



Apmācību programma
„Zinu! Protu! Varu! Iemaņas veiksmīgai saskarsmei”-
inovatīvs sociālais pakalpojums ģimenēm ar bērniem, kurās vismaz kāds no vecākiem
atrodas ārzemēs
Projekta Nr. 2012.EEZ/PP/1/MIC/115

Metodiskie materiāli skolotājiem un sociālajiem pedagogiem

1. nodarbības plāns: “**Mācāmies izzināt sevi**”

Rīga, 2014





1. nodarbība:

“Mācāmies izzināt sevi”

Mērķi:

- Paplašināt bērna priekšstatu par cilvēku personīgajām īpašībām.
- Mācīt noteikt sava rakstura stiprās puses.
- Nostiprināt pozitīvu pašnovērtējumu un veicināt vēlmi attīstīt savas stiprās puses.

Nodarbības plāns	Nodarbības gaita
1.Sasveicināšanās. Iesildīšanās.	
2. Ievads. Īsa informācija par programmu un darba formām.	Īsa informācija par programmu, darba formām. Programmas dalībnieku iepazīšanās. Galvenais mērķis šajā nodarbības daļā ir radīt uzticēšanās gaisotni, kas ļauj bērniem runāt par savām emocijām un jūtām. Iepazīšanās process viegli un dabiski notiek spēlēs. Bērni savstarpēji iepazīstas spēlējot spēles: „Vārds un īpašība”, „Vārds un kustība”. Nostiprina jauno iegūto paziņu vārdus spēlēs: „Karuselis” un „Pretējais karuselis”. Bērniem vieglāk atbrīvoties, kad viņi var izmantot savu ķermeni. Tāda iespēja ir paredzēta un tiek piedāvāta šajās spēlēs. Tādējādi bērni ne tikai atceras viens otra vārdus, bet iegūst arī lielisku iespēju izkustīties un izsmieties.

3. Iepazīšanās ar tēmas materiāliem.	Īsa informācija par cilvēku psiholoģiskajām īpašībām, kam seko diskusija par šo tēmu. Iespējamie jautājumi diskusijai: <ul style="list-style-type: none">• <i>Kādas rakstura un cilvēka īpašības jūs zināt?</i>• <i>Ar ko mēs atšķiramies viens no otra?</i>• <i>Kāpēc jāzina savas stiprās un vājās puses?</i>• <i>Kas un kā mums palīdz iepazīt sevi labāk?</i>• <i>Kā mēs izveidojam savu priekšstatu par cilvēku?</i>
4. Praktiskā daļa. Spēles –vingrinājumi jauno prasmju attīstīšanai un nostiprināšanai.	Praktiskā daļa: Mans pozitīvs tēls. Pirmais uzdevums. Uzzīmēt savu portretu. Otrs uzdevums. Sastādīt sarakstu ar savām pozitīvajām īpašībām. Var piedāvāt īpašību sarakstu jau uzrakstītas uz lapas. No piedāvātajām īpašībām bērniem jāizvēlas tās, kuras viņu skatījumā ir raksturīgas viņiem, jāizgriež un jāpielīmē pie sava portreta. Apspriešana. Bērni pamato, kāpēc viņi uzskata, ka tieši šīs īpašības viņiem piemīt. Apspriešanā svarīgi parādīt (dot saprast), ka neinteresantu cilvēku nav. Tādēļ vajag atklāt "rozīnīti", kaut ko personisku un aizraujošu katrā nodarbības dalībniekam.
5. Kopsavilkums.	Apkopojums. Formulē un ieraksta secinājumus par to, ko zina, ko prot, ko var. Iespējamie atbilžu varianti: ZINU! <ul style="list-style-type: none">- es uzzināju, ka cilvēkiem ir daudz īpašību;- es uzzināju, ka mēs visi esam tik dažādi;- es uzzināju, ka cilvēkam personīgās īpašības var parādīties vai neparādīties atkarībā no situācijas. PROTU! <ul style="list-style-type: none">- es protu nosaukt savas personīgās īpašības;- es protu noteikt savas galvenās pozitīvās

	<p>Īpašības;</p> <ul style="list-style-type: none">- es protu izcelt tās īpašības, kuras vairāk mani raksturo. <p>VARU!</p> <ul style="list-style-type: none">- es varu paskaidrot, kāpēc es uzskatu, ka es esmu tāds (a);- es varu ar piemēriem apstiprināt, ka es esmu tāds(a);- es varu pastāstīt par sevi kāds(a) es esmu.
6. Mājas darba izskaidrošana.	<p>Sastādīt „Sava bērna saulaino portretu”. Vecāki uzraksta sava bērna labās un pozitīvās īpašības. Var rakstīt arī īpašības, kuras gribētu, lai bērnam būtu, bet kuras šobrīd ir mazāk attīstītas vai vēl neizpaužas. Vecāki apspriež ar bērnu katru uzrakstīto īpašību un pauž pārliecību, ka visas šīs labās īpašības bērnam piemīt, vajag tikai pacensties tās attīstīt. Uzdevuma mērķis ir nostiprināt bērna ticību sev ar apsteidzošu, avansa izteiktu atzinību.</p>
7. Nodarbības noslēgums.	<p>Draudzības rituāls „Paldies par jauko dienu!” (Klaus W.Vopel). Šis rituāls attīsta bērniem svarīgu īpašību – brīvi paust savu pozitīvo attieksmi un prasmi pateikties.</p> <p>Viens no bērniem nostājas centrā, otrs pieiet viņam klāt, paspiež roku un pasaka: „Paldies par jauko dienu!” Abi paliek centrā, turoties rokās. Pēc tam pieiet trešais bērns, paņem aiz rokas pirmo vai otro, paspiež roku un saka „Paldies par jauko dienu!” Šādā veidā grupa centrā lēnām palielinās. Visi tur viens otru aiz rokas. Kad pie grupas pievienojas beidzamais bērns, aplis noslēdzas un ceremonija beidzas ar klusējošu trīskāršotu rokasspiedienu.</p>

Metodisko materiālu sagatavošanai tiek izmantota sekojoša literatūra:

1. A. Faber, E. Mazlish, *How to talk so Kids will listen & Listen so Kids will talk* (New York, USA: Scribner, 1980)
2. J. G. Miller, K. G. Miller, *Parenting the QBQ Way. How to be an Outstanding Parent and Raise Great Kids Using the Power of Personal Accountability* (New York, USA: Putnam Adult, 2012)
3. R. Dreikurs, V. Stolz, *Happy Children a Challenge to Parents* (New York, USA: HarperCollins Publishers Ltd, 1975)
4. A. Matthews, *Follow your heart. Finding purpose in your Life and Work* (New York, USA: Seashell, 1997)
5. H. G. Ginott, *Between Parent and Child* (New York, USA: Harmony, 1965)
6. C. Reznick, *The Power of your Child's Imagination* (New York, USA: Perigee Trade, 2009)
7. MHS Inc, *Emotional Intelligence Activities Ages 8-10* (London, UK: MHS Inc, 2003)
8. K. W. Vopel, *Interaktionsspiele für die Grundschule: Kinder können kooperieren, 4 Bde., Bd. 1* (Salzhausen, Germany: Iskopress, 2006)
9. P. Honkanen-Schoberth, *Starke Kinder brauchen Starke Eltern* (Freiburg, Germany: Urania Verlag, 1985)
10. J. Gipeņreitere, *Kā saprasties ar bērnu?* (Rīga, Latvija: Nordik, 2006)
11. J. Gipeņreitere, *Turpinām saprasties ar bērnu. Vai tā?* (Rīga, Latvija: Nordik, 2012)
12. E. Eriksons, *Personības attīstības psihosociālā teorija* (2009)
13. *Vecumposmu attīstības īpatnības bērniem. Metodiskie ieteikumi darbā ar bērniem* (Rīga, Latvija: 2008)
14. Berns E. *Spēles, ko spēla cilvēki.* - R.: SIA Birojs, 2000.
15. Integratīva mācību metodika adaptācijai sociālajā vidē kognitīvo un kustību funkciju uzlabošanai, ESF projekta „Integratīvas mācību metodikas izstrāde un ieviešana adaptācijai sociālajā vidē skolēniem un jauniešiem ar mācīšanās, kognitīvo funkciju un kustību traucējumiem” materiāli. 2013
16. Л.М.Шипицина «Психология детей-сирот», издательство Санкт-Петербургского университета, 2005