstošiem burtiem. Norises gaitā tiek mainīts temps.

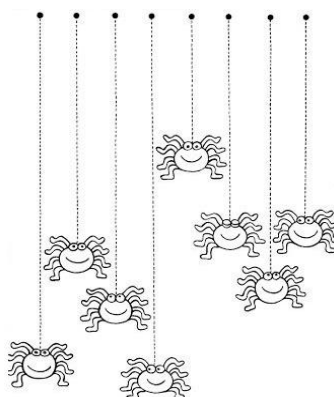


Piemēram – D D A A B

ZIRNEKLĪŠI

Nepieciešamie materiāli: darba lapa.

Norise: Bērns ar pirkstu velk pa zirnekļa tīkliem, skolotāja nosauc tempu kādā veidā jāvelk - ātri, lēni.

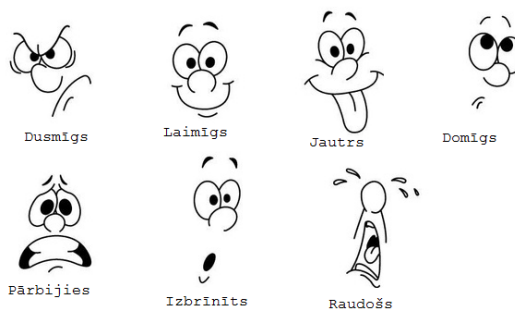


Uzdevumi un vingrinājumi uzmanības pārslēgšanas attīstībai

EMOCIJAS

Nepieciešamie materiāli: emociju attēli.

Norise: Skolotāja sagatavo dažādu emociju attēlus. Bērniem tie ir jāatdarina. Skolotāja attēlus paslēpj aiz muguras un ātri maina tos, lai bērni tikpat ātri reaģētu un tos attēlotu.



NOĶER MUŠU

Nepieciešamie materiāli: lapa ar krāsainiem četrstūriem.

Norise: Skolotāja uz lapas sagatavo vairākus krāsainus četrstūrus. Kopā vienojas, no kuras vietas ‘muša sāks lidojumu’. Skolotāja turpina ar komandām, kas nosaka virzienu. Piemēram-divi kvadrātiņi pa labi, viens uz leju. Uz kura laukuma tagad ir muša? Seko līdzī tikai ar acu skatienu.



NOĶER MANI

Nepieciešamie materiāli: dažāda lieluma vai krāsu bumbas.

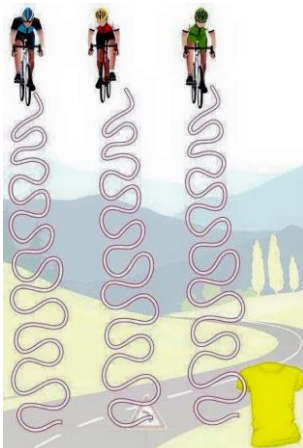
Norise: Bērni apsēžas aplī. Tiek iedalītas dažāda lieluma bumbas. Katrai bumbai ir savs konkrētais uzdevums. Piemēram, ripinot mazo bumbu, to noķerot ir jāsaka - minimini. Noķerot vidējo bumbu - midmid. Noķerot lielie bumbu - bigibig. Bērni var mainīt tempu.

KARODZIŅI

Nepieciešamie materiāli: vismaz 3 krāsu karodziņi vai lakatiņi.

Norise: Skolotāja sagatavo 3 dažādu krāsu karodziņus. Katram karodziņam ir sava atbilstošā kustība. Piemēram: sarkans karogs – palēcieni; dzeltens karogs – pietupieni; zils karogs – piesit kājas. Skolotāja maina karogus dažādos tempos - bērniem ir jāizpilda nepieciešama kustība.

SPORTISTI



Nepieciešamie materiāli: darba lapa.

Norise: Skolotājas nosauc ķiveres krāsu. Bērns ar zīmuli ‘velk līdzī’ nosauktā riteņbraucēja ceļam.

Uzdevumi un vingrinājumi uzmanības sadalīšanas attīstībai

KORIS

Nepieciešamie materiāli: audio ieraksts.

Norise: Skolotāja piedāvā kopīgi noskaitīt kādu skaitāmpantiņu, kuru bērni labi zina. Piemēram „cepu, cepu kukulīti.” Kad skolotāja fonā ieslēdz skaļāku mūziku - bērni pantiņu skaita ļoti klusu. Kad skolotāja mūziku nogriež klusāk, bērni skaitāmpantiņu sāk skaitīt skaļi.

LIETUS

Norise: Bērni sastājas aplī. Aplā vidū nostājas skolotāja. Pēc signāla-lietus, visi bērni atdarina kā līst lietus. Pēc signāla – pērkons. Atdarina sitot kājas pret zemi pērkona skaņu. Mainot tempus, skolotāja nosauc lietus-pērkons. Bērni atkārto. Pēc tam aplā vidū iet kāds no bērniem.

VARAVĪKSNE

Nepieciešamie materiāli: krāsainā manna, darba lapa.

Norise: Uz lapas uzzīmēta varavīksne. Pēc skolotājas komandas bērniem no attiecīgā trauciņa ir jāizņem nosauktā krāsa un rūpīgi jāber virsū attiecīgajai krāsai varavīksnē.

MEŽS UN PILSĒTA

Nepieciešamie materiāli: modeļi (koki, mājas).

Norise: Telpa tiek sadalīta divās daļās. Viena daļā ir pilsēta, otra daļa ir mežs. Mežam atbilstošais elements būs koki, pilsētai - mājas. Bērni apstājas viens aiz otra. Skolotāja nosauc pa vienam, uz kuriem viņam jādodas. Bērns no galda paņem attiecīgo elementu un nostājas atbilstošajā grupas / telpas pusē.

Secinājumi

Pētījumā tika konstatēts, ka visvājāk attīstīta ir uzmanības pārslēgšana, kas sakrīt ar teorijā sniegtajām atziņām. Bet vislabāk attīstīta ir uzmanības noturība.

Atkārtota bērnu uzmanības izpēte, parādīja, ka pēc metodikas izmantošanas uzmanība ir uzlabojusies. Tāpēc būtiski ikdienā piedāvāt dažādus uzmanības īpašību attīstošus uzdevumus un vingrinājumus, jo nepietiekami attīstīta tīšā uzmanība var ietekmēt mācību rezultātus.

Izmantotā literatūra

- Ābele, A. (2000). *Vispārīgā psiholoģija*. Rīga: LSPA.
- Charach, A. (2010). *Children with Attention Deficit Hyperactivity Disorder: Epidemiology*. Toronto: Hospital for Sick Children.
- Kondrova, A. *Kognitīvo procesu sistēma. Palīgmateriāls skolotājam. Vārdnīca. Uzdevumi*. Skatīts internetvietnē (<https://www.profizgl.lu.lv/mod/resource/view.php?id=21736>) 20.03.2016
- Prindule, L. (1995). *Skolēna attīstības psiholoģija*. Liepāja: Liepājas pedagoģiskā augstskola.
- Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
- Vorobjovs, A. (2000). *Vispārīgā psiholoģija*. Rīga: Izglītības sōļi.
- Козлов, Н. (1999). *Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день*. Москва.

2.5. MĀJAS DARBI PAŠIEM MAZĀKAJIEM

*Ingrīda Zeļenkova (Daugavpils pilsētas Izglītības pārvalde,
pirmsskolas izglītības darba galvenā speciāliste)*

Abstrakts

Gan vecāki, gan pedagogi ļoti bieži jautā vai pirmsskolas vecuma bērniem ir jāpilda mājasdarbi? Pirmsskolas vecuma bērna izglītošanās notiek ģimenē un arī pirmsskolas izglītības iestādē, tā rezultātā bērns socializējas, mācās: 1) izturēšanos – emocijas, jūtu izrādīšanu dažādās situācijās; 2) izziņāt apkārtējo dabu un sociālo vidi, 3) organizēt savu dzīvi – piedaloties saskarsmē ar citiem cilvēkiem kopīgās darbībās. Tāpēc raksta mērķis: parādīt, kamājasdarbi var būt interesanti, veicināt skolotāju, bērnu un viņu vecāku sadarbību.

Ievads

Gan vecākiem, gan pedagogiem nepieciešams meklēt iespējas, kā nodrošināt tiešu sadarbību starp ģimeni un izglītības iestādi, tam izmantojot dažādas sadarbības formas.

Ģimene ir galvenā institūcija, kura sekmē un veicina bērna attīstību un harmoniskas personības veidošanos. Vecāku iesaistīšanās bērna izglītošanās procesā pozitīvi ietekmē bērna akadēmiskos sasniegumus, panākumu gūšanu dažādās jomās.

Bērnām piemērotākā audzināšanas vide ir ģimene. Vecākiem rādot piemēru un iesaistoties kopīgās aktivitātēs, notiek sekmīgāka bērna attīstība, tomēr biežāk šo funkciju vecāki uztic pirmsskolas izglītības iestādēm, bet pirmsskolas izglītības pedagogu uzdevums ir pilnveidot ģimenē apgūtās pamatprasmes un sagatavot bērnu pamatizglītības ieguvei, ko ne vienmēr var realizēt, ja ģimene nepilda savas funkcijas.

Vecāku līdzdalība savu bērnu izglītošanā nav jauna koncepcija. Laika gaitā ir mainījušās tās formas un veidi. Vecāku līdzdalību var definēt kā vecāku iesaisti sava bērna izglītībā, sadarbojoties ar skolotājiem, palīdzot bērniem uzdevumu izpildē un iesaistoties iestādes rīkotajos pasākumos. Vairāki pētījumi apstiprina vecāku līdzdalības nozīmi bērnu akadēmiskajos, sociālajos sasniegumos ilgtermiņā.

Turklāt vecākiem, darbojoties kopā ar bērniem, pilnveidojas zināšanas un prasmes, vienlaicīgi sekmējot bērna audzināšanu.

Pirmsskolā mājas darbi vai uzdevumi ir sava veida rotaļa - ar mērķi, lai bērns tos varētu veikt arvien patstāvīgāk. Bērns pakāpeniski mācās organizēt un plānot savu laiku, tāpēc viņam nepieciešams pieaugušo atbalsts. Tieši tad veidojas bērna attieksme pret mācībām un, protams, pret mājasdarbu, uzdevumu izpildi!

Ieteikto mājas uzdevumu veiksmīgas pildīšanas galvenie nosacījumi ir:

- pārdomāts dienas režīms.
- mājas darbi ir radoši, tātad bērns drīkst kļūdīties.
- svarīgi iemācīt neatstāt iesākto pusceļā.
- bērnam ir nozīmīgi, ka vecāki pamana un novērtē viņa darbu un rezultātu.
- pieaugušo atbalsts mājas darbu pildīšanā.

Bērniem nav jāpilda mājas darbi tradicionālā šo vārdu izpratnē. Taču mājās tiek doti uzdevumi, kuros nepieciešama ģimenes iesaistīšanās vai novērojumi dabā un sabiedrībā. Tiem jābūt radošiem un bērna attīstības līmenim atbilstošiem (skat. 1.tab.).

1. tabula. Mājas darbi, kurus varētu piedāvāt pirmsskolas vecuma bērniem

Paspēlējies ar savu draugu!	Pagatavo kaut ko garšīgu!	Izlasi kādam nelielu stāstiņu!	Pēti objektu, par kuru tu uzzināji grupā!	Izlasi to, ko tu neesi lasījis!
Uzzīmē to, kas tevi iedvesmo!	Izdari kādu labu darbu!	Sakop savu istabu vai stūrīti bez atgādinājuma!	Pastāsti draugiem par kaut ko tev svarīgu!	Uzstādi sev mērķi un sasniedz to!
Uzlabo to, ko tu jau dari labi!	Nofotografē kaut ko ārā interesantu!	Pabaro putnus!	Izveido mākslas darbu no dabas materiāliem!	Noskaties kādu dokumentālo filmu!
Saceri dziesmiņu vai dzejoli!	Saceri kādu stāstu!	Pastāsti vecākiem ko tu iesi iemācījies grupā!	Saki vismaz vienu komplimentu dienā visu nedēļu!	Apraksti/ uzzīmē trīs pozitīvas lietas, kas ar tevi notika šajā nedēļā!
Pastāsti, kāpēc ir labi būt par tevi!	Pastāsti par savu/ drauga mājdzīvnieku!	Uzzini kaut ko jaunu no vecākiem par tēmu ko mācījies grupā!	Uzzīmē sevi!	Apraksti savu mīļāko mantu/rotaļlietu!

Vecāki šajā procesā iesaistās dokumentējot atsevišķā mapē mājas darba izpildi (foto, apraksti, zīmējumi u.c.).

Mājas darbos var iekļaut uzdevumus par: draudzību, labsirdību, mīlestību, veselību, ģimeni, taisnīgumu, naudu, meliem, labklājību, laimi u.c. Tas ļaus pirmsskolas skolotājiem un bērniem veidot interesantas pārrunas un diskusijas par šīm vērtībām.

Secinājumi

Mājas darbi var palīdzēt bērniem un viņu vecākiem sagatavoties skolas gaitām.

Veiksmīgi izvēloties tēmas – aktualizēt nozīmīgus jautājumus.

Mājas darbi veicina sadarbību starp vecākiem un skolotājiem bērnu audzināšanā.

3. DROŠĪBA

Drošība saistās ar skaidrību un noteiktību, pārlicību, ka pamatvajadzības tiks apmierinātas: paēdis, atbilstoši laika apstākļiem apģērbts, pasargāts no visu veidu vardarbības. Pieaugušajiem jāpalīdz izdzīvot pasaulē, pasargājot bērnus no nejaušām traumām, kurās viņi nonāk savas nezināšanas vai pārgalvības vadīti. Tāpēc šajā nodaļā tiek piedāvāts Daugavpils pilsētas 15. speciālās pirmsskolas izglītības iestādes vadītājas Nadīnas Ļahovičas raksts “Drošā vide bērna dzīvē. Bīstamās situācijas”. Autore piedāvā iepazīties ar drošas vides veidošanas tiesisko regulējumu, vecāku un pirmsskolas izglītības iestādes darbinieku atbildību par bērna dzīvību un veselību. Piedāvā arī pasākumu aprakstu, kuros bērniem ir iespēja veidot un pilnveidot dzīvībai drošus paradumus. Jēkabpils vakara vidusskolas skolotājas Irina Zeņina, Rainelda Muižniece piedāvā ierosmes klases audzināšanas stundām – „Internets – draugs vai drauds?” Skolotājas ir uzdrīkstējušās runāt un darboties tajā sfērā, kurā skolēni orientējas labāk nekā pieaugušie. Tomēr drošība jautājumiem skolēni savas ziņkārības un mazās dzīves pieredzes iespaidā, nepievērš pietiekami daudz uzmanības. Skolotājiem gudri un taktiski organizējot mācību audzināšanas procesu ir iespējams pasargāt viņus no nepatīkamiem pārdzīvojumiem. Olga Bolhovitina un Aija Žuomska rakstā „PET – terapija un tās loma bērnu attīstībā” piedāvā iepazīt dzīvniekus kā palīgus dažādu veselības problēmu pārvarēšanā. Tatjana Dobrovoļska un Marija Oļehnoviča rakstā „Bērnu zobu veselības dažādie aspekti” apkopojušas informāciju bērniem, viņu vecākiem un skolotājiem par dzīves kvalitātes saglabāšanu rūpējoties par zobiem.

3.1. DROŠĀ VIDE BĒRNA DZĪVĒ. BĪSTAMĀS SITUĀCIJAS

*Nadīna Ļahoviča (Daugavpils pilsētas 15. speciālā pirmsskolas
izglītības iestāde, vadītāja)*

Abstrakts

Metodiskais materiāls ir adresēts pirmsskolas izglītības skolotājiem, sākumskolas skolotājiem, bērniem un bērnu vecākiem, lai aktualizētu drošības noteikumu ievērošanas vai neievērošanas (gan no bērnu, gan no pieaugušo puses) nozīmi. Tajā īsi izklāstīts bērnu drošības noteikumu loks, aprakstītas konkrētās bīstamās situācijas, noformulēti drošības noteikumi un sniegti ieteikumi, kā iemācīt bērnu būt piesardzīgam. Metodiskā materiāla izmantošana pedagoģiskajā procesā (apkārtnes, sociālās zinības rotaļnodarbībās, sižeta lomu spēlēs, citos režīma brīžos, kā arī mājās) izmantošana paplašinās bērnu redzesloku par norisēm apkārtņē un tās cēloņsakarībām. Drošības pamatu veidošanas jautājums šodien ir ļoti aktuāls. Tas vispirms saistīts ar sabiedrības pieprasījumu sociāli adoptētai personībai. Mūsdienās apkārtējās vides un sabiedrisko procesu nestabilitāte un nenoteiktība prasa no cilvēka ne tikai augstas aktivitātes, bet arī precīzu zināšanu, prasmju un iemaņu, spējas adekvāti reaģēt uz notiekošo. Bērība – audzināšanas un zināšanu uzkrāšanas periods. Tajā ir svarīgi ne tikai sargāt bērnu no bīstamām situācijām, bet arī sagatavot viņus iespējamām grūtībām, veidot priekšstatus par nedrošām situācijām, par nepieciešamību ievērot piesardzības noteikumus, ieaudzināt drošas uzvedības iemaņas ikdienā kopā ar vecākiem, kuri ir galvenais piemērs saviem bērniem.

Drošības vides veidošana izglītības iestādē un ģimenē, tās nozīme bērna dzīvē

Kopš dzimšanas brīža un tālāk līdz mazulim – bezpalīdzīgam un lētticīgam – atrodas galvenie viņa dzīvē cilvēki – vecāki un pedagogi. Pateicoties viņu mīlestībai un rūpēm, tuvām emocionālām attiecībām un psiholoģiskam atbalstam, bērns aug un attīstās, viņam veidojas uzticība pret apkārtējo pasauli un cilvēkiem. Tāpat, kā vecāki, mēs, pedagogi, novēlam laimi mūsu audzēkņiem un gribam aizsargāt viņus no visām iespējamām bēdām un nelaimēm.

Drošības jautājumu apguvei pirmsskolā ir svarīga nozīme, kuru nedrīkst pārvērtēt, jo no drošības noteikumu ievērošanas vai neievērošanas (gan no bērnu, gan no pieaugušo puses) vārdā tiešākajā nozīmē ir atkarīga cilvēka dzīvība.

Bērnu drošību izglītības iestādē regulē tiesiski akti.

Tā, Izglītības likuma 55. panta astotais punkts paredz, ka izglītojamam ir tiesības uz dzīvībai un veselībai drošiem apstākļiem izglītības iestādē un tās organizētajos pasākumos, savukārt 14. panta divdesmit pirmais punktā, ka Ministru kabinets (turpmāk – MK) nosaka kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos.

Bērnu tiesību aizsardzības likuma 68. panta otrajā daļā teikts, ka kārtības uzturēšana nodrošināma ar iekšējās kārtības noteikumiem, kuri atbilst likuma prasībām un neaizskar bērna cieņu.

MK noteikumi Nr. 1338 “Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos” paredz, ka izglītības iestādes vadītājs:

- plāno un organizē izglītojamo drošības pasākumus izglītības iestādē un tās rīkotajos pasākumos;
- organizē izglītojošus pasākumus par izglītojamo drošību, tai skaitā vardarbības un ievainojumu profilakses jautājumos;
- nodrošina izglītojamajam, kurš apdraud savu vai citu personu drošību, veselību vai dzīvību, mācības citā telpā sociālā pedagoga, izglītības psihologa vai cita pedagoga klātbūtnē.

Neatņemams izglītības iestādes normatīvais akts ir iekšējās kārtības noteikumi. Tiem saskaņā ar MK noteikumiem Nr. 1338 jāparedz:

- izglītojamo uzvedības noteikumi izglītības iestādē, tās teritorijā un izglītības iestādes organizētajos pasākumos un atbildība par iekšējās kārtības noteikumu neievērošanu;
- izglītojamā rīcība, ja izglītojamais kādas personas darbībā saskata draudus savai vai citu personu drošībai;
- vadītāja un pedagogu rīcība, ja tiek konstatēta fiziska vai emocionāla vardarbība pret izglītojamo.

MK noteikumi Nr. 533 “Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām” paredz bērnu sociālo attīstību kā rezultātu:

- zina, kā rīkoties dažādās situācijās, ja ir apdraudēta personīgā drošība mājās, uz ielas (ceļa) un dabā (pie ūdenskrātuvēm, saskarē ar dzīvniekiem, nezināmām vielām un augiem);
- veic vienkāršus pašapkalpošanās darbus, ievērojot apgūtos ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus.

To pašu noteikumu 8.2. punktā ir noteikts, ka viens no pirmsskolas izglītības pedagoģiskā procesa galvenajiem pamatnosacījumiem ir “sekmēt bērna pozitīvu pašizjūtu drošā un attīstību veicinošā vidē”.

Arī MK noteikumi Nr. 890 “Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu” izdoti saskaņā ar Epidemioloģiskās drošības likuma 38.¹ panta pirmo daļu un regulē izglītojamo drošību

pirmsskolas izglītības iestādē. Citiem vārdiem runājot, higiēnas prasības izglītības iestādē ir drošības prasības attiecībā pret bērnu dzīves, veselības un darbības organizēšanai izglītības iestādes apstākļos, proti:

- prasības dienas režīma ievērošanai (nodarbību, atpūtas un ēšanas racionālais sadalījums dienas laikā atbilstoši bērnu vecumam un attīstībai, paredzot fiziskās aktivitātes, pastaigas svaigā gaisā un ekskursijas);
- prasības teritorijai un ēkai (piemērotība bērnu aktivitātēm un atbilstība bērnu drošībai);
- prasības telpu ierīkošanai un iekārtojumam;
- prasības ēdināšanas organizēšanai (ņemot vērā veselīga uztura pamatprincipus);
- prasības ūdensapgādei un kanalizācijai, apgaismojumam, ventilācijai un apkurei;
- prasības telpu, iekārtu un inventāra uzturēšanas kārtībai.

Šo prasību ievērošanai ir svarīga un būtiska nozīme, bet ne mazāk arī – bērnu un izglītojošas vides psiholoģiskajai drošībai, jo jēdziens “drošība” iekļauj sevī divus drošības galvenos veidus – fizisko un psiholoģisko.

Psiholoģiskā drošība – ir psiholoģiskās aizsargātības stāvoklis, kā arī cilvēka spēja atvairīt iekšējo un ārējo iedarbību.

Šī iespēja paredz šādu priekšnosacījumus:

- saglabāta cilvēka psihe;
- saglabāts personības veselums;
- stabila cilvēka attīstība un normāla funkcionēšana mijiedarbībā ar apkārtējo vidi (spēja pasargāties no apdraudējumiem un veidot psiholoģiski drošas attiecības);
- vide, kas veido aizsargātības izjūtu un ir brīva no vardarbības izpausmēm; šāda vide sekmē cilvēka vajadzību personiskās uzticības apmierināšanu, nodrošina psihisku veselību.

Emocionāli psiholoģiskās labklājības veidošanu veicina šādi nosacījumi:

- pedagoģu demokrātisks saskarsmes stils – nevis “virs” bērnam, bet līdzī, kopā, acis pret acīm – emocionāli atbalstošas vides dibināšana;
- grupas videi jāveic izglītojošas, attīstošas, audzinošas, komunikatīvas funkcijas, sekmējot bērnu patstāvību un pašdarbību, apmierinot viņu intereses un vajadzības;
- priekšmetisko attīstošo vidi jāmaina atbilstoši bērnu vecumposmu īpatnībām, apmācības periodam, izglītības programmām;
- veidojot priekšmetiski attīstošo vidi, jāievēro rotaļas vadošo lomu bērnu darbībā;

- bērnu darbības un aktivitāšu, kas rada pozitīvas emocijas un psiholoģisku komfortu, daudzveidība (piem. mūzikas un smilšu terapija, psihiskā vingrošana u.c.)
- grupā jāparedz vietu bērnu eksperimentālajai darbībai;
- dekora elementiem jābūt viegli maināmām;
- telpu krāsu paletei jābūt siltos, pastēļu toņos.

Lai bērni augtu psihiski veseli un emocionāli laimīgi, pedagogiem cieši jāsadarbojas ar vecākiem.

Vecākiem ir vienmēr jāatceras, ka bērna psihiska, psiholoģiska un emocionāla labklājība ir viņa fiziskās un garīgās veselības galvenais nosacījums. Tāpēc ir ļoti svarīgi, lai vecāki:

- būtu uzmanīgi un nopietni pret bērnu bailēm. Bērnam jābūt iespēja stāstīt par to, no kā viņš baidās, bet vecākiem jāizvairās no nekorektiem izteicieniem (piem.: “Vai tu sabijies no tāda mazā zirnekļa?!”);
- palīdzētu bērnam izteikt savas bailes vārdos, stāstītu viņam par savām personiskām bailēm;
- pieļautu baiļu “veselīgu” devu (bailes no augstuma patiešām pasargā no bīstamības);
- dotu bērnam iespēju mācīties no savām kļūdām;
- reaģētu uz bērna uzvedību.

Arī izglītības iestādes pedagogiem jābūt ļoti uzmanīgiem pret saviem audzēkņiem, lai laicīgi pamanītu jebkuras izmaiņas viņa psihiskā un psiholoģiskā stāvoklī. Pazīmes, kas var liecināt, ka bērns jūtas psiholoģiski nedroši (vai pat cieš no emocionālās vardarbības):

- bērns šķiet novārdzis;
- biežas psihosomatiskās sūdzības (sūdzības par sliktu pašsajūtu bez zināma medicīniska izskaidrojuma): galvassāpes, slikta dūša;
- bērns slapina biksēs vai gultā;
- neparasts ārējais izskats: savāds apģērbs, jocīgs matu griezumus;
- bērns ļoti meklē citu cilvēku uzmanību un novērtējumu;
- bērns ir pakļāvīgs, pārlietu paklausīgs;
- bērns ir paškritisks, ar zemu pašvērtējumu;
- bērns baidās no citu cilvēku attiecības;
- bērnam, jo īpaši pusaudzīm, raksturīga pašdestruktīva uzvedība (uzvedība, kas kaitē pašam);
- bērns bēg prom no mājām;
- grūtības attiecībās ar vienaudžiem;
- bērna uzvedība ir agresīva, impulsīva.

Savukārt bērnu psiholoģiskās labklājības grupā ir šādas pazīmes:

- labs bērnu noskaņojums visas dienas laikā;
- laba fiziskā pašsajūta (ēstgriba, gremošana, kā arī “delikāto problēmu” neesamība);
- labvēlīga attieksme pret pieaugušajiem un vienaudžiem;
- bērnu vēlēšanās piedalīties kopīgās rotaļās;
- bērnu spēja pašam nodarboties ar ko interesantu u.c.

Protams, mēs nodrošinām bērniem drošu vidi pirmsskolas iestādē un mājās. Bet viena lieta – nodrošināt, un cita lieta – iemācīt bērniem ievērot personiskās drošības noteikumus ikdienas dzīvē.

Personiskās drošības noteikumi darbojas pēc šādas formulas noteiktajā secībā:

“Nepieciešams – paredzēt, pēc iespējas – izvairīties, bīstamības gadījumā – rīkoties”.

Drošības jautājumu loks ir ļoti plašs. Tā nav tikai drošība uz ielas vai pareiza apiešanās ar elektroierīcēm – tā ir arī bērna drošība mājās, izglītības iestādēs, automašīnā vai sabiedriskajā transportā un, protams, internetā. Tātad bērna drošība ir pasākumu kopums, kura galvenā pamatdoma – bērnam ir jāzina pamatlietas, ko drīkst un ko nedrīkst darīt, un arī pašam jāprot loģiski spriest un analizēt turpmākās situācijas.

Bērnam ir jāzina četru „nē” likums:

1. nekad nesarunājies ar svešu cilvēku.
2. nekad nekāp mašīnā pie sveša cilvēka.
3. neblēņojies pa ceļam no skolas uz mājām (skolas vecuma bērniem).
4. nestaigā diennakts tumšajā laikā.

Ja vecāki vēlas būt pārliecināti par sava bērna drošību, jāzina viņa draugu un paziņu loks (obligāti uzziniet draugu telefonus un viņu vecāku vārdus) un vietas, kur bērns mēdz atrasties.

Nepieļaujiet, ka viņš uzturas būvviētās, vecās mājās, pagrabos, bēniņos, lien pazemes komunikāciju akās (šajās vietās ir iespējami nobrukumi, bērns var saindēties ar gāzi utt.).

Pie ūdens bērnam vajag atrasties tikai kopā ar pieaugušu cilvēku.

Jāatceras, ka bērni var noslīkt ne tikai upēs vai dīķos, bet arī dažādās bedrēs, būvbedrēs un pat mucā. No pirmajiem dzīves gadiem bērnam jāzina, kā uzvesties pie ūdens, un tam jāiemāca peldēt.

Atcerieties, lai kā pūlētos audzinātāji, skolotāji, policija un visa sabiedrība kopumā, ar to ir par maz. Visvairāk bērnu var aizsargāt mīlestība un vecāku gādība.

Situāciju un drošības noteikumu piemēri

1. SITUĀCIJA “VIENS MĀJĀS”

Padomi vecākiem:

1. nodrošiniet iespēju sazināties ar bērniem pēc iespējas biežāk, lai pārliecinātos, ka viss ir kārtībā;
2. jo jaunāki bērni paliek vieni mājās, jo īsākam jābūt jūsu prombūtnes laikam;
3. pastāstiet bērniem, ka vienmēr jāpārliecinās, vai durvis ir aizslēgtas. Iemāciet, ka nedrīkst atvērt durvis nepazīstamam cilvēkam arī tad, ja aiz durvīm esošais apgalvo, ka pazīst bērna vecākus. Bērnam nav jāatbild uz jautājumiem, ko uzdod svešs cilvēks. Ierīkojiet durvīs papildu actiņu atbilstoši bērna augumam.
4. durvis no ārpuses var aizvērt tā, lai bērni paši tās neatvērtu, bet atslēga jāatstāj kaimiņiem, kuri ik pēc laika varētu pārliecināties, ka bērniem viss ir kārtībā.
5. bērniem ir jāpaskaidro, ka uz nepazīstamu cilvēku zvaniem ir jāatbild: „tētis guļ un nevar pienākt pie tālruņa” vai arī „mamma ir vannas istabā un ir aizņemta”, neatklājot to, ka bērns mājās ir viens;
6. lai izsauktu policiju vai ugunsdzēsējus, ir jāzina savas dzīvesvietas adrese. To vajag iemācīt, tiklīdz bērns ir sācis runāt –vienlaicīgi ar viņa vārdu, uzvārdu un vecāku tālruņu numuriem. Bērniem ir jāiemāca zvanīt uz 110, 112 vai 113, ja atgadās kas nopietns;
7. bērniem ir jāpaskaidro, kāpēc nevajag citiem stāstīt, kādas mantas atrodas mājās;
8. kad dodaties ārā no mājām, ir ieteicams atstāt ieslēgtu TV, jo tas ne tikai izklaidēs bērnu jūsu prombūtnes laikā, bet arī radīs iespaidu, ka mājās ir daudz cilvēku;
9. atstājiet bērnam uzticama kaimiņa tālruņa numuru, lai nepieciešamības gadījumā bērns var tam piezvanīt;
10. noteikti jāpastāsta bērnam par drošības noteikumiem, kuri jāievēro. Pirmkārt ugunsdrošība un elektroierīču droša lietošana;
11. neatstājiet bērnam pieejamā vietā bīstamus priekšmetus: sērkokļus, šķiltavas, zāles, etiķi. u.c.

Noteikumi bērnam:

1. nekādā gadījumā never vaļā durvis, ja zvana nepazīstams cilvēks;
2. ja pie durvīm zvana ārsts, policists, pastnieks – vienalga durvis vaļā netaisi: noziedznieki var būt pārgērbti;

3. uz nepazīstama cilvēka jautājumiem un lūgumiem atbildi “nē”;
4. nedrīkst ticēt tam, ka kāds atnāk pēc tavu vecāku lūguma: vecāki tev paši būtu pateikuši to iepriekš;
5. uz nepazīstama cilvēka jautājumu “vai mājās ir vecāki?” atbildi “jā, ir mājās, bet pašlaik aizņemti” (“tētis guļ un nevar pienākt pie tālruņa” vai arī „mamma ir vannas istabā un ir aizņemta”);
6. ja nepazīstams cilvēks mēģina attaisīt tavas durvis, uzreiz zvani uz policiju un precīzi nosauc savu adresi;
7. ja mājās nav telefona, sauc palīgā pa logu vai no balkona.

2. SITUĀCIJA “VIENS UZ IELAS (PAGALMĀ) UN VIENS MĀJAS KĀPŅU TELPĀ”

Padomi vecākiem:

1. pirms bērnam ļaujiet vienam doties ārā, pilsētas ielās, viņš ir tam jāsaprot, taču jāsaprot, ka jebkurām zināšanām nebūs jēgas, ja māte pati vedīs viņu pāri ielai pie sarkanās luksofora gaismas;
2. vecākiem jābūt pirmajiem, kas bērniem pastāsta par drošību ārpus mājas un uz ceļa, un pašiem ir jārāda priekšzīme. Katram bērnam ir jāzina elementāri ceļu satiksmes noteikumi. Iegādājieties viņam apģērbu, kurā ir iestrādāti atstarotāji, un parūpējieties par to, lai viņa apģērbs ir gaišā vai spilgtā krāsā.
3. ceļu mājup bērnam ļaujiet pārvarēt gaišā dienas laikā. Iemāciet bērnam vienkāršus drošības līdzekļus:
 - iet tikai grupā vai divatā;
 - pa ceļam nekur neapstāties un nekavēties;
 - iet vienmēr pa vienu un to pašu maršrutu;
 - pēc pārnākšanas mājās nekavējoties zvanīt mātei vai tētim.
4. bērns var staigāt un spēlēt pagalmā tikai gadījumā, ja pagalmā ir daudz bērnu, nav aizdomīgu cilvēku un kompāniju, kā arī suņu, kas brīvi skraida pa pagalmu.
5. pirms jūsu bērns sāks staigāt viens, izpētiet kopā ar bērnu mājas tuvāko apkārtni, pievēršot īpašu uzmanību bīstamām zonām. Tās ir: kanalizācijas lūkas, ūdens apgādes caurules, siltumtīkli, pamestas celtnes, salauztas konstrukcijas, garāžas, brauktuve utt. Paskaidrojiet bērnam, kāpēc šīs zonas ir bīstamas, pamāciet apiet tās. Parunājiet par vietām, kur bērns var slēpties, spēlējot ar citiem bērniem paslēpēs;

6. no pirmajiem dzīves gadiem bērnam jāizskaidro, ka gadījumā, ja viņš ir apmaldījies vai nonācis sarežģītā situācijā, viņam jādzīvo palīdzība, taču ne kuram katram pretimnācējam. Ja tuvumā nav policista, labāk palīdzību lūgt veikalos pārdevējiem, jebkura biroja darbiniekam utt.;
7. ir nepieciešams iemācīt bērnam nenākt ciešā saskarsmē ar nepazīstamiem un mazpazīstamiem cilvēkiem, neņemt no viņiem konfektes un citus cienastus, būt piesardzīgam, ja kāds lūdz atrast kucēnu vai kaķēnu;
8. lai pasargātu bērnu no kabatzagļiem, iesakiet viņam turēt braukšanas biļeti nevis makā, bet gan atsevišķā kabatā. Gadījumā, ja bērns konstatējis, ka ir notikusi zādzība, viņam uzreiz jāceļ trauksme – visticamāk, ka tādā gadījumā nozagtais maks drīz vien atradīsies uz grīdas;
9. bērnam ir jāpastāsta, kā izvairīties no laupītājiem. Zagļiem un laupītājiem visvieglākie upuri ir bērni, jo viņi ir fiziski vājāki. Visbiežāk nauda, mobilie tālruņi un citas personīgās mantas tiek atņemtas nepilngadīgajiem. Pirmkārt, nekad nevajadzētu karināt tālruni kaklā vai jebkādi citādi lielīties ar to. Otrkārt, ja kāds nepazīstams cilvēks palūdz uz mirkli iedot tālruni, lai piezvanītu vai “uzpīkstinātu”, nedrīkst viņam to dot, jo tālrunis, visticamāk, netiks atdots atpakaļ. Bērnam ir svarīgi apzināties, ka viņa veselība ir svarīgāka par jebkuru mantu, tādēļ, ja viņam tiek izteikti fiziski draudi, tie ir jāuztver nopietni. Ja ir iespējams aizbēgt, tad labāk bēgt uz kādu sabiedrisku vietu, piesaistot cilvēku uzmanību ar kliedzieniem. Ja tuvumā neviena nav, labāk atdot to, ko laupītājs prasa, un uzreiz vērsties policijā, kā arī ziņot par to vecākiem;
10. pamāciet bērnu, ka tad, ja pie savas mājas vai dzīvokļa durvīm viņš pamanījis kaut ko aizdomīgu (uzlauztas durvis, izsistu logu vai ko citu) vai līdz šim neredzētu cilvēku, lai nekādā gadījumā nedodas iekšā, neatslēdz dzīvokļa durvis, bet zvana vecākiem vai uz policiju, vai arī dodas uz kādu sabiedrisku vietu (pie labi pazīstamiem kaimiņiem);
11. iemāciet bērnam rīkoties ārkārtējā situācijās (ja kāds ir nokritis un sasists, notiek kaitiņš, parādījās bīstama kompānija, atrasta kāda soma vai kaste u.c.).

Noteikumi bērnam:

1. nekad neej ārā bez vecāku atļaujas. Vecākiem vienmēr jāzina, kur tu esi;
2. nedrīkst atrasties ārā pārāk vēlu. Negadījumi bieži notiek diennakts tumšajā laikā;
3. nevar iet ar nepazīstamiem bērniem un pieaugušajiem uz jebkuru vietu;
4. neņem no nepazīstamiem cilvēkiem cienastu, kaut arī tev vecāki nekad neko tik garšīgu nav pirkuši;

5. ja tu pazaudēji vecākus nepazīstamā vietā, stāvi turpat un nekur neej. Ja vecāku ilgu laiku nav, ej pie policista vai uz veikalu pie pārdevēja;
6. ja tu redzēsi uz ielas vai tramvajā (autobusā) kādu priekšmetu – kasti, somu – neaiztiec to;
7. nekādā gadījumā nesēdies automašīnā pie nepazīstamiem un mazpazīstamiem cilvēkiem;
8. uz visiem svešu cilvēku piedāvājumiem atbildi “nē”;
9. ja kāds cenšas tevi saķert, pielietojot varu, izgrozies, kliec, sauc palīgā, bēdz!

DROŠĪBAS NOTEIKUMU IZGLĪTOJAMAJIEM (PARAUGS)

Drošības noteikumi Nr. 4

Izglītojamo rīcība pirmās palīdzības sniegšanā

*Izdoti saskaņā ar Ministru kabineta 24.11.2009 noteikumu
Nr. 1338 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība
izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”
trešās daļas 7.4. punktu*

Bērnu pienākums ir ievērot šādu instrukciju:

1. ziņo pieaugušajiem, ja sajūti sāpes savā ķermenī, esi guvis traumu.
2. palīdzi piecelties pakritušam bērnam, izrādi līdzjūtību, jo viņam sāp.
3. nobrāzumam uzliec ceļmallapu, ja tas iespējams.
4. ja stipri tek asinis, uzliec salveti, tīru kabatlakatiņu,
5. atceries, ja asiņo deguns, galvu nedrīkst atlikt, jo asinis var iekļūt elpvados. Galva jānoliec uz priekšu, uz pieres vai spranda var uzlikt mitru kompresi.
6. ja esi stipri sasitis galvu – jāapguļas uz sāniem, jāgaida pieaugušā palīdzība.
7. ja esi iegriezis pirkstā – cel roku uz augšu un griezies pie pieaugušā, pastāstot, kas noticis.
8. saslavināji kājas – pārvelc apavus, zeķes, neturi kājas mitrumā.
9. nosalušas kājas – lēkā, skrien, kustini kāju pirkstus.
10. pārkarsi saulē – dodies ēnā un pasauc pieaugušo.

IETEIKUMI SKOLOTĀJIEM, KĀDĀ KĀRTĪBĀ IEPAZĪSTINĀT PIRMSSKOLAS VECUMA BĒRNUS AR DROŠĪBAS NOTEIKUMIEM

1. Ar drošības noteikumiem (turpmāk – Noteikumiem) bērnus iepazīstina grupas skolotājs, apgūstot tēmas par bērnu drošību rotaļnodarbībās sociālajās zinībās (saistībā ar nedēļas tēmu vai arī bez tās), kā arī mācību gada laikā pirms konkrēta pasākuma rīkošanas (ekskursija,

sacensības u.c.) vai pirms jebkuras darbības uzsākšanas, kura var apdraudēt bērnu drošību, veselību un dzīvību.

2. Par bērnu instruēšanu par Noteikumiem grupas skolotājs veic pierakstu grupas žurnālā, norādot Noteikumu numuru un tēmu, un apliecina to ar parakstu.
3. Noteikumu neievērošanas gadījumos (īpaši gadījumos, ja izglītojamais apdraud savu vai citu personu drošību, veselību dzīvību) grupas skolotājs informē par izglītojamā uzvedību Iestādes vadītāju. Iestādes vadītāja rīcība minētajos gadījumos tiek reglamentēta ar MK noteikumiem un ir aprakstīta izglītības iestādes iekšējās kārtības noteikumos.

Secinājumi

Pedagogu zināšanām un kompetencei bērnu drošības jomā ir būtiska loma.

Lai nodrošinātu izglītojošas vides drošību vajadzētu minimalizēt negatīvās emocijas un pavairot pozitīvo emociju kopējo skaitu.

Izglītojošas vides harmonizācija samazina psihiski somatisko saslimšanu skaitu.

Bērnu iepazīstināšana ar drošības noteikumiem paaugstina viņu kompetenci šajā jomā un sekmē vispārējo erudīciju.

Sadarbība ar vecākiem bērnu drošības jautājumos ir papildiespēja uzlabot attiecības starp iestādi un ģimeni.

Izmantotā literatūra

- Bērnu tiesību aizsardzības likums. LR likums. (Red.) (1998). *Latvijas Vēstnesis*, 199/200 (1260/1261). Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=49096>) 20.06.2016.
- Higiēnas prasības bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu. MK noteikumi. (Red.) (2013). *Latvijas Vēstnesis*, 185 (4991). Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=260057>) 21.06.2016.
- Izglītības likums. LR likums. (Red.) (1998). *Latvijas Vēstnesis*, 343/344 (1404/1405). Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=50759>) 20.06.2016.
- Jurista vārds. (2014). *Eksperti aicina vecākus pārrunāt ar bērniem drošības jautājumus*. Skatīts internetvietnē (<http://www.juristavards.lv/zinas/264437-eksperti-aicina-vecakus-parrunat-ar-berniem-drosibas-jautajumus/>) 20.04.2016.
- Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos. MK noteikumi. (Red.) (2009). *Latvijas Vēstnesis*, 187 (4173). Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=201106>) 20.06.2016.
- Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām. MK noteikumi (2012). *Latvijas Vēstnesis*, 129 (4732). Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=250854>) 20.06.2016.
- Valsts izglītības satura centrs (VISCS) (2011). *Vesels un drošs. Atbalsta materiāls bērnu vecākiem un skolotājiem interaktīvi par veselības un cilvēkdrosības jautājumiem pirmsskolā un*

sākumskolā. Skatīts internetvietnē (http://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/vesels_un_dross.pdf) 20.04.2016.

Кошелева, А., Кулаковская, В., & Лопатина, О. (2010). Эмоциональное благополучие ребёнка в ДООУ. *Ребенок в детском саду*, 5, 2-5.

Курашова, В., & Жданова Л. (2007). Эколого-оздоровительная работа в детском саду. *Ребенок в детском саду*, 2, 56-59.

Хабибуллина, О. (2007). Я иду по улице. *Ребенок в детском саду*, 1, 33-35.

3.2. IEROSMES KLASĒS AUDZINĀŠANAS STUNDĀM – „INTERNETS – DRAUGS VAI DRAUDS?”

Irina Zeņina (Jēkabpils vakara vidusskola, direktores vietniece izglītības jomā)

*Rainelda Muižniece (Jēkabpils novada Izglītības un kultūras pārvalde,
galvenā speciāliste izglītības jautājumos)*

Abstrakts

Metodiskais materiāls izstrādāts, pamatojoties uz autoru veikto aptauju Jēkabpils vakara vidusskolas izglītojamo vidū par droša interneta lietošanas prasmēm, kā arī adaptēts klases audzināšanas stundās, atsevišķi materiāla elementi tikuši iekļauti dažādu mācību priekšmetu stundās – gan pamatskolas, gan vidusskolas posmā. Materiāls izmantojams klases audzinātājiem, eksakto un humanitāro mācību priekšmetu pedagogiem, apskatot mācību procesā interneta lietošanas riskus un draudus. Lielākā daļa no metodiskajām izstrādātajām tikušas plānotas kā mācību stundas (40 min. apjomā), kurās izmantotas dažādas darba metodes. Pēc katras aktivitātes izglītojamie veikuši atgriezenisko saikni, izsakot savas domas par iegūtajām vai aktivizētajām zināšanām.

Metodiskā materiāla apraksts

Autores pirms metodiskā materiāla izveides ir iepazinušās ar pētījumiem un aptaujām par interneta un mobilā telefona izmantošanu bērnu un jauniešu vidē - piemēram, portālā drossinternets.lv, kā arī ar aptauju „Bērnu un pusaudžu uzticības tālruņa 116111 aptaujas par interneta drošību rezultātu analīze”, „Riski un drošība internetā – pētījumi Latvijā un Eiropā” rezultātiem.

Metodiskā materiāla adresāts - pedagogi (klašu audzinātāji, dažādu mācību priekšmetu pedagogi, kā arī sociālie pedagogi), kuri strādā pamatskolas/ vidusskolas posmā. Atsevišķus metodiskā materiāla elementus iespējams izmantot latviešu valodas stundās, piemēram, 10.klasē, runājot par e - vides etiķeti.

Autores ir izveidojušas uzdevumu kopu, kuras mērķis - rosināt jauniešus domāt par savu uzvedības sekām interneta vidē, apjaust draudus un riskus, ar kuriem saskaras jebkurš interneta lietotājs, kā arī radoši izpausties, veidojot vizuālus objektus.

Izstrādātie metodiskie materiāli aktualizē latviešu valodas mācību priekšmeta standarta 1.-9.klasei obligātās prasības –

3. komunikatīvo kompetenci:

3.1. saziņa. Saziņas situācija, saziņas veidi un līdzekļi, saziņas kultūra;

3.2. valoddarbības veidi. Klausīšanās, runāšana, lasīšana un rakstīšana. Klausītāja, runātāja, lasītāja un rakstītāja kultūra.

5. Sociokultūras kompetenci:

5.5. runas etiķetes nacionālā un kultūras specifika.

Metodiskajā materiālā iekļautas sociālo zinību un informātikas standartu prasības pamatskolā. Tas ir, pamatskolā informātikas stundās:

- pilnveidot praktiskās informācijas un komunikācijas tehnoloģiju lietošanas prasmes, lai individuāli vai sadarbībā ar citiem spētu identificēt problēmas un risināt tās (standarta 2.2. punkts);
- gūt intelektuālās darbības brīvības un atbildības pieredzi demokrātiskā sabiedrībā (standarta 2.3. punkts);
- veidot paradumu strādāt drošā darba vidē un apgūt paņēmienus, lai varētu izvairīties no veselības traucējumiem, kas gūti darbā pie datora, vai mazināt tos (standarta 2.4. punkts);
- izprast informācijas un komunikācijas tehnoloģiju straujās attīstības nozīmi sabiedrībā (standarta 2.5. punkts);
- motivēti attīstīt savas spējas, lai kļūtu par pilntiesīgu informācijas sabiedrības locekli (standarta 2.6. punkts).

Pamatskolā sociālajās zinībās:

- veidot izpratni par cilvēka garīgās un fiziskās attīstības vispārējām norisēm, veselīgu dzīvesveidu un veselībai labvēlīgu vidi (standarta 2.2. punkts);
- izkopt saskarsmes un sadarbības prasmes (standarta 2.4. punkts);
- apzināties veselības un dzīvības vērtību, savu un citu atbildību par veselību un veselīgu vidi, izkopt veselīgus paradumus (standarta 2.7. punkts).

Adaptējot izveidoto metodisko materiālu mācību stundās, tika gūta atgriezeniskā saikne – gan veidojot nosacītus tviterierakstus, gan izmantojot vizuālas kartes, gan mutiskas atbildes. Izpētot atgriezeniskās saiknes atbildes, radās pilnīgāks pamatojums, kāpēc plašākas zināšanas par interneta vidi ir tik svarīgas mūsdienu jauniešiem.

Metodiskā materiāla aktualitāte – datoratkarība ir jau kļuvusi par sociālu problēmu skolēniem, turklāt viņi bieži neapzinās riskus un draudus, izmantojot interneta vidi.

Metodisko izstrādņu satura un praktiskās izmantošanas iespēju raksturojums.

Metodisko izstrādņu saturu var nosacīti iedalīt 2 daļās –

1. aktivitātes, kuras var veikt, neizmantojot tiešu datoru izmantojumu, bet nepieciešami vizuāli materiāli,

2. aktivitātes, kur jaunieši, izmantojot datorprogrammas un interneta vidi, veido radošus vizuālus objektus.

Izstrādāto aktivitāšu nobeigumā ir sniegts ieskats izglītojamo atsauksmēs par izveidoto aktivitāti.

1. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1. Piedāvāt dalībniekiem aktīvu līdzdalību nodarbības tēmas izpratnē. 2. Attīstīt prasmes saskatīt cēloņu un seku kontekstu.
Laiks	35 -40 min.
Materiāli	Aktivitātes vadītāja sagatavotie jautājumi, aktivitātes izvērtējuma karte
Norise	<p>Nodarbības vadītājs aicina dalībniekus piedalīties fiziskā aktivitātē „Kurš no jums...?”</p> <p>Nodarbības vadītājs dalībniekiem uzdod jautājumus.</p> <p>Ja dalībnieks atbild apstiprinoši uz jautājumu, viņš pieceļas kājās.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kuru no jums šodien pamodināja kāds mājdzīvnieks vai putns? • Kuru no jums šodien pamodināja draugs/i, bērns/i, brālis/ļi, māsa/s, vecāks/i utt.? • Kuru no jums šodien pamodināja mehāniskais modinātājpulkstenis? • Kuru no jums šodien pamodināja pulkstenis mobilajā telefonā? • Kurš no jums šodien lasīja reklāmu, žurnālu, avīzi (presi) papīra formātā? • Kurš no jums šodien lasīja ziņas? • Kurš no jums šodien lasīja informāciju interneta vidē? • Kuram no jums ir mobilais telefons? • Kuram no jums mājās vai skolā ir dators? • Kuram no jums mājās vai skolā ir dators ar interneta pieslēgumu? • Kuram no jums ir mobilais telefons ar interneta pieslēgumu? <p>2. Aktivitātes vadītājs rosina diskusiju – „Vai tehnoloģijas ir jau atkarība vai tikai dzīves nepieciešamība?”</p> <p>Aktivitātes vadītājs izveido divas dalībnieku grupās –viena grupa meklē argumentus, kas pierāda, ka mobilais telefons un internets ir ļoti svarīgi cilvēka dzīves priekšmeti, otra grupa meklē argumentus, kas pierāda, ka šīs lietas rada atkarību.</p> <p>3. Aktivitātes vadītājs kopā ar dalībniekiem pārrunā jaunāko tehnoloģiju ietekmi uz mūsdienu cilvēku dzīvi.</p> <p>4. Dalībnieki aizpilda aktivitātes izvērtējuma karti.</p>
Nodarbībā izmantotie materiāli	Aktivitātes izvērtējuma kartē izmantots attēls no vietnes - https://yandex.ru/

Aktivitātes izvērtējuma karte (1.att.)

Pēc aktivitātes turpini (vienā teikumā) izteikumu – „ Mūsdienu tehnoloģijas man ...”
ieraksti to attēlā!



1.attēls. Aktivitātes izvērtējuma karte

2. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1. Attīstīt dalībniekos prasmi saskatīt informācijas apmaiņas ātruma pieaugumu mūsdienu apstākļos. 2. Attīstīt prasmes diskutēt, paust savu viedokli, korektu publisko runu.
Laiks	20-35 min.
Materiāli	Projektors, dators, interneta materiāli, pierakstu lapas, rakstāmpiederumi.
Norise	1. Aktivitātes vadītājs iepazīstina dalībniekus ar informāciju, kā pasaulē ir pieaudzis interneta lietotāju skaits no 1990. – 2002. gadam. 2. Aktivitātes vadītājs sadala dalībniekus grupās vai pāros. Vienai grupai vai pārim uz pierakstu lapām jāuzraksta argumenti, kādi ir interneta lietošanas pozitīvie aspekti. Citai grupai vai pārim uz pierakstu lapām jāuzraksta argumenti, kādi ir interneta lietošanas negatīvie aspekti. 3. Notiek diskusija, kuras laikā vienai grupai vai pārim ir jāpārlicina cita grupa vai pāris par “savu” viedokli. 4. Aktivitātes noslēgumā visi dalībnieki vienojas par kādu no izteiktajiem viedokļiem.
Nodarbībā izmantotie materiāli	Izmantoti materiāli no vietnes - http://www.worldmapper.org/

Ieskats dažos skolēnu izteiktajos argumentos pēc aktivitātes

<i>Interneta lietošanas pozitīvie aspekti:</i>	<i>Interneta lietošanas negatīvie aspekti:</i>
<ul style="list-style-type: none"> • internetu var izmantot mācību stundās 	<ul style="list-style-type: none"> • interneta lietotāji var sabojāt savu redzi, viņiem var atrofēties muskuļi, kas var izraisīt pat kustību traucējumus
<ul style="list-style-type: none"> • interneta vidē var lasīt grāmatas vai iepazīties ar jaunākajām ziņām, kā arī tā palīdz ļoti ātri uzzināt nepieciešamo jaunāko informāciju 	<ul style="list-style-type: none"> • e-vidē ir daudz krāpnieku
<ul style="list-style-type: none"> • internetā var atrast arī tādu e -vidi, kura nerada lietotājam draudus 	<ul style="list-style-type: none"> • interneta lietotāji izplata par sevi privātu informāciju sociālajos tīklos, kas var kaitēt turpmākajā viņu dzīvē
<ul style="list-style-type: none"> • meklējot kādu informāciju, nav nepieciešamības doties ārpus ierastās vides, līdz ar to nav iespējams sastapties ar kādu, kurš var tevi tieši ietekmēt vai pakļaut reālām, fiziskām briesmām 	<ul style="list-style-type: none"> • daudzi skolēni „basto” skolu, lai tik „pasēdētu” internetā, zaudējot apkārtējo realitāti
<ul style="list-style-type: none"> • internets nevar traumēt fiziski 	<ul style="list-style-type: none"> • ir iespēja „noķert” datorvīrusus

3. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1. Attīstīt prasmi izvērtēt sniegto informāciju. 2. Mazināt riskus, veicot darbības e-vidē.
Laiks	20 – 30 min.
Materiāli	Izdales materiāls, rakstāmpiederumi.
Norise	<ul style="list-style-type: none"> • Aktivitātes vadītājs iepazīstina dalībniekus ar tekstu. Vārds: Ilze Uzvārds: Slēpts Vecums: Slēpts Matu krāsa: Blonda E-pasts: kalninja1984@apollo.lv • Aktivitātes dalībnieki izsaka domas, kas tekstā varētu būt nepareizs, kā būtu jārikojas, lai novērstu nepilnības. • Ja nepieciešams, var izmantot materiālus, kas atrodami rokasgrāmatā skolotājiem „Drošība internetā” sadaļā „Sociālie tīkli”. • Aktivitātes noslēgumā notiek pārrunas, kāds ir drošs profils sociālajos tīklos.
Nodarbībā izmantotie materiāli	„Drošība internetā”, Rokasgrāmatā skolotājiem Rīga, 2011 https://www.facebook.com/sarkasms1/photos/a.387417018035195.1073741826.387414854702078/825895590854000/?type=3&theater

Skolēnu atsauksmes pēc nodarbības

Es uzzināju, kas ir drošs profils (Anastasija).

Es sapratu, kā var sevi pasargāt interneta saskarsmē, kā arī to, ko var un nevar rakstīt internetā (Jānis).

Man likās interesanti, ka varēju pārdomāt, ko var droši likt internetā un ko tomēr labāk nelikt. Jāatceras, ka nav labi internetā likt svarīgu savu personisko informāciju (Ieva).

4. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	Attīstīt prasmi ātri atrast nepieciešamo informāciju.
Laiks	10 – 25 min.
Materiāli	Izdales materiāls, rakstāmpiederumi
Norise	1. Aktivitātes vadītājs piedāvā aktivitātes dalībniekiem atrast vārdu juceklī paslēpušos vārdus. <i>Aktivitātes variants. Sarīkot ātrumsacensības - „Kurš ir veiklākais?”</i> 2. Aktivitātes noslēgumā aktivitātes vadītājs pārrunā ar dalībniekiem krustvārdu mīklā atrodamos jēdzienus
Nodarbībā izmantotie materiāli	www.cirkulis.lv

Vārdu juceklis

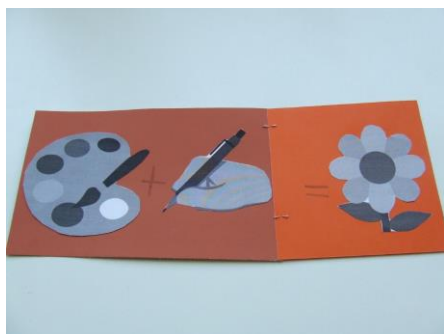
X P R H Y F M I O K V Q T G T G Q Z L E	<u>Vārdu saraksts</u>
R I I B X I R Z A A M N Z Z G I E D P K	APARATŪRA
R D S D G S N E Ņ A A C E L C A I G B Y	ATMIŅA
A V E U M I D I R K I N T E R N E T S Z	DATI
W Z P Q Y T M Ū T I N U M Y M X X L W O	DATNE
L E O G J T T B W M S J W Q O R T N P R	ERGONOMIKA
T S M T A A U E M O E V J C U F A U R T	HAKERIS
P L Q L R U G Q N N R L T U X X Ņ D O F	IKONA
E D H A B H E N M O V A B U E G I D G J	INTERNETS
K C P A Z D R O H G E Y I K D N M D R L	KLAVIATŪRA
E A H T K S P A U R R F G A G Q T X A N	MAPE
Z I C I R E S D Z E I L T G H H A G M R	PELE
Q E C W L I R R V W S N J T L B B T M W	PIRĀTISMS
M P F E T D C I H T E T M A D I I E A C	PROGRAMMATŪRA
F O E J S L U L S H K A W V E T Z E T O	SERVERIS
Y V X Y S B D N I Y P S L O Z A W R Ū M	VĪRUSS
L Z A W U H K D S E Y R F C H D Z K R V	ZIBATMIŅA
R O G A R T E Q I K O N A T U B C B A A	
W I X E Ī A K E N K L A V I A T Ū R A J	
B G B B V Z J L E W H S M S I T Ā R I P	

2.attēls Vārdu juceklis

5. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Attīstīt radošās prasmes, spēju publiski uzstāties. 2. Pilnveidot spēju veidot definīcijas. 3. Aktivizēt starppriekšmetu saikni.
Laiks	30 – 40 min.
Materiāli	Izdales materiāls, līme, krāsains papīrs, šķēres, rakstāmpiederumi.
Norise	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aktivitātes vadītājs lūdz dalībniekiem formulēt jēdziena „internets” būtību, pieraksta sniegtās atbildes uz tāfeles. 2. Dalībnieki saņem izdales materiālu. Viņu uzdevums - atveidot jēdzienu „internets” ar attēlu palīdzību, kā arī uzrakstīt savu definīciju jēdzienam „internets”. 3. Dalībnieki prezentē savu veikumu. <p><i>Aktivitātes variants. Nodarbību var dažādot - izveidotos vizuālās uzskates materiālus piedāvāt vēl vienam grupai, kurai jāuzraksta pēc vizuālajiem (3.att.) objektiem jēdziena „internets” definīciju (4.att.). Pēc tam šīs definīcijas salīdzina ar autora radītajām.</i></p>

Nodarbībā izmantotie materiāli	Izmantoti attēli no vietnēm – www.google.lv , https://yandex.ru/
--------------------------------	--



3.attēls



4.attēls

Skolēnu atsauksmes pēc nodarbības

Iemācījos izteikt vārdu „internets” radoši (Daina).

Es sapratu, ka internetā ir tik daudz emociju, ka to vispār nevar aptvert (Santa).

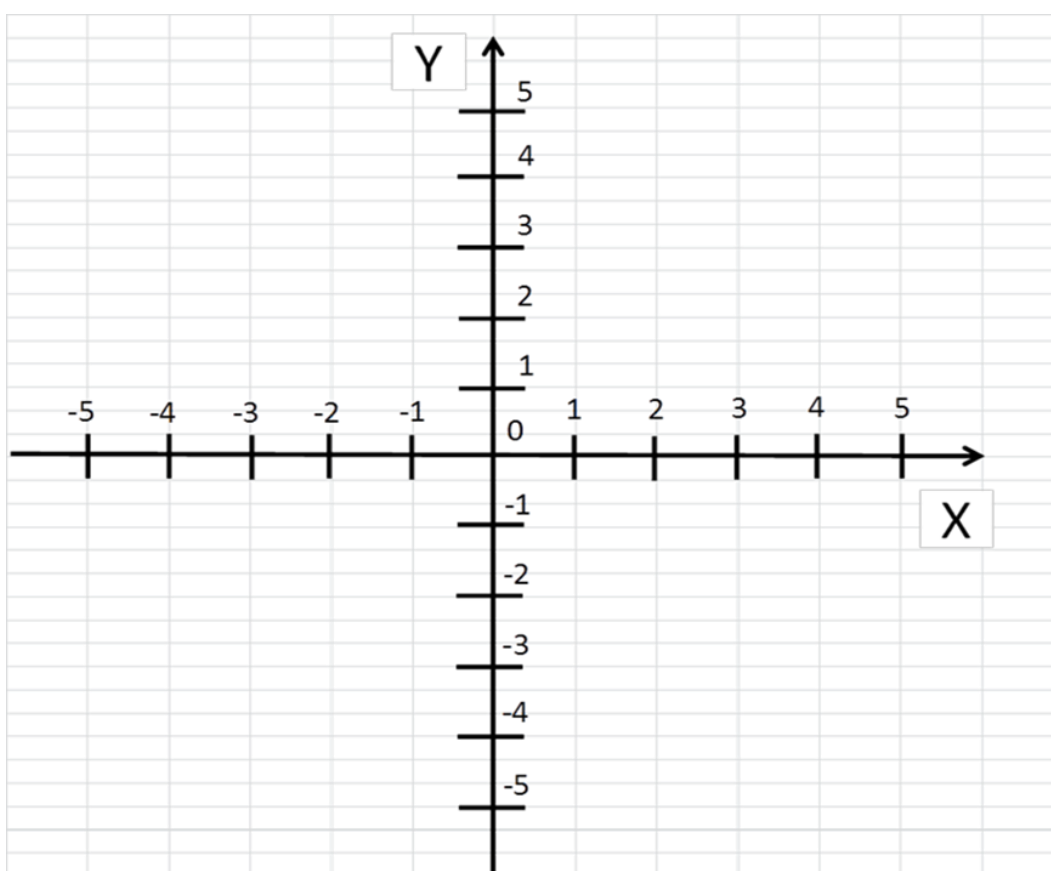
Man patika „taisīt” šo uzdevumu, jo tas bija ļoti interesanti (Elīna).

Interneta vidē plūst tik dažādas emocijas, kas vienmēr pasaka par lietotāju kaut ko neparastu (Daniels).

6. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1. Attīstīt prasmi novērtēt situācijas, izteikt viedokli.
Laiks	30 – 40 min.
Materiāli	Izdales materiāls, rakstāmpiederumi.
Norise	<p>1. Aktivitātes vadītājs piedāvā dalībniekiem vārdus - “mobilais telefons”, “divas pusaudzes”, “sociālie tīkli”, “viens pieaugušais”.</p> <p>Dalībnieku uzdevums izdomāt, kas varētu sasaistīt šos vārdu savienojumus.</p> <p>Dalībnieki izsaka savas prognozes.</p> <p>1. Aktivitātes vadītājs lasa stāstu no http://www.drossinternets.lv/upload/materiali/bukleti/rokasgramata_skolotajiem_drosiba_interneta_pirmais_papildinatais_izdevums.pdf sadaļas „Sociālie tīkli” vai piedāvā to izlasīt dalībniekiem.</p> <p>2. Notiek situācijas analīze pēc shēmas - noskaidro – formulē – risini – izvērtē – pieņem lēmumu.</p>

	<ol style="list-style-type: none">1. A – apsver situāciju2. N – nosaki problēmas būtību3. N – novērtē, kādi ir iespējamie riski4. A – atrisini problēmu <p><i>Aktivitātes variants. Aktivitāti var dažādot, veidojot stāsta „kardiogrammu” - lasot stāstu, viena dalībnieku grupa atveido meiteņu izjūtas, otra grupa- atveido vīriešu izjūtas, trešā grupa atveido šībrīža lasītāja izjūtas. Dalībnieki diskutē par izveidotajām „kardiogrammām”.</i></p>
Nodarbībā izmantotie materiāli	http://www.drossinternets.lv/upload/materiali/bukleti/rokasgramata_skolotajiem_drosiba_interneta_pirmais_papildinatais_izdevums.pdf



5.attēls Stāsta analīzes „kardiogrammas” paraugs.

7. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1. Nostiprināt zināšanās par jēdzieniem, kas saistās ar internetu un datoru. 2. Attīstīt prasmi paust viedokli un to pamatot.
Laiks	25 – 40 min.
Materiāli	Izdales materiāls, rakstāmpiederumi, līme, krāsaini zīmuļi
Norise	<ol style="list-style-type: none"> Aktivitātes vadītājs izdala katram dalībniekiem 8 izdales kartītes (viena kartīte ir tukša, 7 kartītēs ir jēdzieni, kas saistīti ar internetu un mobilo telefonu, piemēram, „Pele”, „Dators”, „Vīruss”, „Internets”, „Pirātisms”, „Sociālie tīkli”, „Datne”) un izskaidro aktivitātes noteikumus- nedrīkst kartītes apgriezt otrādi, drīkst iepazīties ar jēdzieniem, kas doti kartītes vienā pusē, pēc vadītāju noteiktas secības dalībniekiem jāsaliek jēdzieni noteiktā figūrā. Vadītājs lasa jēdzienu skaidrojumus, dalībnieki sameklē atbilstošu jēdzienu skaidrojumam un izvieto to noteiktā secībā. Vadītājs ar dalībniekiem pārrunā, kurus jēdzienu skaidrojumus viņi nav sapratuši un kāpēc. Vadītājs aicina dalībniekus uzmanīgi apgriezt kartītes uz otru pusi un aplūkot izveidoto zīmējumu. Dalībnieku grupas veido diskusiju, kā jēdzieni sasaistās ar redzēto zīmējumu. <i>Aktivitātes variants. Mazāko klašu skolēni var zīmējumu izkrāsot, iepriekš to salīmējot un veidot klasē darbu galeriju.</i> Dalībnieki veido jēdzienu „dimantu” (1. rindā – vissvarīgākais jēdziens, 2. un 3.rindā - 3 jēdzieni, 4.rindā jēdziens, kas ir, viņuprāt, nebūtisks). Dalībnieki var arī izmantot tukšo kartīti, lai ierakstītu sev svarīgu jēdzienu. Dalībnieki diskutē par izveidoto „dimanta” piramīdu.
Nodarbībā izmantotie materiāli	https://yandex.ru/ http://drossinternets.lv/upload/materiali/vaifija_skola_metodiskie_ieteikumi.pdf

Darba lapas paraugs

Pele	Dators	Vīruss
Internets	Pirātisms	Sociālie tīkli



6.attēls. Pele

Skolēnu atsauksmes pēc nodarbības

Darbs patika, jo bija prāta un intelekta uzdevums, kā arī varēja uzzināt, ko citi klasesbiedri domā par mobilajiem telefoniem (Jānis).

Man patika darbs ar zīmējumu, tas šķita saistoši (Dita).

Bija interesanti klausīties klasesbiedru viedokļos, man personiski bija grūti salikt piramīdu, nevarēju izvēlēties, ko un kur likt (Tatjana).

Man nepatika sakārtot piramīdu, bet patika spēle ar jēdzienu atrašanu (Ilze).

8. AKTIVITĀTES APRAKSTS

Mērķis	1.Veidot prasmi izteikt viedokli lakoniski.
Laiks	5 – 10 min.
Materiāli	Izdales materiāls, rakstāmpiederumi.
Norise	1. Aktivitātes vadītājs piedāvā dalībniekiem uzrakstīt savas domas par paveikto aktivitāti, izmantojot tviterputna trafaretu. 2. Dalībnieki prezentē savu veikumu.
Nodarībā izmantotie materiāli	https://www.google.lv/search?hl=lv&site=imghp&tbn=isch&source=hp&biw=1345&bih=774&q=tviterputns&oq=tviterputns&gs_l=img.3...2352.4976.0.5245.11.8.0.3.0.0.66.371.7.7.0....0...1ac.1.64.img..1.6.311.czXVBWnXLVI#imgrc=-7XFUB62n02-HM%3A



7.attēls. Tvīterputna trafarets

Skolēnu atsauksmes pēc nodarbības

Bija ļoti jautri darboties komandās un strādāt ar uzdevumiem. Mēs daudz ko uzzinājām par drošību internetā, par profilu veidošanu, par to, ko mēs vēl nezinām (Solvita).

Šodien sapratu, ka internets savā ziņā ir daļēji pat ļauns (Sabīne).

Es domāju, ka tādas stundas noderēs katram no mums (Baiba).

Es tomēr gribētu uzzināt, kas izgudroja internetu? (Vjačeslavs).

Secinājumi

Adaptējot metodisko materiālu mācību procesā, izveidojās pārliecība, ka jaunieši spēs rast risinājumu, lai novērstu ne tikai savu, bet arī apkārtējo līdzaudžu, mazāko brāļu, māsu un citu personu nevēlamas darbības interneta vidē.

Diskutējot ar jauniešiem par datoratkarības riska pieaugumu viņu vienaudžu vidū, jāsecina, ka būtu vēlams, lai informācija par institūcijām un organizācijām, kur vērsties pēc palīdzības, lai atbrīvotos no datorspēļu un interneta atkarības, būtu plašāk pieejama pusaudžu vidū.

Jaunieši teorētiski apzinās interneta vides draudus un riskus, bet praktiski dažkārt šo informāciju ignorē.

Jauniešu vidū vairāk popularizēt lietderīga un veselīga laika pavadīšanas veidus.

Izmantotā literatūra

- Drossinternets.lv, Latvijas pašvaldību mācību centrs (LPMC) (2015). Metodiskais līdzeklis. Interneta atbildīga un droša lietošana. (sagatavots Eiropas Komisijas projekta „Droša interneta lietošana” ietvaros) līgums Nr. INEA/CEF/ICT/A2014/0019))
- Drošība internetā. Rokasgrāmata skolotājiem. (2011). Rīgā: Latvijas interneta asociācija Net-Safe Latvia Drošāka interneta centrs
- Dzīves jautājumi. (2005). Sociālā darba un sociālās pedagoģijas augstskola „Attīstība”
- Karnītis E. (2004). Informācijas sabiedrība – Latvijas iespējas un uzdrošināšanās. Pētergailis.
http://drossinternets.lv/upload/materiali/vaifija_skola_metodiskie_ieteikumi.pdf
http://www.drossinternets.lv/upload/materiali/bukleti/rokasgramata_skolotajiem_drosiba_interneta_pirmais_papildinatais_izdevums.pdf
<http://www.worldmapper.org/>
<https://yandex.ru/>
<https://www.facebook.com/sarkasms1/photos/a.387417018035195.1073741826.387414854702078/825895590854000/?type=3&theater>
https://www.google.lv/search?hl=lv&site=imghp&tbm=isch&source=hp&biw=1345&bih=774&q=tviterputns&oq=tviterputns&gs_l=img.3...2352.4976.0.5245.11.8.0.3.0.0.66.371.7.7.0....0...1ac.1.64.img..1.6.311.czXVBWnXLVI#imgcr=-7XFUB62n02-HM%3A
- Ministru kabineta noteikumi Nr.468 (2014). Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem. <http://likumi.lv/doc.php?id=268342> (latviešu valoda -2.pielikums, literatūra – 13.pielikums, informātikā - 7.pielikums, sociālajās zinībās – 18.pielikums) Skatīts internetvietnē (<http://likumi.lv/doc.php?id=268342#piel7&pd=1>) 1.02.2016.
- Riski un drošība internetā – pētījumi Latvijā un Eiropā (2010). Skatīts internetvietnē (<http://www.esmaja.lv/viedokli/riski-un-drosiba-interneta-petijumi-latvija-un-eiropa>) 7.02.2016
- Tirgus un sabiedriskās domas pētījumu centrs SKDS (2008). Drošāks internets bērnu un jauniešu vidū. Skatīts internetvietnē (<http://drossinternets.lv/page/84>) 10.02.2016.
- Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcija (2010). Bērnu un pusaudžu uzticības tālruņa 116111 aptaujas par interneta drošību rezultātu analīze. Skatīts internetvietnē (http://www.bti.gov.lv/lat/uzticibas_talrunis/informacija_pieaugusajiem/?doc=2070&page) 10.02.2016.
- www.cirkulis.lv

3.3. PET – TERAPIJA UN TĀS LOMA BĒRNU ATTĪSTĪBĀ

Olga Bolhovitina (Bērnu nams- patversme „Priedīte”, medicīnas māsa)

Aija Žuromska (Daugavpils pilsētas 12.pirmsskolas izglītības iestāde, medicīnas māsa)

Abstrakts

Dzīvnieku terapija ir psihoterapijas un ārstēšanas metode, kur „ārsts” un „psihoterapeits” ir dzīvnieks – delfīns, suns, zirgs, kaķis, akvārija zivtiņa u.c. dzīvnieku pasaules pārstāvji. PET – terapija ietver sevī problēmu risināšanu pedagoģijā, medicīniskajā, psiholoģiskajā un sociālajā rehabilitācijā. Jau senatnē cilvēki apzinājās kontaktu ar dzīvniekiem nozīmi un zināja, ka saskarsmei ar dzīvniekiem ir labvēlīga ietekme garīgā līdzsvara atgūšanā, stresa noņemšanā un veselības uzlabošanā. Arī mūsdienās daudziem mājās ir dzīvnieki, suņi, kaķi, putni, zivis, abinieki. Cilvēki gūst prieku saskarsmē ar mūsu „mazajiem brāļiem”, noņem stresu un uzlabo veselību, īpaši mentālo. No šejienes cēlusies šī metode, kuru var veiksmīgi pielietot cīņā ar dažādiem veselības un uzvedības traucējumiem, īpaši bērniem. Dzīvnieku terapija ir daudzveidīga, pasaulē populārākie dzīvnieku terapijas veidi – kanisterapijai, felinoterapijai, delfinoterapijai, ornitoterapijai un netradicionālajiem dzīvnieku terapijas veidiem.

Reitterapija

Reitterapija (arī hipoterapija) jeb zirgu terapija ir ārstēšanas metode, kurā galvenais dziednieks ir zirgs. Tā ietver sevī problēmu risināšanu medicīniskā, psiholoģiskā un sociālā rehabilitācijā. Faktori, kas nodrošina reitterapijas labvēlīgo ietekmi, ir zirga ritmiskās un trīsdimensiju kustības, zirga ķermeņa siltums, terapeita, palīgu un pacienta sadarbība, kā arī ārstniecībai neierastā terapijas norises vieta. Zirgi jūt gan to, kā cilvēks šodien jūtas, gan to, kā cilvēks viņam pieskaras. Zirgi apbrīnojami labi izprot savas terapeita funkcijas un izjūt slimā cilvēka vajadzības (*Bērziņa 1995; 22*).

Jāšanas dziedniecisko ietekmi vēl senatnē atzīmējis medicīnas tēvs Hipokrāts, kurš apgalvoja, ka „segli atbrīvo no tumšām domām, raisot jautras un gaišas domas”, franču filosofs un apgaismotājs Denī Didro uzrakstīja traktātu „Par jāšanu un tās nozīmi veselības saglabāšanā un atgūšanā”. Ar mūsdienu reitterapijas sākumu saistīta dāniete Liza Hartela, norvēģu ārste – fizioterapeite Elizabete Bodikera un franču profesors Larelī. Ārstniecisko jāšanu paraksta poliomiēlīta, bērnu cerebrālās paralīzes, skoliozes, muskuļu distrofijas un citu slimību gadījumā. Tai pat laikā Amerikā tika izstrādāta treniņu un sacensību programma cilvēkiem ar ierobežotu garīgo attīstību. Programmas „Special Olympix” pamatlicēja ir Jūnisa Kenedija – Šreivere. Programma paredz jāšanu gan bērniem, gan pieaugušajiem. Tagad pēc tās strādā visā pasaulē (*Agafoničevs, 2008; 83- 86*).

Reitterapijas pamatā ir zirga gaitas fenomens: tā muguras kustības novada jātnieka ķermenim tādu kustību stereotipu, kas atbilst vesela cilvēka kustību shēmai (*Bērziņa, 1995; 22*).

Zirgs kā ārstniecisks līdzeklis vienlaicīgi iedarbojas uz visām pacienta sensorām sistēmām un stimulē visu organisma sistēmu darbību. Ārstniecībā izmantojot zirgu, labvēlīgi ietekmē, kā pacienta somatisko, tā arī psihisko stāvokli (*Reitterapija, 2013, www.sniedzroku.lv*).

Terapijas metode piemērota bērniem ar elpošanas, runas, kordinācijas un līdzsvara traucējumiem, epileptiķiem, bērniem ar uzvedības traucējumiem, koncentrācijas grūtībām, zemu pašvērtējumu un citām problēmām (*Crawford, 2003; 24*). Hipoterapiju bieži kombinē ar muzikālo terapiju, jo zirgs arī kustas ritmiski: staigā ritmā 4/4, rikšo ritmā 2/2. Zirgs ir vienīgais dzīvnieks, kas (ja netiek izmantoti segli) atbrīvo no zemes pievilksanas spēka (*Хаданенон, Озолинъбейка, Бабре, 2013; 21*).

Reitterapija ieteicama centrālās un perifēriskās nervu sistēmas patoloģijas, galvas un muguras smadzeņu traumu, insulta, aterosklerozes, šizofrēnijas, depresijas, izkaisītās sklerozes un pat epilepsijas gadījumā (*Schaefer, 2002; 14*). Ārstnieciskā reitterapija palīdz autisma, Dišena miopātijas, oligofrēnijas, Dauna sindroma, astēniskās neiroses un sensoro traucējumu gadījumā (*Agafoničevs, 2008; 89*).

Reitterapija noder pārāk uzbudināmiem, rupjiem un agresīviem, kā arī pārmērīgi enerģiskiem bērniem (*Agafoničevs, 2008; 89*).

Lielākiem bērniem zirgs var palīdzēt tikt galā vai sadzīvot ar dažādiem fiziskiem un emocionāliem traucējumiem (*Dzene, 2015³; 30*).

Reitterapija ietver trīs virzienus: 1) hipoterapiju, kas pēc būtības ir fizioterapija jeb vingrošana zirga mugurā, tātad gluži medicīniska procedūra; 2) pedagoģisko jāšanu, kas iedarbojas mentāli, ietekmējot cilvēkus ar domāšanas un uzvedības traucējumiem vai garīgu atpalcību; 3) jātnieku sportu cilvēkiem ar īpašām vajadzībām, kad speciālists/ reitterapeits sastāda un nozīmē pacientam individuālu kursu (*Reitterapija, 2013, www.sniedzroku.lv*).

Medicīniskās terapijas nodarbības ilgst 20 minūtes. Pedagoģiskā jāšana var ilgt pat 40 minūtes, jo bez jāšanas vēl jāveic arī citi darbi – zirgs ir jāfīra, jāapseglo, jāliek iemaukti, jābaro un jāveic citi terapeita uzdevumi. Bērniem ar uzvedības problēmām, Dauna sindromu, autismu, hiperaktivitāti, socializācijas problēmām tādējādi tiek veicināta psiholoģiskā attīstība. Tiek attīstīta domāšana, sava ķermeņa apzināšana, kontaktu veidošana starp sevi un zirgu vai citu cilvēku. Veidojas iekšējā disciplīna un kārtība (*Dzene, 2015³; 30*).

Kanisterapija

Suņu terapija jeb kanisterapija ir dzīvnieku terapijas veids, ārstēšanas un rehabilitācijas metode ar speciāli atlasītu un apmācītu suņu izmantošanu.

Kanisterapija var tikt izmantota kā psihoterapeitiska metode, kas veicina garīgo un emocionālo spēju attīstību, uzlabo kustību funkcijas un motoriku, kā arī pastiprina personības attīstības efektivitāti, bērnu ar nestandarta attīstības īpatnībām sociālo adaptāciju un rehabilitāciju. Pastāv arī suņu terapijas virziens vārdzirdīgo un aklo bērnu attīstībai (Серова, 2010; 26).

Krievu zinātnieku veiktie pētījumi pierāda, ka visbiežāk, kā mājdzīvnieku bērni vēlas redzēt suni. Bet septiņus gadus veciem bērniem suns ir nākošais aizstāvis pēc tēva ģimenē (Субботин, Рацевская, 2014; 15).

Bērna un suņa attiecībām ir liela pedagoģiska nozīme. Suņa sabiedrībā bērns mācās būt organizēts un rēķināties ar citiem (Субботин, Рацевская, 2014; 17).

Suņi mazina bērniem arī histērijas izpausmes (Варга, Федорович, 2015; 24).

Suņi bērniem ir labākie palīgi psiholoģiskās adaptācijas jautājumos. Kautrīgiem bērniem suns ir starpnieks, kas palīdz nodibināt kontaktu ar apkārtējiem. Suņa paklausīgums paaugstina bērna pašvērtējumu. Ir zināms fakts, ka suns uzlabojis nesekmīga bērna lasītprasmi, vienkārši esot treniņos līdzās un klausoties (Серова, 2010; 27).

Suņi palīdz pusaudzīem ar agresijas izpausmēm vadīt savas emocijas. Pusaudži iemācās kontrolēt emocijas, lai suni nebaidītu ar to izpausmēm (Thompson, 2016).

Suņiem piemīt īpašības, kas viņus padara līdzīgus cilvēkiem: emocionalitāte, spēja izteikt savus pārdzīvojumus ar darbībām, skaņām, mīmiku, reakcija uz cilvēku komunikatīvo iniciatīvu. Turklāt suņi ātri apgūst verbālās komandas un viegli pakļaujas tām (Pichot, Coulter, 2007; 14).

Kanisterapijas speciālisti dalās:

- 1) brīvprātīgais – vadonis, ar bāzes zināšanām par suņu terapiju, darbojas kā palīgs;
- 2) brīvprātīgais - stažieris ir teorētiski apmācīts brīvprātīgais, kurš praktizējas kanisterapijā;
- 3) metodīķis – kanisterapeits (jeb kurators) – cilvēks ar pedagoģisko vai psiholoģisko izglītību un kursiem kanisterapijā. Var vadīt pasākumus, patstāvīgi izstrādāt programmas, kas balstītas uz ārsta norādījumiem, vadīt brīvprātīgo darbu;
- 4) Kanisterapeits – pieredzes bagāts speciālists ar neirologa, psihiatra, rehabilitētāja diplomu (Серова, 2010; 26).

Kanisterapijas efekti:

- 1) bērna stāvokļa normalizēšana: suns nomierina, mazina vientulības problēmu un stresu, kompensē sociālā atbalsta trūkumu;
- 2) socializācijas procesa veicināšana: suns kā sarunu tēma bērniem;
- 3) pozitīvas motivācijas veicošana: bērns norūda gribasspēku, vedot suni pastaigāties (Субботин, Рацевская, 2014; 18).

Kaut gan pierādīts, ka kanisterapijā var darboties jebkurš suns, ar kuru bērniem veidojas kontakts, daži ASV pētnieki uzskata, ka efektīvāka ir bērnu saskarsme tieši ar liela izmēra suņiem. Bērni saskarsmē ar lieliem suņiem vēlas dalīties bēdās un saņemt emocionālo atbalstu.

Lieli suņi palīdz bērniem:

- 1) kuri pārdzīvo tuva cilvēka zaudējumu;
- 2) kuriem ir lasīšanas grūtības;
- 3) kuri baidās no suņu kodieniem;
- 4) kas atrodas slimnīcās un izjūt stresu;
- 5) kas iziet fiziskās rehabilitācijas kursu;
- 6) kas guvuši fizisku vai emocionālu traumu (*Bella, 2017*).

Tomēr ne katrs suns var būt labs terapeits. Lai sunim būtu labvēlīga ietekme uz bērnu, viņam jābūt apveltītam ar virkni īpašību: pirmām kārtām, sunim jābūt mierīgam un draudzīgam. Otrkārt, suni nedrīkst tracināt un baidīt neparasti objekti (bērns, kas sēž invalīda krēslā vai ar nūju rokā, medikamentu smaka, spalgas skaņas, nestandarta uzvedība – roku vicināšana, kāju kustības utt.) (*Davis, 2002; 9*). Svarīgi, lai sunim būtu interese par cilvēkiem. Kas attiecas uz suņa sugu, ir pētījumi, kas apstiprina visdažādāko sugu suņu darba efektivitāti: visbiežāk tiek izmantoti retrīveri un labradori, bet ir ziņas pat par bulterjeriem un citiem kaujas suņiem (*Левина, 2012; 6*).

Pirmais un galvenais noteikums sunim, kurš darbojas kanisterapijā – viņam ir jāmīl cilvēki, tos nešķirojot. Līdz ar to sargsuņi šim uzdevumam nederēs, jo tie šķiro savējos un svešos. Svarīgi, lai sunim patiktu pieskārieni jebkurā vietā, stresa situācijā tie prastu saglabāt mieru, adekvāti reaģēt vai rīkoties, vai, tieši pretēji, nerīkoties. Sunim jābūt tolerantam pret cilvēkiem ar runas un kustību traucējumiem, cilvēkiem, kuri slikti ož. Kanisterapija nav tikai mehānisku darbību veikšana. Svarīgākais ir enerģijas apmaiņa, tāpēc sunim vienmēr jābūt dzīvespriecīgam, labā noskaņojumā, veselam. Arī, iegādājoties suni, tam vairs nebūs terapeitisks efekts, jo suns vairs nebūs motivācija bērnam pildīt noteiktus terapeitiskus uzdevumus – suns būs līdzās katru dienu. Tieši tāpēc kanisterapiju iesaka reizi vai divās nedēļā (*Dzene, 2015¹; 32*).

Felinoterapija

Felinoterapija ir dzīvnieku terapijas virziens, kurā galvenais „dziednieks” ir kaķis.

Kaķu terapija jeb felinoterapija jau izsenis izmantota Austrumu medicīnā. Kaķu dziednieciskā ietekme uz cilvēku vēl nav pilnīgi izpētīta, tomēr uzkrātās zināšanas ļauj apgalvot, ka ietekme ir kompleksa. Dziednieciskais spēks izpaužas, gan dzīvnieku gļaudot, gan

iedarbojoties tā stiprajam biolaukam. Tas uzlabo ne tikai slima, bet arī problēmu nomākta cilvēka pašsajūtu un vielmaiņu (*Handbook of Animal – Assisted Therapy 2000: 240*).

Kaķu pazinēji skaidro, ka atšķirībā no suņiem, kurus „ārsta amatam” īpaši apmāca, kaķiem šīs spējas esot dabas dotas. Ne velti daudzi kaķu īpašnieki stāsta, kā sāpju vai sliktas pašsajūtas gadījumā drīz vien ir klāt kaķis, lai uz slimās vietas pagulētu (*TOP – 7 2013: http://www.tvnet.lv/zala_zeme/dzivnieki/452921*).

Kaķis murrājot raida skaņas viļņus 27–44 Hz – diapazonā, kurā atrodas ultraskaņas viļņi un orgānu vibrācijas. Šie viļņi palīdz organismam paaugstināt savas aizsargfunkcijas, tātad – stiprināt imunitāti. Starp citu, kaķis murrā ne vien tad, kad viņam ir labi, bet arī tad, kad sāp. Glaudot kaķi, rodas vājš elektriskais lādiņš, kas normalizē nervu sistēmas darbību. Tas veicina arteriālā spiediena un sāpju sajūtas pazemināšanos. Kaķi spēj uzsūkt negatīvo enerģiju. Pateicoties šai unikālajai spējai, šie dzīvnieki nekļūdīgi spēj uzstādīt diagnozi, tikai izstāstīt to diemžēl nespēj. Murrātāji dziedina depresiju, neirozes, galvassāpes, sirds un asinsvadu saslimšanas, nogurumu, zobu sāpes, neiralģiju, bezmiegu, visu veidu atkarības, kuņģa-zarnu trakta saslimšanas, saaukstēšanās slimības, hroniskas augšējo elpceļu saslimšanas, osteohondrozi, locītavu slimības un pat onkoloģiju. Tie stabilizē arteriālo asinsspiedienu un veicina brūču un lūzumu dzīšanu. Kaķa murrāšana ne tikai nomierina, bet arī iedarbojas uz slimo orgānu, ar skaņas viļņu un vibrācijas palīdzību paaugstinot imunitāti. Dažās klīnikās izmanto audioierakstus ar kaķa murrāšanu, lai nostiprinātu pacientu nervu sistēmu. Kaķis ar savām ķepām dziedina gluži kā profesionāls refleksoterapeits vai masieris. To gan spēj ne gluži visi kaķi (*Prūse, 2016*).

Kaķi ASV tiek turēti veco ļaužu namos, lai ārstētu viņus no Alcheimera slimības (*Suyfy, 2016*).

Kaķu „iedarbība” ir atkarīga no daudziem faktoriem, tajā skaitā no kažoka krāsas, sugas un dzimuma. Kaķenei ir spēcīgāka bioiedarbība nekā runcim. Sterilizēti runči un kaķenes diemžēl zaudē lielāko daļu savu dziednieka spēju. Melni kaķi savāc negatīvo enerģiju, balti kaķi sniedz nepietiekamo enerģiju, rudie kaķi uzlādē ar pozitīvu enerģiju, bet pelēkajiem kaķiem piemīt gan melno, gan balto sugasbrāļu spējas. Arī kaķu šķirnei ir nozīme. Garspalvainie kaķi dziedina bezmiegu, uzbudinātību un depresiju. Tie ir lieliski psihoterapeiti un neiropatologi. Persiešus īpaši iesaka osteohondrozes un locītavu slimību gadījumos. Īsspalvainie un bezspalvainie kaķi dziedina kuņģa-zarnu trakta, kā arī urīna un dzimumceļu slimības (gastrītus, kolītus, aknu un nieru slimības, ginekologiskās saslimšanas). „Plīša” kaķi (briti, krievu zilie, bengālieši u.tml.) ir kardioloģijas un sirds-asinsvadu slimību speciālisti. Sētas kaķi labi dziedina faktiski jebko. Tiem

ir spēcīgākas dziednieciskās spējas nekā tīrasiņu sugasbrāļiem. Ir aprakstīti daudzi gadījumi, kad klaiņojošie kaķi dziedina slimos cilvēkus, bet pēc tam vienkārši aiziet. Izņēmums ir kastrēti un sterilizēti kaķi: viņu dziednieciskā iedarbība ir daudz vājāka. Terapijas seansa laiks ir neierobežots – jo ilgāk, jo labāk, bet to jau kaķis pats izlems (*Prūse, 2016*).

Kaķim – dziedniekam vajadzētu būt pieaugušam, veselam, pret cilvēkiem pozitīvi noskaņotam un pieradušam pie vides pārmaiņām (*Agafoničevs, 2008; 41 – 43*).

Rietumos kaķu terapija tiek plaši izmantota alkoholiķu un narkomānu ārstēšanā (*Agafoničevs, 2008; 43; Suyfy; 2016*).

Bērniem un pusaudžiem kaķi iedarbojas, kā buferis pret ārējās pasaules negācijām un palīdz pārvarēt bailes būt vienam. Kaķi ir bērna saikne ar realitāti autisma un depresijas gadījumā. Murrājot kaķis veic bērna emociju regulēšanu. Saskarsme ar kaķiem bērniem paaugstina arī serotonīna līmeni, kas ievērojami uzlabo viņu noskaņojumu (*Fabian, 2016*).

Delfinoterapija

Delfinoterapija jeb delfīnterapija ir viens no dzīvniekterapijas veidiem, kurā dziednieciskās funkcijas veic delfīni.

Daži pētnieki uzskata, ka tas cilvēkam ir vistuvākais, pat tuvāks par primātiem. Viņi ir pilnīgi nesavtīgi, pieķeras cilvēkam, aizmirstot visu slikto, kas viņiem nodarīts. Delfīni ir miermīlīgi, viņi nepieņem ļaunu, ļoti mīl spēles un jautrību. Šos neparastos jūras dzīvniekus izmanto dažādos šovos un atrakcijās. Bet delfīnu spējas var kalpot cilvēku veselībai. Pirmie mēģinājumi mērķtiecīgi izmantot delfīnu dziedināšanas spējas notika 1978. gadā ASV, Floridas štatā, okeanārijā „Okeāna pasaule”, kur eksperimentus vadīja profesors Deivids Nātansons. Viņš izvirzīja hipotēzi, ka delfīni ar savu augsto intelektu pazīst cilvēkus, kas izturas neadekvāti, un nekavējoties ķeras pie to „labošanas”. Dziedināšanas procesā viņi uz slimnieku iedarbojas ar ultraskaņu (*Nathanson, 1998; 22*).

Iespējams, ka delfīnterapijas augstā efektivitāte ir saistīta ar to, ka delfīni ir masīvi. Ultraskaņas, ko viņi raida, uztver ne tikai cilvēki, kas atrodas ūdenī, bet arī tālāk esošie. Pat tie, kas tikai vēro delfīnu spēles, izjūt patīkamu relaksāciju. Kontakts ar delfīniem lieliski palīdz neiroloģisko slimību ārstēšanā. Šodien delfīnterapija ir attīstījusies un kļuvusi par plaši atzītu ārstniecības un psiholoģiskās rehabilitācijas metodi. Daudzās pasaules valstīs izveidoti delfināriji, kuros izstrādāti speciālas terapijas kursi. Pirmo vietu pasaulē delfīnterapijas jomā ieņem ASV, otro – Meksika, trešo – Kuba. Uz delfīnterapijas metodes bāzes izstrādātas vairākas

starptautiskas psiholoģiskās rehabilitācijas programmas un projekti (*Agafoničevs, 2008; 106 – 108*).

Tāpat delfīnterapija palīdz arī galvas smadzeņu attīstībai. Tātad, ja bērnam ir problēmas ar psihomotoro attīstību, tad vecākiem bieži tiek ieteikts tieši vērsties pie delfīnterapeitiem. Gadās, ka veselam bērnam ir problēmas ar socializāciju apkārtējā vidē. Tādiem bērniem delfīnterapija arī tiek ieteikta. Delfīni kļūst par bērna draugiem, un bērni kopā ar viņiem pārvar savas psiholoģiskās barjeras. Uzlabojumi ir redzami pēc katras terapijas nodarbība (*Māmiņu Klubs (2014), <http://www.maminuklubs.lv/mazulis/arsti-kas-arste>*).

Delfīnterapija ir labs veids, kā atvieglot neirotisku stāvokli. „Jūras dakteri” palīdz bērniem, kas sirgst ar Dauna sindromu un citām ģenētiskām slimībām, palīdz, ja ir uzmanības deficīts un hiperaktivitāte, bērnu cerebrālā paralīze, autisms, encefalopātija, depresija, minimāla smadzeņu disfunkcija, neirosensorālais kurlums, neliela garīga atpalcība un atmiņas traucējumi. Labs terapeitisks efekts ir saskarsmei ar delfīniem posttraumatisku stresu gadījumā, sevišķi tas attiecas uz bērniem, kas bijuši teroristu vai bandītu ķīlnieki (*Agafoničevs 2008; 109*).

Izraēlas psihiatri delfinārijā veiksmīgi ārstē autiskus bērnus (*Agafoničevs, 2008; 109*).

Delfīnterapija sastāv no četriem posmiem:

pirmais - iepazīšanās ar speciālistu, bez kura terapija nav iespējama; otrais - mazuļa iepazīšanās ar apkārtējo vidi, kurā notiks darbošanās; trešais - iepazīšanās ar objektiem, rotaļlietām un arī pašiem delfīniem; ceturtais un pats satraucošākais posms - ir process, kurā bērns dodas peldēties kopā ar delfīniem (*Māmiņu Klubs (2014), <http://www.maminuklubs.lv/mazulis/arsti-kas-arste>*).

Ornitoterapija

Kopš seniem laikiem cilvēki tic, ka putni, kas dzīvo mājā, uzlabo cilvēku atmiņu un prāta spējas. Der visi putni – zosis, pīles, tītari, papagaiļi un pat pūces un vārnas, tomēr priekšroka ir mājputniem, kas izsenis dzīvojuši cilvēku tuvumā. Putnu dziednieciskā ietekme saistīta ar viņu radīto psiholoģisko noskaņojumu – jautru, čivinošu putnu novērošana novērš sliktu omu, melanholiju un depresiju. Putnu dziesmas palīdz pret daudzām nervu slimībām, pārgurumu un apātiju (*Agafoničevs, 2008: 132 – 133*).

Protams, vislabāk putnus klausīties mežā vai parkā, kur arī svaigs gaiss dotu savu daļu veselības saglabāšanā. Papagaiļi, kanārijuputniņi un dadzīši ārstē depresiju, uzmundrina gulošus slimniekus. Savukārt lakstīgalas balss klausīšanās ārstē no depresijas, uzmundrina (*Bird therapy, 2016*).

Mūsdienās ar ornitoterapijas palīdzību mēģina ārstēt bērnus, kas cieš no autisma, epilepsijas un citām nervu saslimšanām. Arī akliem bērniem nāk par labu saskarsme ar putniem. Profesors V. Iļičevs ieteicis putnus izmantot stostīšanās ārstēšanai. Bērns, mācot putnu runāt, pats iemācās izrunāt vārdus pareizi (*Agafoničevs, 2008: 133*).

Ornitoterapija plaši tiek praktizēta ASV, izmantojot dažādus eksotiskus putnus (*Cronley, 2016*). Savukārt „Marijas fermā” ASV, netālu no Ņujorkas, no 2013.gada putnu terapijā tiek izmantoti tītari. Cilvēks nomierinās, vērojot tītaru rituālās dejas, gļaudot tītarus.

Netradicionālie dzīvnieku terapijas veidi

Mūsdienās pastāv dažādi netradicionāli dzīvnieku terapijas virzieni, kuros tiek izmantoti neparasti dzīvnieki. Piemēram, akvaterapija, kuras ietvaros bērni vēro zivis, ir svarīgs dzīvniekterapijas virziens.

Pierādīts, ka terapeitisks efekts gūstams tādu slimību gadījumā kā neirodermīts (zivtīņu vērošana samazina neciešamo ādas kņudēšanu), bronhiālā astma un saaukstēšanās, histērija, epilepsija, Alcheimera slimība. Zivtīņu vērošana labi noņem stresu, samazina agresiju (*Agafoničevs, 2008; 115 - 123*).

Trušu terapija tiek plaši izmantota ASV. Ir pierādīts, ka, gļaudot trusi, samazinās bērna bažas, neatkarīgi no tā, vai dzīvnieciņš viņam ir iepaticies un vai ir izdevies atrast kontaktu. Savukārt jūrascūciņas veicina bērna socializāciju. Pēc M. Perdju novērojumiem, kādā autistu klasē ASV, kurā bija jūrascūciņa, bērniem bija zemāks stresa līmenis un viņi vairāk smējās (*Oaklander, 2017*).

Dzīvnieku terapijā tiek izmantotas kazas, ziloņi, grauzēji un reptiļi. Āfrikā bērnus ārstē ar ziloņu un krokodilu palīdzību (*Bert F., Gualano M et. al., 2015, 698*), bet Austrālijā un ASV - ar ķenguru palīdzību (*Handbook of Animal – Assisted Therapy, 2000; 240*).

Ķenguru terapija tiek izmantota cilvēku ar posttraumatisko sindromu ārstēšanā.

Soltleitsitijā, Jūtas štatā ASV, kara veterānu ārstēšanai tiek izmantoti ķenguri. Viņi var vērot, kā ķenguri lēkā apkārt viņu mājai, pabarot ķengurus no pudelītes. Kontakti ar ķenguriem pazemina asinsspiedienu un tieksmi lietot antidepresantus. Viens no ķenguriem, Čārlijs, 2016.gadā ieguva titulu „Amerikāņu Sarkanā krusta gada dzīvnieks varonis”. Viņam izdevās izārstēt deviņgadīgu zēnu, kas sirga ar mukoviscidozi. Bet 2015. gadā par sasniegumiem dzīvnieku terapijā tika godināts suns (*Thorbecke, 2016*).

Savukārt Taizemē bērnus ar autismu ārstē ar ziloņu palīdzību. Pastāv uzskats, ka ziloņi sazinās ar infraskaņu, kas bērniem izraisa pozitīvas emocijas un paaugstina aktivitāti. Bet

kontakti ar ziloņiem autiskiem bērniem paaugstina pārliecību pašu spēkiem un attīsta sociālās iemaņas (*Elephant therapy 2016*, <http://researchautism.net/glossary/1317/elephant-therapy>). Ziloņu terapija mazliet atgādina Latvijā praktizēto reitterapiju, kur ziloņu funkcijas pilda zirgi.

Pasaulē un Latvijā tiek praktizēta arī dēļu terapija jeb hiruoterapija. Dēles stimulē endorfīna vai tā saucamā laimes hormona izdalīšanos, tāpēc dēļu terapija nereti ir veiksmīga arī depresijas ārstēšanā (*Dzene, 2015²: 34*).

Izmantotā literatūra

- Agafoničevs, V. (2008). *Dzīvniekterapija. Mūsu zāles: ūsas, ķepas un aste*. Rīga: Tapals. 246 lpp.
- Bērziņa, O. (1995). Reitterapija. *Latvijas Zirgi*, 5/ 1995. – 22.-23. lpp.
- Bert, F., Gualano, M. R., Camussi, E., Pieve, G., Voglino, G., Siliquini, R. (2015). Animal assisted intervention: A systematic review of benefits and risks. In: *European Journal of Integrative Medicine*. Volume 8, Issue 5. P. 695-706.
- Bird therapy. Writing about the therapeutic benefits of birdwatching*, (2016). Izgūts no: <https://birdtherapy.wordpress.com/> - skatīts 20.04.2017.
- Byrne, R., (2003). *Animal communication: what makes a dog able to understand its master*. In: *Current Biology*, V. 13. P. 347-349.
- Crawford, J. (2003). *Therapy Pets: The Animal-Human Healing Partnership*. Prometheus Books; Revised ed. Edition.
- Cronley, C. (2010) *Therapeutics Birds*. „On a Wing and a Prayer,” a pet-assisted therapy program, uses birds to visit patients. Izgūts no: <http://www.tulsapeople.com/Tulsa-People/May-2010/Therapeutic-birds/> - skatīts 05.05.2017.
- Dandzberga, I. (2016). *Neredzamās saites – bērna emocionālās piesaistes veidi, kas veido pasaules uztveri*. 15.02.2016. Izgūts no: <http://www.mammamuntetiem.lv/articles/34545/neredzamas-saites-berna-emocionalas-piesaistes-veidi-kas-veido-pasaules-uztveri-visam-muzam/> - skatīts 25.04.2017.
- Davis, K. D. (2002). *Therapy dog – training your dog for reach others*. USA: Dogwise Publishing.
- Dzene, A. (2015). Motivācija, vārdā suns. No: *Tava veselība*. Augusts 2015. 32.-33. lpp.
- Dzene, A. (2015). Mūža darbs 20 minūtēs. No: *Tava veselība*. Augusts 2015. 32. lpp.
- Dzene, A. (2015). Terapija zirga mugurā. No: *Tava veselība*. Augusts 2015. 30.-31. lpp.
- Elephant therapy. Izgūts no: <http://researchautism.net/glossary/1317/elephant-therapy> - skatīts 11.05.2017.
- Fabian, R. (2016). Cats are the unsung heroes of mental health. 14.07.2016. Izgūts no: <https://theestablishment.co/cats-are-the-unsung-heroes-of-mental-health-2a78398f9f3> - skatīts 27.05.2017.
- Handbook of Animal – Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for the Practice / Edited by Aubrey Fine*. (2000) Academic Press. 481 p.
- Kas ir reitterapija?* (2014). Izgūts no: http://www.ponijs.lv/kas_ir_reitterapija - skatīts 23.04.2017.
- Long, L. (2008). *A dog who's always welcome – assistance and therapy dog trainers teach you how to socialize and train your companion dog*. USA: Howell Book House.

- Māmiņu Klubs (2014). Ārsti, kas ārstē bez vārdiem. 14.05.2014. Izgūts no: <http://www.maminuklubs.lv/mazulis/arsti-kas-arste-bez-vardiem-155501/> - skatīts 23.04.2017.
- Nathanson, D. E. (1998). Long-Term Effectiveness of Dolphin-Assisted Therapy for Children with Severe Disabilities. In: *Anthrozoös: A Multidisciplinary Journal of the Interactions of People and Animals*. 11 (1). P. 22–32.
- Nolt, B. H. (2010). *The horse as a therapeutic tool and a tool in education*. The Pennsylvania State University, College of Agricultural Sciences. – 230 p. <http://www.catra.net/info/equinefather.html>
- Pichot, T., Coulter, M. (2007). *Animal Assisted Brief Therapy: A Solution – Focused Approach*. USA: The Haworth Press, Inc.
- Pictures of Bella: a day in the life a therapy dogs*. (2017). Izgūts no: <http://pawsandthink.org/programs/animal-assisted-activity-therapy/> - skatīts 26.05.2017.
- Prūse, I. (2016). *Felinoterapija – kad āstiem talkā nāk tavs kaķis*. 14.06.2016. Izgūts no: http://www.delfi.lv/orakuls/ezoterika-un-zinatne/47561317_felinoterapija-kad-arstiem-talka-nak-tavs-kakis - skatīts 30.04.2017.
- Reichert, E. (1998). Individual counseling for sexually abused children: A role for animals and storytelling. In: *Child & Adolescent Social Work Journal*. 15. P. 177–185.
- Reitterapija* (2013). Izgūts no: <http://www.sniedzroku.lv/lv/medicina/terapijas/reitterapija/> - skatīts 22.04.2017.
- Serpell, J.A. (2006). Animal-assisted interventions in historical perspective. In: *Fine AH, ed. Handbook on Animal-Assisted Therapy: Theoretical Foundations and Guidelines for Practice*. San Diego: Elsevier. P. 3-17.
- Suyfy, F. (2016) *Therapy cats. It's No Longer Unusual to See Cats as Therapy Animals*. Iegūts no: <https://www.thespruce.com/therapy-cat-overview-555621> - skatīts 07.05.2017.
- Thorbecke, C. (2016). *Therapy Kangaroo Brings Hope at Utah Veterans Home*. Izgūts no: <https://www.google.lv/search?q=kangaroos+therapy&ie=utf-8&oe=utf-8&client=firefox-> - skatīts 10.05.2017.
- Thompson, D. (2016). *The new face of pet therapy*. Izgūts no: <http://www.medicinenet.com/script/main/art.asp?articlekey=153082> – skatīts 28.05.2017.
- TvNet (2013). *TOP – 7 cilvēkam ārstnieciskākie dzīvnieki*. 07.02.2013. Iegūts no: http://www.tvnet.lv/zala_zeme/dzivnieki/452921-top7_cilvekam_arstnieciskakie_dzivnieki - skatīts 01.05.2017.
- Zerbe, L. (2013). *Thurkey therapy*. <http://www.mariasfarmcountrykitchen.com/turkey-therapy/> - skatīts 20.04.2017.
- Антошина, Г. (2010). *Анималотерапевтическая программа «Хвостатый лекарь»*. Новое исследование, № 24., том 1/2010. С 32-34.
- Варга, А., Федорович, Е. (2015). О психологической роли домашних питомцев в семье. В изд.: *Вестник № 3*. С 22–28.
- Левина, С. (2012). *Преодолеть болезнь: Психотерапия – Зоотерапия – лечение с помощью животных*. Москва: Фонд «Добрый век».
- Серова, Е. (2010). *Лекари от природы*. В изд: *Собачий остров: журнал*. – Санкт – Петербург: Благотворительный фонд «Верность». № 1 (4)/2010. – С. 26–27.
- Социальная педагогика. (2011). Курс лекций. Москва: Владос.
- Субботин, А., Ращевская, Л. (2014). *Лечебная кинология. Теоретические подходы и практическая реализация*. Москва: Макцентр.

3.4. BĒRNU ZOBU VESELĪBAS DAŽĀDI ASPEKTI

Marija Oļehnoviča (Daugavpils Zobārstniecības poliklinika, medicīnas māsa)
Tatjana Dobrovoļska (Daugavpils zobārstniecības poliklinika, medicīnas māsa)

Abstrakts

Lai iegūtu noturību pret kariesu nepieciešams, lai demineralizācijas un remineralizācijas procesi pastāvīgi būtu līdzsvarā. Taču šis līdzsvars viegli var tikt izjaukts demineralizācijas virzienā daudzu faktoru ietekmes rezultātā, tai skaitā no fluora un kalcija daudzuma dzeramajā ūdenī un pārtikas produktos. Tāpēc autore piedāvā lasītājiem rakstu, kurā runā par bērnu zobu veselības dažādajiem aspektiem.

Veselība ir līdzsvars starp organisma iekšējiem procesiem un ārējās vides apstākļiem (*Aberberga–Augškalne, 2014*). Laba mutes veselība cilvēkam ir daudzu gadu pašaprūpes rezultāts. Mutes dobuma veselība ir ļoti nozīmīga cilvēka vispārējās veselības sastāvdaļa, jo tā nosaka augstu dzīves kvalitāti (*Senakola, Brinkmane, 2009*). Tikai veseli zobi var nodrošināt pilnvērtīgu ēdiena sakoļāšanu, runāšanu un elpošanu (*Ankola, Nagesh et al., 2005*).

Cilvēku stomatoloģiskās pamatsaslimšanas – kariess, gingivīts, periodontīts, no kā lielākā vai mazākā mērā cieš katrs mūsu zemes iedzīvotājs, radās, attīstījās un globalizējās paralēli ar civilizācijas attīstību, ar cilvēka ēšanas paradumu maiņu, ar žokļu, ar galvaskausa izmaiņām un citiem faktoriem (*Леонтьев, 2009*).

Senajiem cilvēkiem, ēdot cietu un mākslīgā ceļā nepārstrādātu jeb dabīgu barību, žokļi un zobi tika nodarbināti, tie attīstījās stipri un izturīgi, arī zobiem bija maz bojājumu. Līdz ar civilizācijas un kultūras progresu stāvoklis sāka pasliktināties. Radās dažādi paņēmieni barības mākslīgai pārstrādāšanai, padarot to mīkstākas konsistences un organismā vieglāk uzņemamu. Ar to samazinājās ne tikai barības vērtība, bet arī žokļu un zobu nodarbinātība. Bet, kā zināms, tad katrs orgāns, kas netiek pienācīgi nodarbināts, pamazām iznīkst un zaudē spējas savu dabas uzlikto pienākumu veikt (*Barons, 2016*).

Par zobu kariesu jau vairāk nekā 100 gadus ir uzkrātas zināšanas, tomēr šī slimība joprojām ir liela mutes veselības problēma cilvēkiem jebkurā vecumā (*Vieira, Modesto et al., 2014*). Kariess ir viena no izplatītākajām mutes dobuma pamatsaslimšanām un tā rada nopietnas sekas. Tā ir hroniska un multifaktoriāla cilvēku slimība mūsdienās (*Bretz, Corby et al., 2005*). Kariess veidojas, mijiedarbojoties vairākiem faktoriem – gan ārējiem, gan iekšējiem (*Petersen, Kandelman et al., 2010*).

Lai zobi 12 gadu vecumā būtu stipri pret kairinošiem faktoriem, ļoti svarīgi lietot fluora līdzekļus atbilstoši vecumam, stingri ievērot mutes dobuma higiēnu, lietot uzturā produktus bagātus ar fluoru un kalciju un arī lietot cietu un dabīgu barību uzturā.

Zobu kariess ir un paliek par vienu no stomatoloģijas pamatproblēmām. Pēdējo 10 – 15 gadu laikā ir pieaugusi cieto zobu audu nekariozo bojājumu saslimstība, ko provocē zobakmens veidošanās un zobu emaljas nodilums. Galvenokārt tas saistīts ar zobiem tādu svarīgu elementu nepietiekošu nonākšanu organismā kā kalcijs magnijs un fluors. Pamatā tie organismā nonāk ar dzeramo ūdeni un ēdienu (*Пухур, 2014*).

Kariesa riska faktori - zobu aplikums, zobakmens un siekalu daudzums, fluorīdu, kalcija un magnija nepietiekams daudzums dzeramajā ūdenī un ēšanas paradumi.

Zobu bojāšanās, kā rezultātā rodas kariess, ir atkarīga no fluora, kalcija un magnija daudzuma dzeramajā ūdenī (*Безувушко, Чухрай и др., 2007; Сивак, Вишневский, 2014*). Uzņemot fluoru optimālā devā, kariesa intensitāte var samazināties par 80% Zinātniski pierādīts, ka bez pamata epidemioloģiskajiem faktoriem – fluora deficīts, ar mikrobiem bagātais zobu aplikums, ar ogļhidrātiem bagātas un mīkstas termiski apstrādātas pārtikas bieža lietošana uzturā (*Senakola, Brinkmane, 2009*).

Lai iegūtu noturību pret kariesu, nepieciešams, lai demineralizācijas un remineralizācijas procesi pastāvīgi būtu līdzsvarā (*Борисенко, 2005; Безувушко, Чухрай и др., 2007*). Sākotnējā emaljas noārdīšanās kariesa attīstības rezultātā – demineralizācija – rodas pie pH 4,5 līmeņa lokālām izmaiņām (*Шакарьяни, 2014*).

Visās pasaules attīstības valstīs cukura lietošana pieaug līdz 20–60 kg uz vienu cilvēku gadā. Cukurs kļūva par masu pārtikas produktu visiem iedzīvotājiem. Zobu kariesa izplatība pieaug līdz 95%. Bērniem 12 gadu vecumā tika konstatēti bojāti pat 3–7 zobi. Tādējādi kariess kļūva par tipisku civilizācijas slimību, un tā attīstība saistīta ar izmaiņām cilvēku uzturā un pārtikā, iekļaujot tajā netipisku produktu – cukuru. Cilvēka organisms nebija pielāgojies tā lietošanai un negatīvajai ietekmei (*Barons, 2016; Леонтьев, 2009*).

Līdz ar tiem reducējas arī siekalu dziedzeri, kuru izdalītais sārmainais saturs ir nepieciešams mutes dobumā radušos jeb ar barību uzņemto skābju neitralizēšanai (*Maldupa, Brinkmane, 2010*). Siekalām ir liela nozīme mutes veselībā. Tām piemīt augstas pretmikrobu īpašības. Kalcijs, fosfors un fluors siekalās veicina remineralizāciju un aizkavē demineralizāciju, kā arī zobakmens veidošanos. Siekalu bufersistēmas regulē mutes dobuma skābju–sārnu bilanci pH un neitralizē mutē skābi. Samazināts siekalu daudzums veicina kariesa attīstību (*Urtāne, Čēma u.c., 2003*).

Pierādīts, ka galvenais faktors, kas regulē dažādus procesus mutes dobumā, tai skaitā, demineralizāciju un remineralizāciju, ir pH līmenis siekalās. No siekalu pH ir atkarīga skābes produkcija mutes dobumā, kā arī zobakmens veidošanās, aizsargfaktoru efektivitāte (*Stokey, 2008*).

Siekalas zobiem ir kā asinis organismam. Siekalas aizsargā mutes dobuma gļotādu un pasargā zobus no izžūšanas. Tās daļēji attīra zobus no aplikuma, neitralizē baktērijas, neļaujot attīstīties slimībām mutes dobumā. Siekalu pH līmenis ietekmē mutes dobuma veselību gan pozitīvi, gan negatīvi, jo siekalas kontrolē optimālo pH līmeni mutes dobumā – tas ir no 5,5–7. Mutes dobuma mikroflora mainās pēc katras ēdienreizes. Ja pH kļūst zemāks par 5,5, sākas zobu bojāšanās, jo skābā vide šķīdina emalju, un zobi sāk bojāties – pastiprināti veidojas kariess, īpaši pie zobu kakliņiem. Pēc katras ēdienreizes var izskalot muti ar ūdeni, bet labākais dabīgais skalotājs tomēr ir siekalas (*Patir, Seymen et al., 2008*).

Ir pārliecinoši pierādījumi, ka ir vairāki zobu kariesa veicinošie faktori - zobu higiēnas kvalitāte, mikroflora, fluorīdu uzņemšana, magnija un kalcija daudzums (*Ozturk, Famili et al., 2010*). Liela nozīme kariesa attīstībā ir arī ģenētiskajiem faktoriem (*Murray, 2002; Vieira, Marazita et al., 2008*).

Zinātnieki uzskata, ka kariesa attīstībai ir divi iemesli – bioloģiskais cēlonis, otrs – sociālekonomiskais. Bioloģiskā kariesa cēlonis ir mijiedarbība ar mutes dobuma baktērijām (piemēram, *Streptococcus mutans*), kuras ietekmē kariesa attīstību, un, palielinot emaljas biezumu un fluora daudzumu, pasargā zobus no tā (*Patir, Seymen et al., 2008; Zero, Fontana et al., 2009*). Tāpēc gēni, kuru funkcijas ir aizsargāt organismu un nodrošināt imunitāti, varētu būt labi kandidātģēni pret slimības uzņemību (*Osturk et al., 2010*). Sociālekonomiskā kariesa attīstības iemesli ir iedzīvotāju zemais izglītības līmenis, mazi ienākumi, nepietiekamas zināšanas par mutes dobuma veselību (*Slusar, Mary Beth et al., 2016; Da Silva et al., 2007; Petersen, 2005*).

Emalja sastāv no vairākiem minerālu veidiem, kas ir līdzīgi dabā sastopamajiem kristāliem. Daži no tiem nodrošina emaljas blīvumu un izturību. Tomēr emaljas sastāvā lielākā daļa ir kalcijs, apmēram 58%, kas zoba emaljā galvenokārt ir kalcija fosfāta (līdz 90%) veidā (*Pastore, 2010*).

Ieteikumi par kariesa, zobakmens veidošanās profilaksi un par dzeramā ūdens kvalitātes uzlabošanu:

- apmeklējiet zobārstu un zobu higiēnistu 2 reizes gadā;
- tīriet zobus 2 reizes dienā (pēc brokastīm un vakariņām) ar fluorīdu saturošu zobu pastu atbilstoši vecumam;

- ierobežojiet saldinātu un gāzētu dzērienu lietošanu, jo tie satur skābi un bojā zobu emalju;
- ierobežojiet cukuru saturošu ēdienu lietošanu, jo tie veicina zobu aplikuma veidošanos;
- lai novērstu zobu aplikuma veidošanos, pēc katras ēdienreizes skalojiet muti ar ūdeni vai zobus ar skalojamajiem līdzekļiem;
- regulāri uzturā lietojiet veselus augļus un dārzeņus;
- pēc iespējas lietojiet uzturā cietākas konsistences barību, lai zobi būtu nodarbināti. Kā zināms, katrs orgāns, kas netiek pienācīgi nodarbināts, pamazām iznīkst un zaudē spējas veikt savu dabas uzlikto pienākumu.

Secinājumi

Pareizs sabalansēts uzturs palīdz mainīt siekalu pH līmeni, līdz ar to efektīvāk tiek novērsta mutes dobuma slimības. Olbaltumvielu trūkums uzturā noved pie samazināta kalcija daudzuma siekalās un samazina imunoloģisko siekalu darbību.

Lai iegūtu noturību pret kariesu nepieciešams, lai demineralizācijas un remineralizācijas procesi pastāvīgi būtu līdzsvarā. Taču šis līdzsvars viegli var tikt izjaukts demineralizācijas virzienā daudzu faktoru ietekmes rezultātā, tai skaitā no fluora un kalcija daudzuma dzeramajā ūdenī un pārtikas produktos.

Izmantotā literatūra

- Aberberga-Augškalne, L., Koroļova, O. (2007). Fizioloģija Ārstiem. SIA Medicīnas apgāds, 516 lpp.
- Barons, K. (2016). Zobu kopšana. Zobārstniecības Raksti. Rīga. 1.31-34 lpp.
- Maldupa, I., Brinkmane, A., (2010). Kas zobārstiem būtu jāzina par uzturu. Žurnāls Zobārstniecības Raksti 1., 2010: 34-37 lpp.
- Senakola, E., Brinkmane, A. (2009). Mutes veselības riska faktori. Skatīts: 02.04.2017. Pieejams internetā: <http://www.doctus.lv/2009/10/mutes-veselibas-riska-faktori>
- Ūrtāne, I., Čēma, I., Care, R., Soboļeva, U., Barkāne, B., Akota, I., Jākobsone, G., Skaģers, A., Vidžis, A. u.c. (2003). Zobu, mutes dobuma, sejas un žokļa slimību un traumu diagnostikas ārstēšanas tehnoloģijas. Rīgas Stradiņa universitātes Stomatoloģijas institūts: SIA Trio-J., 127 lpp
- Ankola, A.V., Nagesh, L., Hegde, P., Karibasappa, G.N. (2005). Primary dentition status and treatment needs of children with cleft lip and/ or palate // J Indian SocPepodPrev Dent – 2005. June: 80–82.
- Bretz, W.A., Corby, P.M., Hart, T.C., Costa, S., Coelho, M.Q., Weyant, R.J., Robinson, M., Schork, N.J. (2005). Dental caries and microbial acid production in twins // Caries Res - 2005 May-Jun; 39(3): 168–172.
- Da Silva, K. (2007). A role for the family in children's oral health // New York State Dental Journal, 73: 55–57. Publisher: American Academy of Pediatric Dentistry.

- Murray, J.C. (2002). Gene/ environment causes of cleft lip and/ or palate // *Clin Genet* – 2002. 61: 248–256.
- Ozturk, A., Famili, P., Vieira, A.R. (2010). The Antimicrobial peptide DEFB 1 is associated with caries // *J Dent Res* - 2010.89(6): 631–636.
- Patir, A, Seymen, F, Yildirim, M, Deeley, K, Cooper, M.E, Marazita, M.L, et al. (2008). Enamel formation genes are associated with high caries experience // *Caries Res* - 2008 Sept; 42(5): 394–400.
- Petersen, PE, Kandelman, D., Arpin, S., Ogawa, H. (2010) Global oral health of older people-call for public health action // *Community Dent Health* - 2010 Dec; 27(2): 257–267.
- Petersen, PE.(2005). Sociobehavioural risk factors in dental caries – international perspectives // *Community Dent Oral Epidemiol* - 2005. Aug; 33(4): 274–279.
- Petersen, PE. (2005). Sociobehavioural risk factors in dental caries – international perspectives // *Community Dent Oral Epidemiol* - 2005. Aug; 33(4): 274–279.
- Slusar, MB; Nelson, S. (2016). *Pediatric Dentistry*, Volume 38, Number 5, September-October 2016, pp. 425-431(7)Publisher: American Academy of Pediatric Dentistry.
- Vieira, A.R, Marazita, M.L, Goldstein-McHenry, T. (2008). Genome- wide scan finds suggestive caries loci // *J Dent Res* – 2008. 87(5):435-439.
- Vieira, A.R, Modesto, A., Marazita, M.L. (2014). Caries: review of human genetics research // *Caries Res* - 2014: 48(5): 491–506.
- Zero, D.T, Fontana, M., Martínez-Mier, E.A, Ferreira-Zandoná, A., Ando, M., González-Cabezas, C., Bayne, S. (2009). The biology, prevention, diagnosis and treatment of dental caries: scientific advances in the United States // *The J of the Am Dental Assoc*; 140: 25-34.
- Борисенко, А. (2005). Секреты лечения кариеса и реставрации зубов / А. В. Борисенко. - Изд. 2-е, испр. - М.: Кн. Плюс. - 528 с.
- Леонтьев, В. (2009). Экологические и медико-социальные аспекты основных стоматологических заболеваний. Москва: Биосфера. Т.1. нр.2., 230-236. стр.
- Пихур, О. (2014). диссертация. Влияние химического состава питьевой воды на состояние твердых тканей зубов. Санктпетербург. Skatīts: 02.05.2017. Pieejams <http://dlib.rsl.ru/rsl01004298546/rsl01004298546.pdf>
- Сивак, Е., Вешневская, Н. (2014). Минеральный состав питьевой воды и стоматологическая заболеваемость у школьников города Перми. Пермь: Современные проблемы науки и образования, нр. 6., 12-17. стр.
- Шакарьянц, А. (2014). диссертация. Оценка эффективности лечения очаговой деминерализации эмали в стадии дефекта методом инфильтрации в сочетании с различными реставрационными технологиями. Москва. Skatīts: 02.05.2017. Pieejams:<http://dlib.rsl.ru/rs1005102542/rsl01005102542.pdf>
- Pastore, E. (2010). Zobu emalja - stiprāka par kaulu. Skatīts 13.05.2017. Pieejams: <http://www.delfi.lv/vina/veseliba/vesela-un-laimiga/zobu-emalja-stipraka-par-kaulu.d?id>

Daugavpils Universitātes Akadēmiskais apgāds „Saule”.
Izdevējdarbības reģistr. apliecība Nr. 2-0197.
Vienības iela 13, Daugavpils, LV-5400, Latvija.