2. klase

Tēma: Kaitīgas vielas

1. nodarbība - Kas ir kaitīgas vielas?

**Nodarbības atsegums**

**Nodarbībā sasniedzamie rezultāti**

***Skolēnam veidojas priekšstats par to,***

* kuras vielas ir kaitīgas cilvēka organismam;
* kas ir legālas un nelegālas kaitīgas vielas;
* kādi ir smēķēšanas un alkohola lietošanas radītie riski.

***Skolēnam sāk veidoties morālais ieradums***

* risināt morālas dilemmas, izmantojot kritiskās domāšanas paņēmienus;
* ikdienā apzināti atteikties no kaitīgu vielu lietošanas, rūpējoties par savu veselību, labsajūtu un nākotni.

**Atslēgvārdi**: vajadzīgs, nevajadzīgs, vielas, kategorija, iedalīt, alkohols, cigaretes, legāls, nelegāls.

**Nodarbībā aplūkotās vērtības un tikumi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | No Pamatizglītības standarta | Papildus no programmas “e-TAP” |
| Vērtības | Dzīvība, brīvība | Atbildība, cilvēka daba, patiesība, harmonija |
| Tikumi | Atbildība, gudrība | Kritiskā spriestspēja, zinātkāre, pārliecinātība |

**Mācību materiāli:**

* *PowerPoint* prezentācija “Dažādas vielas”.

**Atslēgas jautājumi:**

1. Kādas vielas vajadzīgas organismam, lai tas spētu veikt savas funkcijas?
2. Kādas vielas ir neveselīgas? Kāda ir atšķirība starp neveselīgu un bīstamu?
3. Ko tu zini par alkohola un cigarešu kaitīgo ietekmi uz organismu?
4. Ko vēl tu gribētu uzzināt?

Mācību aktivitātes

Ierosme. Kas nonāk mūsu ķermenī? (ieteicamais laiks 10 min.)

**[2. slaids]** Pastāstiet un kopīgi pārrunājiet to, ka ik dienu mūsu ķermenī nokļūst ļoti daudz vielu! Dažas no tām mūsu ķermenim ir īpaši nepieciešamas, dažas ir labas, ja tās nelieto pārāk daudz, turpretim dažas ir kaitīgas.

**[3. slaids]** Parādiet bērniem attēlus un aiciniet tos sagrupēt – kuras no šīm lietām var lietot neierobežotā daudzumā vai daudz, kuras ierobežotā daudzumā, kuras nevajadzētu lietot nemaz.

Aiciniet skolēnus paskaidrot savu izvēli, piemēram, kāpēc mums nevajadzētu ēst saldumus neierobežotā daudzumā! Izdomājiet vismaz vēl vienu piemēru katrā grupā!

1. aktivitāte. ZGU (Zinu – Gribu uzzināt – Uzzināju) tabula (ieteicamais laiks 10 min.)

**[4. slaids]** Aiciniet bērnus padomāt par vielām, kas mūsu ķermenim ir kaitīgas (īpaši alkohols un cigaretes)! Rosiniet aizpildīt ZGU tabulu, lai parādītu, ko viņi zina un ko gribētu uzzināt! Tabulas piemērs pieejams prezentācijā. Izmantojiet dotos jautājumus, lai pielāgotu atbildes!

2. aktivitāte. Informācijas avoti (ieteicamais laiks 10 min.)

**[5. slaids]** Kur mēs varam iegūt informāciju par alkoholu, narkotikām un cigaretēm? Kā mēs varam zināt, ka šī informācija ir patiesa? Kādi garīgie tikumi nepieciešami, lai spētu dzīvot veselīgi un atteiktos no produktiem un vielām, kas ir kaitīgi?

Apkopojiet klases idejas kopīgā plakātā vai aiciniet skolēnus izveidot darba grupas un izgatavot plakātu, kurā tiek atainoti gan kaitīgie produkti un vielas, gan tie, kas mums palīdz būt stiprākiem un veselīgākiem!

Kopīgā noslēguma apspriede. Šodien apgūtais (ieteicamais laiks 10 min.)

**[6. slaids]** Kopīgi pārrunājiet, ko jaunu skolēni šodien uzzinājuši. Atsauciet atmiņā tikumus, kuri mums nepieciešami, lai mēs spētu dzīvot veselīgi!

Kolēģu komentāri:

“Ārkārtas situācijas dēļ, nodarbība tika novadīta tiešsaistes nodarbībā. Tomēr daudz brīvāka un atraisītāka tā būtu bijusi runājot klasē.”

“Klausoties un raugoties uz saviem skolēniem, sapratu, ka šī tēma šajā brīdī ir nedaudz par agru. Skolēni labi apzinās, ka cigaretes, alkohols un narkotikas ir kaitīgas, bet nelabprāt par to runā, jo kautrējas. Varbūt tas ir tāpēc, ka atrodas mājās.”

**Papildmateriāli**

* Vesels bērns. Informatīvs materiāls izglītības iestāžu pedagogiem par veselības izglītības jautājumiem. No 1. līdz 6. klasei <https://www.esparveselibu.lv/sites/default/files/2019-12/VeselsBerns_web_0.pdf> Tēma “Atkarību izraisošās vielas un procesi” (62.-99. lpp.).
* Kas noteikts likumos? Skatieties Bērnu tiesību aizsardzības likuma 48. un 49. pantu (<https://www.vestnesis.lv/ta/id/49096-bernu-tiesibu-aizsardzibas-likums>).