8. klase

Tēma: Tava nākotne, tava pasaule

2. nodarbība - Kas tevi dzīvē sagaida?

**Nodarbības atsegums**

**Nodarbībā sasniedzamie rezultāti**

***Skolēnam veidojas izpratne par to,***

* kā tikumi palīdz katrā dzīves posmā;
* kādā dzīves posmā skolēni atrodas un kādu viņi vēlētos redzēt savu dzīvi nākotnē;
* ka dzīvē ir pacēlumi un kritumi un ka dzīves ceļš parasti ir līkumains;
* kādas ir viņu dzīves prioritātes un kāpēc viņi izvēlējās tieši šādas prioritātes;
* kā viņu stiprās puses, intereses, prasmes un pozitīvās īpašības mainās un kā tās saistītas ar nākotnes karjeras iespējām un nodarbinātību.

***Skolēnam pilnveidojas morālais ieradums***

* reaģēt adekvāti uz negaidītiem dzīves notikumiem;
* novērtēt savas stiprās puses un jomas, kuras jāattīsta, un izmantot šo informāciju, izvirzot mērķus;
* izmantot dzīves notikumus, lai veidotu savu nākotnes personību.

**Atslēgvārdi:** “laba dzīve”, darba tikumi, dvēseles tikumi, tiekšanās, prioritāšu noteikšana.

**Nodarbībā aplūkotās vērtības un tikumi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | No Pamatizglītības standarta | Papildus no programmas “e-TAP” |
| Vērtības | Ģimene, laulība, darbs, cilvēka cieņa | Cilvēks, brīvība, atbildība |
| Tikumi | Atbildība, mērenība, savaldība, godīgums, drosme, gudrība | Zinātkāre, pašiedziļināšanās |

**Mācību materiāli:**

* *PowerPoint* prezentācija “Kas tevi dzīvē sagaida?”.
* “Dzīves ritenis” (1. materiāls 1. un 2. lpp.), “Nākotnes karte” (1. materiāls 3. lpp.).
* “Raimonds Pauls – dzīves kāpumi un kritumi” (2. materiāls).

**Atslēgas jautājumi:**

1. Kā tikumi tev palīdzēs katrā dzīves posmā?
2. Kāpēc esi atzīmējis šos tikumus kā būtiskus?
3. Kā tu sasniegsi vēlamo rezultātu katrā dzīves posmā?
4. Kā tu reaģēsi uz negaidītiem dzīves notikumiem?
5. Kā tu varētu izmantot dzīves notikumus, lai veidotu savu nākotnes personību?

Mācību aktivitātes

Ierosme (ieteicamais laiks 5 min.)

**[2. slaids]** Skolotājs atgādina skolēniem 1. nodarbības galveno tēmu, uzsākot diskusiju:

* Ko nozīmē dzīvot “labu dzīvi”?
* Kuru tikumu dēļ skolēni vēlētos, lai viņus atceras (darba tikumi vai dvēseles tikumi)?
* Kuri tikumi ir skolēniem vissvarīgākie (VIA aptauja)?
* Ko nozīmē dzīvot “labu dzīvi”? Pārrunājiet pāros ar klasesbiedru un dalieties ar savām idejām grupā!

Šajā nodarbībā izmantosim jēdzienus – “laba dzīve”, “darba tikumi”, “dvēseles tikumi” –, aplūkojot skolēnu dzīvesstāstu līdz šim un nākotnē. Palīdziet skolēniem atcerēties, ko viņi secinājuši 1. nodarbībā! Skolēniem būs jāizmanto refleksija, lai šajā nodarbībā palīdzētu veidot savu nākotnes personību.

1. aktivitāte. Dzīves ritējums (ieteicamais laiks 10 min.)

 **[3. slaids]** Aktivitātes mērķis ir noteikt, kādā dzīves punktā skolēni atrodas šobrīd un kas viņiem ir būtisks. 1. ritenī (*1. materiāls, 1. lpp.*) skolēni pierasta dažādus savas dzīves elementus (piemēram, ģimene, draugi, skola, darbs, atpūta) un sadala riteni tik daudz segmentos, cik vēlas, ierakstot visus konstatētos elementus.

Pēc tam skolēni sakārto segmentus pēc nozīmes (daži var tikt vērtēti vienlīdzīgi). Skolēni pārrunā 1. ritenī ietverto informāciju pāros ar klasesbiedru.

Skolotājas pajautā: “Kāpēc izvēlētas tieši šādas prioritātes? Vai starp jūsu riteņiem ir daudz atšķirību? Kāpēc tas tā varētu būt?”

***Papildu uzdevums, ko var izmantot atkarībā no skolēnu spējām un atvēlētā laika:***

**[4. slaids]** 2. ritenī (*1. materiāls 2. lpp.*) skolēni pieraksta dažus tikumus, kas viņiem patlaban piemīt vai ir būtiski (atsauc atmiņā VIA aptauju un izmanto). Viņi sadala riteni tik daudz segmentos, cik vajadzīgs, lai ierakstītu konstatētos tikumus. Pēc tam skolēni novērtē, cik lielā mērā konkrētais tikums ir viņos attīstīts: viņi var izmantot 10 ballu sistēmu vai pierakstīt teikumu, vai aprakstošus uzskaites punktus. Skolēni 2. ritenī ietverto informāciju pārrunā pāros ar klasesbiedru.

Diskusija:

* Kāpēc izvēlētas tieši šādas prioritātes?
* Ja tu labi pazīsti savu klases biedru – vai ritenī ierakstītais atbilst tam, ko tu esi ievērojis?
* Kādas ir līdzības un atšķirības starp jūsu riteņiem?

2. aktivitāte. Prom nākotnē (ieteicamais laiks 20 min.)

**[5. slaids]** Pirmā nodarbības daļa sniedz skolēniem iespēju saprast, kādā dzīves posmā viņi atrodas patlaban. Šī sadaļa ir paredzēta, lai ļautu pārdomāt nākotni. Skolēni iztēlojas savas nākotnes karti (*1. materiāls 3. lpp.*). Šajā uzdevumā svarīgāk ir likt lietā iztēli, nevis plānot (Kurp mana dzīve varētu virzīties, nevis kurp tā virzīsies?).

Kartes sākums būs skolēnu pašreizējā “atrašanās vieta” (par pamatu izmantojiet 1. aktivitātes refleksiju). Tas jāattēlo lapas kreisajā augšējā stūrī. Skolēnu mērķis atradīsies lapas labajā apakšējā stūrī. Skolēniem jāuzzīmē savas dzīves ceļš līdz brieduma gadiem (apmēram 40 gadu vecumam), nosakot galvenos sasniegumus un notikumus, kas, viņuprāt, dzīves ceļā būs nozīmīgi.

**[6. slaids]** Šim uzdevums ir radošs, apzinoties, ka dzīvē ir pacēlumi un kritumi un ka dzīves ceļš parasti ir līkumains, nevis taisns! Daži no būtiskākajiem notikumiem var būt attiecības vai laulība, mītnes iegāde, karjeras izaugsme, un šo dzīves ceļu viņi var mērot vienatnē vai kopā ar citiem cilvēkiem.

Pēc tam skolēniem reflektē par to, kādi tikumi būs nepieciešami katram no sasniegumiem un kāpēc šie tikumi ir būtiski.

**[7. slaids]** Skolotājs parāda, kā izskatās šis ceļš ar zīmēm.Skolēniem jāpārdomā, kā viņi varētu nokļūt šajos galvenajos pieturas punktos savā dzīvē. Kā viņi sasniegs visu, ko vēlas sasniegt?

Skolēniem jāpārrunā savas dzīves ceļš pāros ar klasesbiedru vai nelielās grupās. Katram skolēnam jādod iespēja tikt uzklausītam.

3. aktivitāte. Apstākļi un dzīve (ieteicamais laiks 15 min.)

**[7. slaids]** Skolēniem jāizlasa raksti par Opru Vinfriju. Tiešsaistē pieejami šeit:

[*https://dieviete.lv/zinas/izklaide/143359-macibas-opra-vinfrija/*](https://dieviete.lv/zinas/izklaide/143359-macibas-opra-vinfrija/)

[*https://42money.ru/lv/domashnijj-ochag/opra-uinfri-mirovaya-zvezda-televideniya-istorii-uspeha.html*](https://42money.ru/lv/domashnijj-ochag/opra-uinfri-mirovaya-zvezda-televideniya-istorii-uspeha.html)

Skolotājs piedāvā jautājumus diskusijai:

* Kādi ir daži no Opras dzīves apstākļiem?
* Kā tie varētu būt ietekmējuši veidu, kā Opra dzīvo savu dzīvi?
* Kādi tikumi Oprai varētu būt bijuši nepieciešami dažādos dzīves posmos?
* Kas Opras dzīvē ir labs? Kādā veidā Opra dara labu sev un citiem?
* Kā tu domā, vai labais Opras dzīvē ir noticis nejauši?
* Vai tas radās, pieņemot noteiktus lēmumus?
* Kā cilvēks var izvēlēties nodzīvot labu dzīvi?
* Cik lielā mērā apstākļi Opras dzīvē ietekmē veidu, kā viņa dzīvo?
* Pārdomā, kādi ir tavas dzīves apstākļi!

Skolotājs turpina, ka dzīve ir atšķirīga no Opras dzīves, tomēr ikviens no mums piedzīvo pacēlumus un kritumus, kas veido mūsu personību. Aktivitātes nobeiguma jautājums: “Kā tu varētu izmantot dzīves pieredzi, lai veidotu savu nākotnes personību?”

**3. aktivitāte – otrs variants. Apstākļi un dzīve (ieteicamais laiks 15 min.)**

**[8. slaids]** Skolēniem jānoklausās intervija ar Raimondu Paulu vai jālasa 2. materiāls “Raimonds Pauls – dzīves kāpumi un kritumi”. Var arī izlasīt fragmentus no grāmatām “Raimonds Pauls”, (Autors Jānis Peters, Rīga: Liesma, 1982.) vai “Pieskāriens. Raimonds Pauls” (Autore Daiga Mazvērsīte, Rīga: Madris, 2006.). Intervijas fragments tiešsaistē pieejamas šeit: <https://xtv.lv/tv360/video/0Mrpkd41N4n-raimonds_pauls_par_alkoholu_un_dzersanu> (1 minūte 27 sekundes). Intervijas pilnā versija: <https://www.youtube.com/watch?v=GBnGnbp7vlo> (45 minūtes)

Skolotājs piedāvā jautājumus diskusijai:

Kādi bija Raimonda Paula dzīves apstākļi bērnībā?

Kas izraisīja krīzi viņa dzīvē slavas un karjeras uzplaukuma sākumā?

Kādi populāras personas dzīves apstākļi bija izaicinājums un radīja problēmas viņa dzīvē?

Kuri hobiji palīdzējuši Paulam saglabāt labu veselību visā mūža ilgumā?

Kādi tikumi Paulam varētu būt bijuši nepieciešami dažādos dzīves posmos?

Kas Raimonda Paula dzīvē ir labs? Kādā veidā Pauls dara labu sev un citiem?

Kā tu domā, vai labais Raimonda Paula dzīvē ir noticis nejauši?

Vai tas radās, pieņemot noteiktus lēmumus?

Kā cilvēks var izvēlēties nodzīvot labu dzīvi?

Cik lielā mērā apstākļi Paula dzīvē ietekmē veidu, kā viņš dzīvo?

Pārdomā, kādi ir tavas dzīves apstākļi!

Skolotājs uzsver, ka daudzu cilvēku dzīves ir atšķirīgas no Raimonda Paula dzīves, tomēr ikviens no mums piedzīvo pacēlumus un kritumus, kas veido mūsu personību. Aktivitātes nobeiguma jautājums: “Kā tu varētu izmantot dzīves pieredzi, lai veidotu savu nākotnes personību?”