

Tikumiskās audzināšanas programmas 'e-TAP' tematiska atbilstība Skola2030 programmai



Tikumiskās audzināšanas programma

Atbilstību saraksts skolotājiem

Dokuments izstrādāts Latvijas Zinātnes padomes fundamentālo un lietišķo pētījumu 2020. gada zinātnieku individuālais projekta "Digitālas mācību programmas piemērotības un īstenojamības izpēte jauniešu tikumiskajai audzināšanai Latvijas izglītības iestādēs (no 5 līdz 15 gadu vecumā)" (Projekta Nr. lzp-2020/2-0277) ietvaros

Rīga, 2021

Ievads

Tikumiskās audzināšanas programma “e-TAP” piedāvā Latvijas kontekstam pielāgotus mācību resursus pirmsskolas un pamatizglītības skolotājiem, lai palīdzētu īstenot tikumisko audzināšanu pirmsskolas izglītības iestādēs un skolās. 265 skolotāji no 96 Latvija skolā aprobēja šo programmu 2021. gada pavasarī. Pilnveidotā programma ir brīvi pieejama šajā saitē: <https://www.aretel.lv/parnese-izglitiba/tikumiskas-audzinanas-programma/>

Programmā “e-TAP” tiek piedāvāts skatīties uz vērtībām un tikumiem caur katram vecumposmam atbilstošajām mācību tēmām un nodarbībām, kuru elastīgais izklāsts pielāgots bērnu izpratnes līmenim. Piedāvātais materiāls izmantojams, piemēram, kā materiāls klases stundām, kā papildinājums sociāli emocionālai audzināšanai, vai to integrējot mācību programmā dažādās mācību jomās. Programma “e-TAP” ir cieši saistīta ar vērtību izglītību un tikumisko audzināšanu, kas paredzēta Latvijas normatīvajos aktos un mācību satura reformas projektā Skola2030. Programmas augsta atbilstība Skola2030 programmai gan tikumu ziņā, gan tematiskā ziņā tika atspoguļota zinātniskās publikācijās (sk. <https://www.aretel.lv/zinatniskie-materiali/zinatniska-literatura-par-rakstura-audzinanu-latvija/>)

Izpētot tikumiskās audzināšanas programmas “e-TAP” tēmu (118 nodarbības plāni) atbilstību Skola2030 tēmām (26 mācību priekšmeta programmas paraugi), tika atrastas vairāk par 400 tematiskas atbilstības, kas apkopotas šajā dokumentā.

Ieteikumi dokumenta izmantošanai

Šis dokuments strukturēts saskaņā ar Skola2030 programmas struktūru pa mācību jomām, klasēm un mācību priekšmetiem. Informācija par katru atrasto atbilstību ir strukturēta šādi: sākumā norādīta Skola2030 tēma, kur atrasta programmas ‘e-TAP’ atbilstība, un tad tiek piedāvāta informācija par atrasto atbilstību programmā ‘e-TAP’.

1. Informācija par Skola2030 tēmu, kur atrasta programmas ‘e-TAP’ atbilstība:

Skola2030 Mācību Joma	
Skola2030 Mācību priekšmets	
Klase	
Skola2030 tēma	
Norāde uz Skola2030 sasniedzamajiem rezultātiem vai temata apguves norises aprakstu, kur atrasta programmas ‘e-TAP’ atbilstība	
Atbilstības programmai ‘e-TAP’ atslēgas vārds	

2. Informācija par atrasto atbilstību programmā ‘e-TAP’:

Atbilstība programmai ‘e-TAP’			
Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums

Skolēnu darbība ‘e-TAP’ aktivitātē:

Komentāri:

Mēs ceram, ka šis atbilstību saraksts būs noderīgs skolotājiem, lai varētu izmantot “e-TAP” materiālus, integrējot tikumisko audzināšanu mācību priekšmetu nodarbībās vai klases nodarbībās.

Satura rādītājs

DABASZINĀTŅU MĀCĪBU JOMA	4
Pirmsskola (3. posms)	4
Bioloģija 7. -9. klasei.....	6
Dabas zinības 1. -6. klasei	11
Fizika 8. -9. klasei	13
Ģeogrāfija 7. -9. klasei.....	14
Ķīmija 8-9. klasei	15
KULTŪRAS IZPRATNES UN PAŠIZPAUSMES MĀKSLĀ MĀCĪBU JOMA	16
Pirmsskola (3. posms)	16
Literatūra 4. -9. klasei.....	23
Mūzika 1. -9. klasei.....	36
Teātra māksla 1. -9. klasei.....	42
Vizuāla māksla 1. -9. klasei.....	45
MATEMĀTIKAS MĀCĪBU JOMA	52
Pirmsskola (3. posms)	52
Matemātika 1. -9. klasei	56
SOCIĀLĀ UN PILSONISKĀ MĀCĪBU JOMA.....	61
Pirmsskola (3. posms)	61
Latvijas un pasaules vēsture 7. -9. klasei.....	68
Sociālas zinības 1. -9. klasei.....	73
TEHNOLOĢIJU MĀCĪBU JOMA	83
Pirmsskola (3. posms)	83
Datorika 1. -9. klasei.....	86
Dizains un tehnoloģijas 1. -9. klasei.....	91
Inženierzinības 7. klasei	93
VALODU MĀCĪBU JOMA.....	94
Pirmsskola (3. posms)	94
Angļu / franču /vācu valoda pirmā svešvaloda 1. -9. klasei	99
Angļu / vācu valoda otra svešvaloda 4. -9. klasei.....	116
Krievu valoda svešvaloda 4. -9. klasei.....	138
Latviešu valoda 1. -9. klasei.....	148
Mazākumtautību skolām - latviešu valoda un literatūra 1. -9. klasei	169
Mazākumtautības (krievu) valoda 1. -9. klasei	184
Mazākumtautības literatūra (krievu) 4. -9. klasei	189
VESELĪBAS UN FIZISKAS AKTIVITĀTES MĀCĪBU JOMA.....	198
Pirmsskola (3. posms)	198
Sports un veselība 1. -9. klasei	205

DABASZINĀTŅU MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Matērija

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Eksperimentējot salīdzina no stikla, koka, plastmasas, papīra, akmens izgatavotu priekšmetu īpašības un to izmantošanas iespējas.

Atbilstības atslēgas vārds: pateicības burciņa

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skola.	Idejai! Kā patīkamu jaunumu varat grupiņā ieviest glīti noformētu pateicības burciņu, kurā bērni, piemēram, katru otro dienu, iemet lapiņu, uz kuras uzraksta par ko/kam ir pateicīgi šajā dienā.

Skolēnu darbība: Bērni kopā ar skolotāju meklē trauku pateicības lapiņām, izpētot un salīdzinot dažādus variantus (piem., izgatavotus no stikla, koka, plastmasas, papīra, metāla u. c.), izvēloties šim nolūkam piemērotāko.

Komentāri: Bērni var piedāvāt arī savus noformējuma variantus.

Satura vienība: Zemes sistēmas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Novēro līdzenu un nelīdzenu zemes virsmu tuvākajā apkārtnē un stāsta par novēroto.

Atbilstības atslēgas vārds: Zeme [Earth], kopiena / apkārtnē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kur ir mana vietējā kopiena?	Uzsākšana: Kur ir mūsu vietējā kopiena?

Skolēnu darbība: Bērni kopā ar skolotāju apskata Zemi un tās virsmu, pielietojot *Google Earth* rīku.

Komentāri: Skolotājs, izmantojot *Google Earth* rīku, sāk ar pasaules skatu, tad tuvina Eiropu, tad Latviju, pilsētu/rajonu un visbeidzot — vietējo kopieni.

Satura vienība: Zemes sistēmas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Novēro līdzenu un nelīdzenu zemes virsmu tuvākajā apkārtnē un stāsta par novēroto; izzina apkārtnē raksturīgo iežu un ūdens īpašības

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena / apkārtnē, karte

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kur ir mana vietējā kopiena?	1. aktivitāte. Īpašas vietas.

Skolēnu darbība: Izmantojot rajona karti, bērni cenšas atrast vietējās kopienas svarīgākās un raksturīgākās vietas (piemēram, parki, veikali, baznīcas, dzīvojamās mājas, pilskalni, ezeri, upes, karjeri u. c.). Bērni pāros pārrunā, kuras vietas vietējā kopienā viņi apmeklē vai kuras no tām viņiem ir īpašas.

Komentāri: Aktivitātei nepieciešams skolas rajona kartes attēls.

Satura vienība: Organismi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Novērojot, salīdzinot un eksperimentējot, izzina tuvākajā apkārtnē raksturīgo dzīvo organismu – augu, dzīvnieku un sēņu – pazīmes.

Atbilstības atslēgas vārds: dzīvnieku pazīmes / tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	2. nodarbība. Kā rīkojas labi draugi?	1. aktivitāte. Lapsa un bruņurupucis.

Skolēnu darbība: Bērni klausās stāstu par lapsu, bruņurupuci un leopardu un atbild uz jautājumiem (piemēram, Kādi tikumi piemīt lapsai? Kādi tikumi piemīt bruņurupucim? u. c.)

Komentāri: Pirms stāsta lasīšanas, skolotājs var pajautāt bērniem, vai viņi kādreiz ir redzējuši lapsu un bruņurupuci tuvākajā apkārtnē vai zoodārzā, kā šie dzīvnieki izskatījās, uzvedās? Var kopīgi ar bērniem apskatīt Latvijā dzīvojošo – purva bruņurupuča un rudās lapsas – bides. Var paziņot bērniem, ka purva bruņurupucis ir rets un aizsargājams Latvijas un Eiropas rāpulis un tas ir iekļauts Latvijas Sarkanās grāmatas 0. kategorijā kā izmirusi suga, tomēr laiku pa laikam izdodas konstatēt atsevišķus sugas eksemplārus.

Bioloģija 7. - 9. klasei

7. klase

7. 3. Kas nodrošina augu un dzīvnieku balstu un kustības?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): kā darbojas cilvēka balsta un kustību orgānu sistēma, un kā saglabāt tās veselību?

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte ir domāta 5. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 7. klases skolēniem.

7. 4. Kā organismi elpo?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): izmantojot daudzveidīgus informācijas avotus, veido domu karti par faktoriem, kas ietekmē elpošanas orgānu sistēmu. Spriež un veido ieteikumus, kā saglabāt elpošanas orgānu sistēmas veselību.

Atbilstības atslēgas vārds: smēķēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropas vielas un alkohols	2. nodarbība - Ieradumi	1. aktivitāte. Ieradumi

Skolēnu darbība: pēc dotā situācijas apraksta atbild uz šādiem jautājumiem - vai vari nosaukt kādus ieradumus vai uzvedību, ko tev ir grūti kontrolēt, kāpēc ieradumu maiņa ir tik grūta, vai vari nosaukt piemēru, kad mēģināji izmainīt savus ieradumus un tas bija ļoti grūti, kāpēc tas bija tik grūti, kādi tikumi tev nepieciešami, lai atpazītu, ka ir radusies problēma, un mēģinātu to kontrolēt, kādus tikumus tu varētu attīstīt, lai palīdzētu pieņemt saprātīgus lēmumus.

Komentāri: aktivitāte ir plānota 7. klases skolēniem. Dotais situācijas apraksts palīdzēs papildināt skolēnu veidoto domu karti pēc Skola2030 ieteikumiem temata norises aprakstā.

7. 1. Kas ir organisma pamatvienība, un kā to pēta?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): skolēni izlozē profesijas un prezentē bioloģijas zināšanu nepieciešamību dažādās nozarēs.

Atbilstības atslēgas vārds: karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība – Kādu darbu es varētu strādāt?	2. aktivitāte. Darba profili

Skolēnu darbība: izveido profilu darbam, kas viņiem interesē, ietverot: nosaukumu, kas šajā darbā jādara, nepieciešamās kvalifikācijas, noderīgas intereses, vajadzīgās rakstura īpašības.

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte domāta 2. klases skolēniem, bet ir iespējams pielāgot 7. klases skolēnam. Ieteicams, piedāvāt konkrētas profesijas, kuras saistītas ar bioloģijas nozari un skolēni izvēlas sev tuvāko un aktuālāko.

8. klase

8. 1. Kā barojas organismi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): pētīt informācijas avotus, spriež par sava organisma uzņemtas un patērētās enerģijas atbilstību pilnvērtīgas uzturam. Analizējot ēdienkartes/ēdienu receptes/ produktu etiķetes, aprēķina produktu enerģētisko vērtību produkta iepakojumam, spriež par produkta uzturvērtības proporciju attiecībā pret ieteicamo diennakts devu.

Atbilstības atslēgas vārds: Uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība - Uzturs	4. aktivitāte - Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: divas nedēļas veido ēšanas dienasgrāmatu, pierakstot, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas viņus ietekmē. Reflektē, pamatojoties uz divu nedēļu ierakstiem dienasgrāmatā, un fiksē savus secinājumus par noteiktu pārtikas produktu ietekmi vai ēšanu noteiktā laikā, piemēram, vēlu vakarā. Šīs aktivitāte var būt retrospektīva, lai veidotu diskusiju.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem. Aicināt skolēnus būt godīgiem, veidojot savu uztura dienasgrāmatu.

8. 1. Kā barojas organismi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): argumentēti diskutē par pilnvērtīgu uzturu. Analizē informāciju saistībā ar produktu uzglabāšanu, apstrādi, lietošanu, izvērtējot riskus gremošanas orgānu sistēmas veselībai. Veido personiskās higiēnas un uztura uzņemšanas noteikumu gremošanas sistēmas veselībai, prezentē tos.

Atbilstības atslēgas vārds: Uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība - Uzturs	3. aktivitāte – Sabalansēts uzturs.

Skolēnu darbība: diskutē par jautājumiem- kas jādara, lai mūsu uzturs ikdienā būtu veselīgs un sabalansēts, kā tu varētu ar veselīgu uzturu saistītās aktivitātes īstenot skolā, kā tu vari mudināt cilvēkus skolas kopienā izveidot veselīga uztura paradumus, vai varat grupā izdomāt dažādas radošas iespējas, lai palīdzētu tos attīstīt.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem.

8. 2. Kā organismi uztver apkārtējo vidi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): grupā iepazīstas ar doto informāciju par redzes higiēnu, izstrādā un prezentē redzes saglabāšanas noteikumus, saista tos un pamato ar acs uzbūvi.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrāna laiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģij u pasaule	1. nodarbība – Gudra tehnoloģiju izmantošana	1. aktivitāte. Ko tehnoloģijas mums nodara?

Skolēnu darbība: diskutē par šādiem jautājumiem - vai tehnoloģiju izmantošana var būt kaitīga, kā tā var mums kaitēt, kādas ir pieaugušo bažas par jauniešu tehnoloģiju izmantošanas paradumiem, vai šīs bažas ir pamatotas vai pārspīlētas, kādos veidos tehnoloģijas var "iesūkt" cilvēku, vai tas var radīt kaitējumu.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem, šie jautājumi skolēniem palīdz saistīt Skola 2030 temata norises apguves plānā šo punktu ar savu dzīvi un paradumiem.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): grupā iepazīstas ar doto informāciju par redzes higiēnu, izstrādā un prezentē redzes saglabāšanas noteikumus, saista tos un pamato ar acs uzbūvi.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrāna laiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Pie ekrāna pavadītais laiks	1. nodarbība – Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	3. aktivitāte. Brīdinājuma pazīmes

Skolēnu darbība: domā, kādas pazīmes liecina, ka pavada pie ekrāna pārāk daudz laika. Pēc tam analizē savas atbildes kopā ar klasesbiedriem un skolotāju.

Komentāri: aktivitāte ir plānota 1. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 8. klases skolēniem.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): grupā iepazīstas ar doto informāciju par redzes higiēnu, izstrādā un prezentē redzes saglabāšanas noteikumus, saista tos un pamato ar acs uzbūvi.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrāna laiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Pie ekrāna pavadītais laiks	2. nodarbība – Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	Aktualizācija: mājasdarba pārskatīšana

Skolēnu darbība: skolēni analizē savu mājasdarbu, kur ir fiksējuši cik daudz laika viņi pievada pie ekrāna 24 nodarbību laikā. Atbild un diskutē par šādiem jautājumiem - kāds ir vidējais ilgums klasē, vai bērni ievēroja kādu no pazīmēm, kas liecināja, ka viņi pavada pārāk daudz laika pie ekrāna, vai kopējais laiks, kādu skolēni pavada pie ekrāna ir lielāks kā viņi bija plānojuši.

Komentāri: aktivitāte ir plānota 1. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 8. klases skolēniem.

8. 3. Kā notiek vielu transports organismos?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): analizē informāciju par asinsgrupu veidiem un asins donoru kustību. Diskutē, kurā situācijās ir svarīgi zināt savu asinsgrupu un kā tās var glābt citu cilvēku dzīvību, veselību.

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs (asinsdonori)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība - Kāpēc jāveic brīvprātīgais darbs?	2. aktivitāte. Kāpēc veikt brīvprātīgo darbu?

Skolēnu darbība: pārdomā, kāda ir brīvprātīgā darba veicēju motivācija un kā viņi paši varētu tajā iesaistīties. Kādi tikumi ir vajadzīgi brīvprātīgajam, iesaistoties dažādās minētajās organizācijās? Kāpēc? Kādus tikumus var attīstīt brīvprātīgais darbs? Kādā veidā? Kā vēl, veicot brīvprātīgo darbu, attīstās raksturs? Kāda varētu būt cilvēku motivācija veikt brīvprātīgo darbu? Vai motīvi vienmēr ir labi/tikumīgi? Kādas varētu būt sekas, ja brīvprātīgo darbu veic apšaubāmu motīvu vadīts cilvēks?

Komentāri: aktivitāte plānot 7. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 8. klases skolēniem.

Veicot šo aktivitāti analizēt asinsdonoru kustību Latvijā.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Grupā veido ideālo vienaudža dienas plānu info grafikas veidā, kas paredz ievērot veselīgu dzīvesveidu asinsrites veselības saglabāšanai. Pēc tam izveidoto plānu salīdzina ar vienas dienas plānu savā dzīvē un diskutē par riskiem, kādi pastāv, neievērojot veselīgu dzīvesveidu.

Atbilstības atslēgas vārds: Imunitāte, miegs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	3. nodarbība – Mieg	2. aktivitāte. Mieg: fakti

Skolēnu darbība: skolēni pārruna faktu lapu par miega ieguvumiem

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem. Miega fakti aktivitāte var būt kā aktualizācija piedāvātajam grupu darbam Skola 2030 temata apguves norises plānā.

9. klase

9.3. Kā notiek organisma darbības regulācija?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): piedalās prāta vētrā par atkarību veidiem (šādi var noskaidrot skolēnu zināšanas par atkarību veidiem, un nevajag mācīt par tām atkarībām, kuras skolēnam nav aktuālas vai pazīstama, lai neradītu interesi par tām).

Atbilstības atslēgas vārds: Atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropā s vielas un alkohols	1. nodarbība – Saprātīga izvēle	2. aktivitāte. Narkotiku kaitīgā ietekme

Skolēnu darbība: diskutē, kādi dažādi alkohola un narkotiku veidi pastāv un kādu kaitējumu tie var nodarīt. Izlasa faktu lapu par alkoholu un narkotiskajām vielām (1. materiāls 3. lpp.), lai uzzinātu jaunākos statistikas datus attiecībā uz jauniešiem. Pārrunā šos jautājumus: Kā alkohols ietekmē dažādas sabiedrības grupas? Kā alkohols varētu ietekmēt tos, kas alkoholu lieto, un tos, kuri nelieto? Ņem vērā vardarbību, neplānotu grūtniecību, STS, ekonomiku utt. Kas, tavuprāt, ir vislielākais kaitējums, lietojot narkotikas vai alkoholu? Kā narkotiku vai alkohola lietošana var ietekmēt citus cilvēkus?

Komentāri: aktivitāte plānota 7. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 9. klases skolēniem.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): piedalās prāta vētrā par atkarību veidiem (šādi var noskaidrot skolēnu zināšanas par atkarību veidiem, un nevajag mācīt par tām atkarībām, kuras skolēnam nav aktuālas vai pazīstama, lai neradītu interesi par tām).

Atbilstības atslēgas vārds: Atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība – Saprātīga izvēle	4. aktivitāte. Likumi

Skolēnu darbība: diskutē par jautājumiem - kas noteikts likumos, kas likumos noteikts attiecībā uz cigaretēm, alkoholu un narkotikām.

Komentāri: aktivitāte plānota 7. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 9. klases skolēniem. Skolēniem izcelt ne tikai to, kādi likumi attiecas uz viņiem un kādas sekas tas var atstāt, bet kā tas var skart arī viņu vecākus.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): piedalās prāta vētrā par atkarību veidiem (šādi var noskaidrot skolēnu zināšanas par atkarību veidiem, un nevajag mācīt par tām atkarībām, kuras skolēnam nav aktuālas vai pazīstama, lai neradītu interesi par tām).

Atbilstības atslēgas vārds: Atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	2. nodarbība – Ieradumi	2. aktivitāte. Cilvēks-etalons

Skolēnu darbība: lasa stāstu par Molliju Kreivenu un viņas dibināto labdarības organizāciju Addaction. Diskutē par šādiem jautājumiem - kādus tikumus Mollija pielietoja, kādus šķēršļus viņa pārvarējusi, ar kādām grūtībām Mollijai bija jāsaskaras, informējot cilvēkus par narkotiku atkarību un sniedzot atbalstu atkarības skartajām ģimenēm.

Komentāri: aktivitāte plānota 7. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 9. klases skolēniem. Skolēniem aktuāli ir reāli stāsti, kuros cilvēki ir nonākuši saskarsmē ar citu cilvēku, kuram ir bijusi atkarība vai paši ir bijuši atkarīgi.

Dabas zinības 1. - 6. klasei

1. klase

1.1. Kā pētīt dzīvos organismus?

Norāde uz temata apguves norisi: Kādas ir cilvēku un citu dzīvnieku kopējās un atšķirīgās pazīmes? Skaidro cilvēka ķermeņa daļu (galva, vēders, mugura, rokas, kājas) nozīmi savā organismā, sadarbojoties

Atbilstības atslēgas vārds: ķermenis

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	3. nodarbība. Fiziskās aktivitātes.	1. aktivitāte. Kāpēc jāsporto?

Skolēnu darbība: Bērni apskata attēlu ar kauliem, muskuļiem, smadzenēm, sirdi un plaušām, nosauc šīs ķermeņa daļas, stāsta, kur tās atrodas un kam tās vajadzīgas. Atbild uz jautājumiem: Kādus tikumus var attīstīt fiziskās aktivitātes? Kā fiziskās aktivitātes var palīdzēt mums praktizēt komandas darbu, drosmi, neatlaidību, godīgumu? Kopā ar skolotāju nonāk pie secinājuma, ka fiziskās aktivitātes ir noderīgas ne tikai ķermenim — tās var palīdzēt arī attīstīt raksturu.

Komentāri: Nodarbība paredzēta pirmsskolas bērniem, to vajag adaptēt uz 1. klases bērniem. Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

1.4. Kā pētīt dabas teritorijas?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Novēro tuvāko apkārtni un pēc pazīmēm nosauc dabas teritorijas; Nosaka tuvākajā apkārtne esošās Zemes virsmas formas

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena, apkārtnē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kur ir mana vietējā kopiena?	1. aktivitāte. Īpašas vietas

Skolēnu darbība: skolēni meklē svarīgākās vietas savā apkaimē. Skolotājs var aicināt lūgt izveidot viņu personīgo vietējā apgabala karti, atzīmējot viņiem svarīgās vietas.

Komentāri: var meklēt īpašas vietas, kas saistītas ar dabas teritoriju un zemes virsmas formām.

2. klase

2.4. Kas nepieciešams dzīvajiem organismiem?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kas nepieciešams cilvēkiem dzīvei? Noskaidro, kā mainās ieelpa/izelpa miera stāvoklī un veicot fiziskās aktivitātes

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	Uzsākšana: Sasaldētie.

Skolēnu darbība: Bērni piedalās spēlē, kas ietver kustību. Piemēram, pārvietojas pa klases telpu vai gaiteni un pēc skolotāja norādes sadalās grupās, kur katrā ir noteikts skaits bērnu. Bērni, kas nav nevienā grupā, no spēles izstājas. Bērni var spēlēt jebkuru citu grupas spēli, piemēram, "Sasaldētie".

Komentāri: Pēc kustību aktivitātes skolotājs uzdod bērniem jautājumu: "Kādas fiziskas pazīmes liecina, ka ķermenim ir bijusi piepūle?"

2.4. Kas nepieciešams dzīvajiem organismiem?

Norāde uz temata apguves norisi: Kas nepieciešams cilvēkiem dzīvei? Savieto cilvēka orgānu attēlu (piemēram, kājas, sirds, plaušas, acis) nosaukumus un to veicamās funkcijas (piemēram, nodrošina kustības, nodrošina asiņu plūsmu), skaidro, ka organismā orgāni veic noteiktus uzdevumus

Atbilstības atslēgas vārds: ķermenis

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	3. nodarbība. Fiziskās aktivitātes.	1. aktivitāte. Kāpēc jāsporto?

Skolēnu darbība: Bērni apskata attēlu ar kauliem, muskuļiem, smadzenēm, sirdi un plaušām, nosauc šīs ķermeņa daļas, stāsta, kur tās atrodas un kam tās vajadzīgas. Atbild uz jautājumiem: Kādus tikumus var attīstīt fiziskās aktivitātes? Kā fiziskās aktivitātes var palīdzēt mums praktizēt komandas darbu, drosmi, neatlaidību, godīgumu? Kopā ar skolotāju nonāk pie secinājuma, ka fiziskās aktivitātes ir noderīgas ne tikai ķermenim — tās var palīdzēt arī attīstīt raksturu.

Komentāri: Nodarbība paredzēta pirmsskolas bērniem, to vajag adaptēt uz 2. klases bērniem. Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

3. klase

3.1. Kas ir kopīgs un atšķirīgs dažādām dabas teritorijām?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā organismi ir saistīti dabas teritorijās? Gūst pieredzi, līdzdarbojoties skolas vides sakopšanas projektos piemēram, piedaloties apkārtnes un telpu uzkopšanas pasākumos, talkās.

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība Kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu?	2. aktivitāte "Brīvprātīgo darbinieku stāsti"

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnu noskatīties video par brīvprātīgo darbu 'Brīvprātīgais darbs - Dzīvo un strādā labi' <https://www.youtube.com/watch?v=-fkKrlvF1SE>. Pēc video noskatīšanās ar skolēniem veido diskusiju par šādiem jautājumiem:

- Kādēļ cilvēki izvēlas darīt brīvprātīgo darbu?
- Vai šie iemesli laika gaitā varētu mainīties?
- Vai tevi kaut kas pārsteidza un uzzināju ko jaunu?

Aktivitātes turpinājumā nepieciešams materiāls "Brīvprātīgais darbs. Gadījumu analīze". Katram skolēnam var izdalīt savu vai grupai vienu.

Pēc diskusijas skolotājs skolēniem izdala lapas ar gadījumu izpēti par cilvēkiem, kas veic brīvprātīgo darbu (1. materiāls). Skolēniem pāros ir jāizvelk iemesli, kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu, un jāsašķiro tie grupās: labums sev, labums citiem, cits iemesls. Kopējais aktivitātes laiks 10 minūtes.

Komentāri: izmantojams 6. slaidis un 1. materiāls.

3.3. Kā orientēties apkārtnē?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Zīmē vienkāršu klases, skolas vai dzīvesvietas apkārtnes plānu, kurā esošos objektus attēlo ar pieņemtiem apzīmējumiem, skaidro, ka karte un plāns ir samazināts Zemes virsmas attēlojums plaknē

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena, apkārtnē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kur ir mana vietējā kopiena?	1. aktivitāte. Īpašas vietas

Skolēnu darbība: skolēni meklē svarīgākās vietas savā apkaimē. Skolotājs var aicināt lūgt izveidot viņu personīgo vietējā apgabala karti, atzīmējot viņiem svarīgās vietas.

Komentāri: Nodarbība paredzēta 1. klases bērniem, to vajag adaptēt uz 3. klases skolēniem. Var meklēt īpašas vietas, kas saistītas ar dabas teritoriju un zemes virsmas formām.

5. klase

5.4. Kas ir dabas resursi, un kā tos izmanto?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Veic projekta darbu par atkritumu apsaimniekošanu mājāsaimniecībā un atkritumu šķirošanas iespējām savā dzīvesvietā

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Brīvprātīgais darbs	2. nodarbība: Kā brīvprātīgais darbs var mani pilnveidot?	Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Kopā ar skolotāju izpēta, kā viņi varētu uzzināt par iespējām veikt brīvprātīgo darbu kādā organizācijā

Komentāri: Projekta darbs var būt saistīts ar brīvprātīgo darbu atkritumu apsaimniekošanas jomā, piemēram, palīdzot veciem ļaudīm atbrīvoties no veciem atkritumiem un tos šķirot.

Fizika 8. - 9. klasei

Nav atbilstības

Ģeogrāfija 7. - 9. klasei

7. klase

7. 1. Kā izmanto Zemes attēlojumus – kartes un globusu?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Karte un globuss; Kartes mūsdienās

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kur ir mana vietējā kopiena?	1. aktivitāte. Īpašas vietas

Skolēnu darbība: skolēni meklē svarīgākās vietas savā apkaimē, izmantojot Google Earth

Komentāri: aktivitātes apraksta stils domāts sākumskolai, tādēļ skolotājam jāpārveido to, lai ir piemērots 7. klases skolēniem. To var saīstīt ar 2. aktivitāti: kur tajā rajonā atrodas nozīmīgākie cilvēki, kas citiem palīdz.

9. klase

9. 3. Kā demogrāfiskie un migrācijas procesi maina valsts iedzīvotāju skaitu un sastāvu Latvijā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Demogrāfiskie procesi Latvijā

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	5. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība: Skolēni padomā, kā viņi varētu izmantot savu unikālo raksturu, prasmes un iezīmes, lai sniegtu ieguldījumu savā kopienā.

Komentāri: Dienas grāmata ierakstā skolēni var aplūkot Latvijas demogrāfijas jautājumu un kāds varētu būt viņu ieguldījums šajā jomā un kādus tikumus viņi vēlētos attīstīt, lai sniegtu atbalstu savai kopienai šajā jautājumā.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Migrācijas procesi Latvijā

Atbilstības atslēgas vārds: migrācija, dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kopiena, daudzveidība un dažādība	Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa citādu uz prezentācijā redzamā slaida "Cilvēks nav sācis dzīvot, kamēr viņš nav spējis pacelties no savu rūpju šaurajām robežām līdz plašajām rūpēm par visu cilvēci." (Mārtins Luters Kings Juniors.)

Komentāri: Klasē var diskutēt par sabiedrības attieksmi migrantu uzņemšanas jautājumā Latvijā.

Kīmija 8. - 9. klasei

9. klase

9. 1. Kas ir ķīmija?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): pauž savu viedokli, kas varētu būt ķīmija, ko tā pēta un kāda ir tās nozīme, kā arī sadarbojoties pāros, formulē ķīmijas definīciju un uzdevumus.

Atbilstības atslēgas vārds: karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība – Kādu darbu es varētu strādāt?	2. aktivitāte. Darba profili

Skolēnu darbība: izveido profilu darbam, kas viņiem interesē, ietverot: nosaukumu, kas šajā darbā jādara, nepieciešamās kvalifikācijas, noderīgas intereses, vajadzīgās rakstura īpašības.

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte domāta 2. klases skolēniem, bet ir iespējams pielāgot 8. klases skolēnam. Ieteicams, piedāvāt konkrētas profesijas, kuras saistītas ar bioloģijas nozari un skolēni izvēlas sev tuvāko un aktuālāko. Šo aktivitāti var izmantot, lai definētu ķīmijas definīciju un uzdevumus. Kādas profesijas pārstāvji to realizē.

9. 4. Kā izmanto ūdeni?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): sadarbojoties grupā, apspriež un veido notekūdeņu attīstīšanas iekārtas modeli, izvērtē tā darbību pēc iepriekš izstrādātiem kritērijiem un spriež par modeļa darbības uzlabošana iespējām.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	1. nodarbība – Kas ir kopiena?	Uzsākšana: kas viņiem kopīgs?

Skolēnu darbība: diskutē un atbild uz jautājumiem - kas visos attēlos ir vienāds, kas tajos atšķirīgs, vai var izdomāt kopienas definīciju, izmantojot attēlus.

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte domāta 1. klases skolēniem, bet ir iespējams pielāgot 9. klases skolēnam. Šo aktivitāti var izmantot, lai aktualizētu, kuras pasaules kopienas ikdienā nonāk saskarsmē ar nekvalitatīvu dzeramo ūdeni un ir riska grupā, lai saslimtu ar dažādām slimībām, kuru cēlonis ir nekvalitatīva dzeramā ūdens lietošana ikdienā.

KULTŪRAS IZPRATNES UN PAŠIZPAUSMES MĀKSLĀ MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: uzzīmēt savu ģimeni

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Mana ģimene.	1. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Bērni zīmē savu ģimeni, norādot ģimenes locekļus un izvēloties tikumu, kas vislabāk atbilst katram ģimenes loceklim (piemēram, laipns, dāsns, drosmīgs).

Komentāri: Bērni var iekļaut arī mājdzīvniekus, paplašinātās ģimenes locekļus, bērniem svarīgus pieaugušos, kas par viņiem rūpējas.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos. Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: apgleznot akmeņus, izdomāt dažādus scenārijus

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Mana ģimene.	Nodarbības noslēgums. Akmeņu ģimenīte.

Skolēnu darbība: Katrs bērns salasa noteiktu skaitu vidēja izmēra akmentiņus, apglezno tos, vai uzraksta uz tiem vārdus.

Komentāri: Brīvajā laikā bērni var ar "akmeņu ģimenēm" spēlēties un izdomāt dažādus scenārijus.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: izspēlēt situācijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	3. nodarbība. Nepatīkamas jūtas.	1. aktivitāte. Iejūtības praktizēšana.

Skolēnu darbība: Bērni grupās izspēlē situācijas, kas var likt kādam justies bēdīgam, uztrauktam, dusmīgam (vai just citu negatīvu emociju).

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (2. materiāls).

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: apvilkt plaukstu kontūru

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	3. nodarbība. Nepatīkamas jūtas.	2. aktivitāte. Palīdzīgā roka.

Skolēnu darbība: Bērni uz papīra lapas var apvilkt savas plaukstu kontūru un tajā ierakstīt vai iezīmēt to, kas var palīdzēt viņiem reizēs, kad viņi jūt sarežģītas vai negatīvas emocijas.

Komentāri:

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: iztēloties un uzzīmēt tikumu supervaroni

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Varoņi	1. nodarbība. Tikumu supervaroņa veidošana.	2. aktivitāte. Situāciju izglābjot.

Skolēnu darbība: Bērni zīmē, kā supervaronis izmanto savu superspēju, lai kādam palīdzētu.

Komentāri: Skolotājs paskaidro bērniem, ka viņiem jāiztēlojas situācija, kurā nepieciešams viņu supervaroņa tikums (superspēja). Bērni var izvēlēties savam supervaronim vienu no šiem tikumiem: godīgums, dāsnums, pateicība, draudzīgums vai laipnība.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: uzzīmēt atšķirības plakātā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	3. nodarbība. Būt daudzveidīgā kopienā.	1. aktivitāte. Atšķirību novērtēšana.

Skolēnu darbība: Bērni var uzzīmēt klasi vai izveidot plakātu, parādot dažas no atšķirībām starp grupas biedriem.

Komentāri: Skolotājs ierosina sarunu par tēmu: "Būtu bezgala garlaicīgi, ja visi cilvēki būtu vienādi. Atšķirības ir tās, kas padara mūsu grupiņu par interesantu vietu, kur atrasties! Ir svarīgi cienīt un novērtēt šīs atšķirības starp cilvēkiem. Kā mēs to varam paveikt? Kādi tikumi mums var būt nepieciešami?"

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: izveidot plakātu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	1. nodarbība. Kurš var mums palīdzēt?	2. aktivitāte. Plakāti.

Skolēnu darbība: Bērni var izvēlēties vienu no cilvēkiem, kas palīdz citiem, un izveidot plakātu, atainojot: Kas ir šī cilvēka darbs? Kur viņš varētu strādāt? Kā viņš var palīdzēt? Kuri tikumi viņam nepieciešami?

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi. Dzeja

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Runā dzejoļus; maina balss skaļumu un runas tempu atbilstoši dzejoļa saturam.

Atbilstības atslēgas vārds: dzejolis

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	1. nodarbība. Kurš var mums palīdzēt?	Kopīgā noslēguma apspriede: kurš vēl mums skolā palīdz?

Skolēnu darbība: Bērni klausās dzejoļi, kuru lasa skolotājs un atbild uz jautājumu, kurš vēl var palīdzēt skolā vai apkārtnē sabiedrībā.

Komentāri: Bērni var paši lasīt dzejoļi un/vai iemācīties to no galvas.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: zīmējums vai plakāts par "labu draugu"

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	1. nodarbība. Laba drauga tikumi.	1. aktivitāte. Labs draugs ir. . .

Skolēnu darbība: Bērni iztēlojas kādu, kurš viņiem ir labs draugs, pievēršot uzmanību drauga tikumiem. Bērni zīmē zīmējumu vai izveido plakātu par "labu draugu".

Komentāri: Noslēgumā var rīkot bērnu darbu izstādi un kopīgi apskatīt visus darbiņus.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos. Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: zīmēt vai izspēlēt situācijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	1. nodarbība. Laba drauga tikumi.	2. aktivitāte. Kā tas izpaužas?

Skolēnu darbība: Bērniem var izvēlēties vienu no tikumiem un uzzīmēt zīmējumu, kurā redzams, kā cilvēks pielieto šo tikumu, piemēram, pasniedzot citam skolēnam bumbu, esot laipnam pret citu vai apsēžoties blakus kādam, kurš ir noskumis.

Komentāri: Zīmēšanas vietā var izmantot lomu spēles un izspēlēt šos tikumus.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: pielīmēt attēlus

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	1. aktivitāte. Ko ietver sabalansēts uzturs?

Skolēnu darbība: Bērni darbojas ar papīra šķīvi, kas sadalīts pēc sabalansēta uztura principiem. Bērniem jāizvēlas attēli un jāielīmē tie attiecīgajās vietās uz šķīvja.

Komentāri: Skolotājs ar bērnu kopīgi pārrunā un noskaidro, ko šis šķīvis māca par veselīgu uzturu.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: izspēlēt situācijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	4. nodarbība. Tikumi un emocijas.	1. aktivitāte. Prāta spēles.

Skolēnu darbība: Skolēni izspēlē piedāvāto situāciju.

Komentāri: Skolotājs rāda skolēniem PowerPoint prezentācijas situāciju aprakstus un lūdz aizdomāties, par ko varētu domāt un ko just cilvēks šajā situācijā?

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: lomu spēles

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	3. nodarbība. Strīdi ar draugiem.	2. aktivitāte. Lomu spēles.

Skolēnu darbība: Bērni izspēlē situācijas, piedāvājot situācijas risinājumu.

Komentāri: Skolotājs izdala bērniem grupās lomu spēļu kārtis, kurās aprakstītas dažādas situācijas. Mudina bērnus nosaukt, kādus tikumus viņi pielieto, lai atrisinātu konfliktus.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izspēlē pašu izdomātu vai literārā darba sižetu.

Atbilstības atslēgas vārds: lomu spēles

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	3. nodarbība. Vai draugi strīdas?	3. aktivitāte. Lomu spēles.

Skolēnu darbība: Bērni grupās iepazīstas ar situācijas aprakstu un izspēlē šo situāciju divas reizes — ar pozitīvu un ar negatīvu iznākumu.

Komentāri: Skolotājs atgādina dažus paņēmienus konfliktu risināšanai, sadala bērnus nelielās grupās un katrai grupai iedod situācijas aprakstu lomu spēlei. Mudina domāt par tikumiem, kas ir nepieciešami, lai panāktu pozitīvu iznākumu.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: papildināt zīmējumu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	3. aktivitāte. Brīdinājuma pazīmes.

Skolēnu darbība: Bērni papildina zīmējumu 2. uzdevumā ar brīdinājuma pazīmēm (tās var būt fiziskas pazīmes, piemēram, galvassāpes, kakla sāpes, nogurušas acis, vai sociālas pazīmes, piemēram, ja izlaid kopīgās ģimenes maltītes vai nepietiek laika mājasdarbiem).

Komentāri: Skolotājs uzdod skolēnam jautājumu: "Kādas pazīmes liecina, ka pavadi pie ekrāna pārāk daudz laika?" Bērni strādā ar darba lapām (1. materiāls, 2. uzdevums).

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: pateicības kartīte

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	3. nodarbība. Pateicības izteikšana.	2. aktivitāte. Pateicības kartītes.

Skolēnu darbība: Bērniem jāizveido pateicības kartītes, lai parādītu savu pateicību cilvēkiem, kuri mums palīdz.

Komentāri: Var veidot kopīgu pateicības karti, kurā katrs bērns uzraksta nelielu vēstījumu un uzzīmē zīmējumu, vai izveidot atsevišķu kartīšu kolekciju. Ja esat kādu uzaicinājuši uz interviju, veidojiet kartītes šim cilvēkam. Ja ne, veidojiet kartītes tuvākajai ugunsdzēsēju stacijai, policijas iecirknim, ģimenes ārstu praksei.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Dzied individuāli atbilstoši dziesmas tonalitātei un ritmam ar pavadījumu un bez tā.

Atbilstības atslēgas vārds: roku mazgāšanas dziesmiņa

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	1. nodarbība. Tīras rokas.	1. aktivitāte. Roku mazgāšana.

Skolēnu darbība: Bērni noskatās video un kopīgi dzied pareizai roku mazgāšanai veltīto dziesmiņu "Mistera Ziepiņa roku mazgāšanas dziesmiņa".

Komentāri: Mūzikas autors ir producents Kaspars Ansons, bet to iedziedājis mūziķis Intars Busulis (https://www.youtube.com/watch?v=T6iR7LG33tw&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrolescentrs).

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: veidot plakātu/video/prezentāciju

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	1. nodarbība. Tīras rokas.	2. aktivitāte. Dalīšanās ar zināšanām.

Skolēnu darbība: Bērni var izveidot plakātu/video/prezentāciju par roku mazgāšanu, ko varētu izmantot, lai parādītu roku mazgāšanas nozīmi arī citiem skolēniem.

Komentāri: Plakātos jāietver vārdi "laipns" vai "cieņa". Plakātu veidošanai var izmantot "Bērnistabas" sagatavotos krāsojamās darba lapas, kurās pa soļiem parādīta roku mazgāšana (<https://bernistaba.lsm.lv/zime/kraso/kategorijas/47>).

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi. Deja

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: pateicības kartiņa

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	2. aktivitāte. Pateicība skolas kopienai.

Skolēnu darbība: Bērni var uzrakstīt (vai arī izgatavot kartiņas veidā, uzzīmēt kā zīmējumu) īsu pateicību vienam skolas kopienas loceklim, kas parādījis kādu no nodarbībā minētajiem tikumiem.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: uzzīmēt savu ģimeni

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	2. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Katrs bērns zīmē savu ģimeni un atbild uz šiem jautājumiem: Kādi cilvēki ir tavā ģimenē? Kādi šie cilvēki ir? Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni? Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi? Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: uzzīmēt sevi pēc 20 gadiem

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	Kopīgā noslēguma apspriedē: sapņu darbs.

Skolēnu darbība: Katrs bērns zīmē sevi pēc 20 gadiem, darot savu sapņu darbu, un raksta īsu skaidrojumu, kas ir šis darbs, kāpēc viņš(-a) vēlētos to darīt un kādas prasmes/intereses/tikumus viņam(-ai) vajadzēs.

Komentāri: Bērni var sniegt īsu skaidrojumu arī mutiski.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Zīmē, glezno, veido, rada kolāžu, mērķtiecīgi variē un kombinē krāsas, līnijas, laukumus, tekstūras dažādos formātos un ritmos.

Atbilstības atslēgas vārds: attēlot notikumu vai situāciju

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana.	2. aktivitāte. Es jutos. . . , kad. . .

Skolēnu darbība: Bērni izvēlas vienu vārdu, kas apraksta jūtas, un zīmē zīmējumu, kurā tiek attēlots notikums vai situācija, kad viņi šādi jūtas.

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Dzied individuāli atbilstoši dziesmas tonalitātei un ritmam ar pavadījumu

un bez tā. Dejo vienkāršus deju soļus atbilstoši mūzikas ritmam un tempam.

Atbilstības atslēgas vārds: dziedāt un dejojot "If you're happy".

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana.	Integrētā satura apguvei.

Skolēnu darbība: Bērni kopīgi dzied un dejojot "If you're happy".

Komentāri: Šo dziesmu var izmantot ne tikai šīs nodarbības ietvaros, bet arī rīta cēlienā vai brīvbrīžos.

Dziesma pieejama - [https://www.](https://www.youtube.com/watch?v=l4WNrvVjiTw&ab_channel=SuperSimpleSongs-KidsSongs)

[youtube.com/watch?v=l4WNrvVjiTw&ab_channel=SuperSimpleSongs-KidsSongs](https://www.youtube.com/watch?v=l4WNrvVjiTw&ab_channel=SuperSimpleSongs-KidsSongs)

Satura vienība: Mākslas veidi un to izteiksmes līdzekļi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Dejo vienkāršus deju soļus atbilstoši mūzikas ritmam un tempam.

Atbilstības atslēgas vārds: pacilājošas dziesmas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	2. nodarbība. Pārmaiņas ģimenē.	Noslēgumā.

Skolēnu darbība: Bērni var kopīgi padejot pie kādas noskaņojumu pacilājošas dziesmas vai uzspēlēt kādu rotaļu, kas bērnus uzmundrina, iepriecina.

Satura vienība: Radošā darbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Vēro, klausās un iztēlojas; rada un īsteno ideju daudzveidīgā mākslinieciskā darbībā.

Atbilstības atslēgas vārds: mācīties, spēlējot spēli

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	3. nodarbība. Strīdi ar draugiem.	Idejai!

Skolēnu darbība: Bērni mācās komunicēt un risināt konfliktus, spēlējot spēli "Mācīties, draudzēties, spēlēties".

Komentāri: Lielisks palīgs šo un līdzīgu jautājumu apskatīšanā varētu būt www.uzvediba.lv piedāvātie materiāli un izstrādātā spēle "Mācīties, draudzēties, spēlēties", kuras mērķauditorija ir pirmsskolas un sākumskolas bērni. Spēles uzdevums ir radošā un vienkāršā veidā mācīt bērniem svarīgākās saskarsmes un konfliktu risināšanas prasmes. Papildus informāciju un pieeju resursu failiem var iegūt - <http://www.uzvediba.lv/metodologija/macities-draudzeties-speleties/>

Satura vienība: Radošā darbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Vēro, klausās un iztēlojas; rada un īsteno ideju daudzveidīgā mākslinieciskā darbībā.

Atbilstības atslēgas vārds: iztēloties

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	Uzsākšana: kas ir ģimene?

Skolēnu darbība: Bērni iztēlojas un radoši sniedz atbildes uz jautājumiem: Kā izskatās ģimene? Kā smaržo ģimene? Kā skan ģimene? Kāda ir ģimenes sajūta?

Komentāri: Raisiet bērnos radošumu un iztēli! Rosiniet bērnus, sniedzot atbildes uz jautājumiem, pielietojot ne tikai vārdus, bet arī mīmiku, žestus, kustības, skaņas u. c. !

Satura vienība: Emociju un viedokļu paušana kultūras pieredzē

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Iepazīst latviešu un citu tautu tradicionālās dziesmas un dejas.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	1. nodarbība. Kopienas, pie kurām mēs piederam.	Kopīgā noslēguma apspriede: refleksija.

Skolēnu darbība: Bērni klausās dažādu tautu mūziku un mēģina dejot pie tās.

Komentāri: Var ar bērniem pārrunāt, kādu tautu mūziku tā ir, kādas atšķirības var sajūt, saklausīt:

Latviešu - https://www.youtube.com/watch?v=JHZkr7LKWxc&ab_channel=Br%C4%ABnumskapis-Topic

Afrikāņu - https://www.youtube.com/watch?v=bluehC5Vga4&ab_channel=MarioFajardo

Literatūra 4. -9. klasei

4. klase

4.1. Mājas (mājas un ģimenes vērtības)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Skolēns pēta un pauž savu identitāti, izprot atšķirīgus uzskatus par vērtībām.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība Kas ir ģimene	2. aktivitāte Dažādas ģimenes

Skolēnu darbība: Pārmaiņu rezultātā ģimenes var būt dažādas un atšķirties cita no citas.

- Kādus dažādus ģimeņu sastāvus tu vari nosaukt?
- Kas tajās vienāds? Kas tajās atšķirīgs?
- Kā mēs varam izrādīt citu cilvēku ģimenēm cieņu, pat ja tās atšķiras no mūsējās?

Aiciniet skolēnus pārrunāt jautājumus un dalīties ar savām atbildēm grupā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	2. nodarbība Lomas ģimenē	1. aktivitāte. Par ko tu esi pateicīgs?

Skolēnu darbība: Skolēniem jāuzraksta 3 lietas, par ko viņi ir pateicīgi savām ģimenēm. Aiciniet viņus izdomāt, kas viņu ģimenē ir unikāls, un pārrunāt savas idejas pāros ar klases biedru!

4. 3. Spēle (attiecības un ētiskās vērtības?)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu klausīties un lasīt literārās pasakas, lai pilnveidotu savu emocionālo pasauli un izpratni par sev būtiskām vērtībām. (Tikumi – atbildība, drosmē; vērtība – brīvība)

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. Nodarbība Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: Darba lapā skolēni vai nu sakārto jau dotos tikumus pēc to nozīmīguma, vai arī paši veido tikumu sarakstu un tad tos sakārto pēc svarīguma

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	2. nodarbība Nevēlama uzvedība tiešsaistē	1. aktivitāte. Godīgums tiešsaistē

Skolēnu darbība: Skolēni mēģina atšķirt patiesību no meliem

Komentāri: Izmantojams 3. un 4. slaidis no nodarbības prezentācijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	3. nodarbība Veselīga draudzība tiešsaistē	2. aktivitāte. Morālā dilemma

- Skolēnu darbība: Skolēni iepazīstas ar piedāvātām situācijām un analizē: kādi tikumi šeit iesaistīti? Kāda būtu saprātīga rīcība? Vai šajā situācijā ir iespējama vairāk nekā viena saprātīga rīcība?

Atbilstības atslēgas vārds: konfliktu risināšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība Situācijas, kurās abas puses ir ieguvējas	Ierosme. Konfliktu risināšanas pieredzi

Skolēnu darbība: noskatās atbalstslu.lv video par Konfliktu risināšanas pieredzi:

https://www.youtube.com/watch?v=4R5D25D3AFI&ab_channel=atbalstslulv (ilgums – 4:48), tad pārrunā : Kāpēc veidojās konflikti? Kādi šķēršļi attur no konflikta risināšanas? Kādus tikumus Kasparam un Elīnai būtu jāattīsta, lai labāk risinātu konfliktus? Kādi citi šķēršļi varētu traucēt konflikta risināšanu?

Atbilstības atslēgas vārds: veselīgās attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība Kādas īpašības piemīt labam draugam?	Ierosme. Kādas īpašības piemīt labam draugam?

Skolēnu darbība: noklausās Prāta Vētras dziesmu "Mans draugs"

<https://www.youtube.com/watch?v=tNGdVySUioQ>

Pēc dziesmas skolēni atbild uz šādiem jautājumiem:

- Kas saskaņā ar šo dziesmu ir jādara labam draugam?
- Kādi draudzības aspekti aprakstīti dziesmas tekstā?
- Kā šīs darbības vari īstenot savā dzīvē?

Komentāri: Jāpārlicinās par interneta pieejamību

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība Veidojot draudzību	1. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbības: Skolēni aplūko sniegto situāciju un pāros ar blakussēdētāju izveido lomu spēli, parādot, kā šādos apstākļos vajadzētu un kā nevajadzētu reaģēt. Lomu spēlēs galvenā uzmanība jāvelti pozitīvo tikumu aktivizēšanai. Skolēniem, kas vēro lomu spēli, jānosaka, kuri tikumi tiek pausti un kā tie veicina pozitīvu situācijas iznākumu.

Situācijas:

- Draugs sāk tevi aiz muguras aprunāt.
- Draugs sāk tevi ķircināt par tavu izskatu.
- Draugs sāk kritizēt tavu uzvedību un sūdzas par to, ko tu dari.
- Draugs sāk pavadīt daudz laika ar citu cilvēku grupu

4. 7. Draugi (Kā radīt sev nozīmīgas lietas stāstu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu klausīties un lasīt literārās pasakas, lai pilnveidotu savu emocionālo pasauli un izpratni par sev būtiskām vērtībām. (Tikumi – atbildība, drosme; vērtība – brīvība)

Atbilstības atslēgas vārds: Draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte Šķirošana

Skolēnu darbība:

- Kādas īpašības piemīt labam draugam?
- Kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi?
- Vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem?
- Kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem?

Komentāri: Sarunas pamatā pirmais materiāls, kolēģi piedāvā aktivitāti "Draudzības recepte", kurā skolēni, izmantojot padlet sienu, raksta savas draudzības receptes; ideja –

[https://www.youtube.com/watch?v=H7w7yXk\]Tu0&t=34s](https://www.youtube.com/watch?v=H7w7yXk]Tu0&t=34s)."

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība: Veidojot draudzību	3. aktivitāte. Draudzības klīnika

Skolēnu darbība: Šī aktivitāte ir paredzēta, lai palīdzētu skolēniem pārdomāt, kā viņi izturas pret draugiem. Skolēni kopā ar skolotāju izveido "draudzības klīniku" vai "socializēšanās pieturu", kur vecākie skolēni var palīdzēt jaunākajiem skolēniem pielāgoties jaunajai skolai un atrisināt jautājumus attiecībā uz draudzību. Tālāk norādītie jautājumi paredzēti, lai palīdzētu pārdomāt draudzības praktiskās puses un dalītos savās zināšanās un pieredzē ar citiem:

- Kādas zināšanas un prasmes vecākajiem skolēniem būtu vajadzīga, lai palīdzētu jaunākajiem?
- Kā tas varētu strādāt?
- Kas būtu nepieciešams no loģistikas viedokļa?
- Kādas problēmas tu vari paredzēt?
- Kādus risinājumus tu varētu piedāvāt jaunākajiem skolēniem?

4. 8. Skola (skolas ikdiena)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ideju, emociju un viedokļa paušanā nepieciešama drosmē, neatlaidība un gatavība izmēģināt dažādas pieejas.

Atbilstības atslēgas vārds: skolas kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība Kopiena un darbs kopienas labā	Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Kopā ar skolēniem pārrunā, kādos veidos viņi varētu paust galvenos tikumus – pateicību, draudzīgumu, cieņu, izpalīdzību, pārliecinātību, komandas darbu –, lai veicinātu pozitīvas kopienas veidošanos? Aicina skolēnus izvēlēties divus tikumus un izstāstīt šos piemērus klasei, pārrunāt tos.

Komentāri: izmantojams nodarbības 8. slaidis

4. 9. Pasaule (piederības izjūtu dzimtajai vietai)

Plānotas sasniedzamais rezultāts: Attīsta ieradumu lasīt noteiktam mērķim, mācību uzdevumam atbilstošus daiļliteratūras darbus. (Tikumi – gudrība, centība; vērtības – Latvijas valsts, brīvība)

Atbilstības atslēgas vārds: piederība, kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	5. aktivitāte Cilvēki-morālās autoritātes

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa stāstu par latviešu disidentiem un brīvības cīnītājiem Gunāru Astru un Lidiju Doroņinu un pārrunā, kādas rakstura īpašības un kādi tikumi palīdzēja viņiem izdzīvot ieslodzījumu laikā, saglabāt savu pārliecību, paust to citiem un iedvesmot latviešus cīņā par savas valsts neatkarības atgūšanu

Komentāri: nodarbībā ieejamas saites uz dokumentālajām filmām, 2. materiāls darbam ar stāstiem

5. klase

5. 1. Laiks (skolas pieredze)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ideju, emociju un viedokļa paušanā nepieciešama drosme, neatlaidība un gatavība izmēģināt dažādas pieejas

Atbilstības atslēgas vārds: skolas kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība Kopiena un darbs kopienas labā	5. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība: padomā, kā viņi varētu izmantot savu unikālo raksturu, prasmes un iezīmes, lai sniegtu ieguldījumu savā kopienā? Skolēni izmanto materiāla "Kopiena un darbs kopienas labā" uzdevumu "Kas es esmu?", lai pārskatītu savus talantus un rakstura iezīmes, un izveido dienasgrāmatas ierakstu, kas parāda:

- kāds ir tavs ieguldījums dažādās kopienās, pie kurām tu patlaban pieder;
- praktiskus veidus, kā tu varētu strādāt savu kopienu labā;
- tikumus, kurus tu vēlētos attīstīt, lai sniegtu atbalstu savai kopienai.

5. 3. Draugi (draudzības nozīme)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu ar skolotāja palīdzību prognozēt rīcības iemeslus un sekas. (Tikumi – taisnīgums, tolerance, savaldība; vērtība – cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: Draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte. Šķirošana

Skolēnu darbība: . Pārrunā šādus jautājumus:

- Kādas īpašības piemīt labam draugam?
- Kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi?
- Vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem?
- Kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem?

Komentārs: Sarunas pamatā pirmais materiāls, kolēģi piedāvā aktivitāti "Draudzības recepte", kurā skolēni, izmantojot padlet sienu, raksta savas draudzības receptes; ideja –

<https://www.youtube.com/watch?v=H7w7yXkITu0&t=34s> ."

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība Veidojot draudzību	2. aktivitāte. Domu karte

Skolēnu darbība: padomā un atbild uz šādiem jautājumiem:

- Ko tu viņam varētu ieteikt attiecībā uz jaunu draugu iegūšanu?
- Izveido no ieteikumiem domu karti!

5. 4. Mājas (pieredze par vērtībām)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu apzināti pilnveidot savu emocionālo pasauli, lasot un interpretējot literārus darbus. (Tikumi – godīgums, līdzietība, savaldība, drosme, mērenība; vērtības – kultūra, cilvēka cieņa, ģimene, laulība)

Atbilstības atslēgas vārds: Ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. Nodarbība Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: iztēloties savu ģimeni un padomāt par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

5. 5. Tradīcijas (ģimenes attiecības un vērtības)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pēta un analizē tradicionālās kultūras mantojumu, apzinās savu unikālo piederību noteiktai kultūrai un piedalās tās izpausmēs

Atbilstības atslēgas vārds: Ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	2. nodarbība Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Lai ģimene veidotu vienu veselumu, katram tajā ir kāda loma. Apspriediet šos jautājumus ar skolēniem:

- Kādas atšķirīgas lomas vai darbi ir tavā ģimenē?
- Kāda, tavuprāt, ir tava loma?
- Ko tu dari, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas?

Aiciniet skolēnus pierakstīt dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē!

5. 6. Pasaule (citu cilvēku identitāte un vērtības)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Salīdzina un analizē savas un citu tautu tradicionālo kultūru, apzinās un novērtē tās nozīmību mūsdienās

Atbilstības atslēgas vārds: kopienas dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolēni 1. materiāla 1. lpp. pieraksta dažādus cilvēku tipus, kas veido viņu kopienas. Skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus, nepieciešamības gadījumā skolēnu atbildes komentē un papildina:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari izmantot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?
- Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt savu raksturu?

5. 7. Fantāzija (spoku stāstus un pasakas)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu pilnveidot izpratni par sev un citiem būtiskām dzīves un mākslas vērtībām. (Tikumi – atbildība, drošība, mērenība; vērtības – kultūra, cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: bailes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	1. nodarbība. Sastopoties ar pārbaudījumiem	4. aktivitāte. Noslēguma refleksija. Vai manām bailēm tiešām ir nozīme?

Skolēnu darbība: Izmantojiet refleksijas materiālu lapu (1. materiāls), lai uzzinātu, kāda ir bailu nozīme, pārvarot dažādus pārbaudījumus! Materiāla «Stājoties pretī savām bailēm» tukšās sadaļas aizpildi ar saviem piemēriem un padomiem! Tas jādara katram skolēnam individuāli, lai veicinātu pašrefleksiju.

Komentāri: Uzdevums piemērots arī 5. klasei

6. klase

6. 3. Darbs (attieksme pret darbu un darba tikumu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu ar skolotāja atbalstu iesaistīties diskusijā par kādu problēmu mūsdienu sabiedrībā. (Tikumi – gudrība, atbildība; vērtība – kultūra)

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība Kāpēc jāveic brīvprātīgais darbs?	3. aktivitāte. Tava kopiena

Skolēnu darbība: diskusija "Kā brīvprātīgie var padarīt savu kopienu labāku?"

Komentāri: 6.-9. slaidis ar jautājumiem un saitēm uz likumiem un citu informāciju.

Atbilstības atslēgas vārds: darbs kopienas labā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība Kopiena un darbs kopienas labā	1. aktivitāte. Kas es esmu?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēniem darba lapā ar virsraksta “Kas es esmu?” uzrakstīt, kas viņi ir, un uzrakstīt vai uzzīmēt savu iezīmju kombināciju, kas veido viņus tādus, kādi viņi ir. Pēc tam skolēni uzrakstīto vai uzzīmēto pārrunā ar blakussēdētāju. Skolotājs aicina skolēnus papildināt klases biedra profilu.

Komentāri: 1. aktivitātei nepieciešams 1. materiāls ar deviņu rombu uzdevumu “Kopiena un darbs kopienas labā”, katram skolēnam nepieciešams savs eksemplārs, izdalot darba lapas skolēniem, aicina uz tās uzrakstīt vārdu un uzvārdu.

6. 5. Mājas (māju vides attēlojums)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu klausīties un lasīt pasaku lugu, lai pilnveidotu savu emocionālo pasauli un izpratni par sev būtiskām vērtībām. (Tikumi – savaldība, laipnība, tolerance; vērtība – cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena - ģimene

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene	Ierosme. Viedi vārdi Ierosme.

Skolēnu darbība: Saruna par citātu: “Ģimene ir glābšanas veste vētrainajā dzīves jūrā.” – Dž. K. Roulinga.

Ko Dž. K. Roulinga ar to domāja?

- Vai vari izdomāt praktiskus piemērus, kad tava ģimene palīdzējusi pārvarēt sarežģītas situācijas?

6. 8. Draugi (nostiprinot draudzību)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Skaidro izpratni par smieklu un humora nozīmi cilvēka dzīvē, meklē idejas apkārtējā vidē un iztēlē, iedvesmojas no lasītajiem literārajiem darbiem, attīstot radošumu.

Atbilstības atslēgas vārds: Draudzība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība. Kādas īpašības piemīt labam draugam	1. aktivitāte. Šķirošana

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus padomāt par draugiem, kas šobrīd ir viņu dzīvē, un draudzībām, kas viņiem bijušas agrāk. Pārrunā šādus jautājumus:

- Kādas īpašības piemīt labam draugam?
- Kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi?
- Vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem?
- Kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem?

Skolēni pāros aplūko, kādas īpašības ir uzskaitītas kartītēs izdalītajā materiālā “Kādas ir laba draugs īpašības?” un sagrupē tās pēc nozīmes. Padomā, kāpēc negatīvās iezīmes sarežģa draudzību? Pievieno sarakstam citas draudzības pozitīvās īpašības, ko var iedomāties.

Komentāri: Aktivitātei nepieciešams materiāls “Kādas īpašības piemīt labam draugam” (1. materiāls). Skolēni 1. aktivitāti veiks pāros, tāpēc pārim nepieciešams viens materiāla eksemplārs.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību	Ierosme. Kas ir vissvarīgākais?

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa apgalvojumus par draudzību, pārrunā tos un izdomā, kurš no tiem ir vissvarīgākais.

- Darīt kaut ko kopā
- Nekritizēt vienam otru
- Atbalstīt vienam otru grūtībās
- Kopā labi pavadīt laiku
- Uzticēt otram savus noslēpumus

Pievieno sarakstam savus apgalvojumus. Skolotājs skolēnu idejas piefiksē uz tāfeles.

Izlasiet citātu: "Labs draugs zina visus tavus interesantākos stāstus, labākais draugs ir izdzīvojis tos kopā ar tevi."

Diskusija: Vai piekrīti šim citātam? Ko autors mēģinājis ar to pateikt?

6. 9. Draugi (jauniešu attiecību veidošanās)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Strādā ar literāru darbu, izvirza stāstā aktualizētu problēmu, pamato ar piemēriem no teksta un pieredzes. Spriež par tēlu attiecībām un ar tiem saistītām problēmām, cēloņsakarībām, salīdzina tēlu un savas vērtības un intereses.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. Nodarbība Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: piedāvāta darba lapa, kas izmantojama dažādi, lai domātu un spriestu par to, kas nepieciešams draudzībai.

Atbilstības atslēgas vārds: veselīgās attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība Emocionālā veselība	3. aktivitāte. Izturēt dzīves uzliktos pārbaudījumus

Skolēnu darbība: Diskutē par dažādiem pārbaudījumiem

Komentāri: Ir piedāvāti diskusijas jautājumi un informatīvi slaidi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība Kas veido veselīgas attiecības?	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolēni pārrunā pāros savas idejas, atbildot uz jautājumu: "Kādus vārdus tu izmantotu, lai aprakstītu pozitīvu, laimīgu attiecību iezīmes?". Tālāk jāizmanto līmlapīņas, lai klases priekšā izveidotu "grafiti sienu".

Skolotājs lūdz skolēniem pierakstīt īsu kopsavilkumu ar visbiežāk izmantotajiem vārdiem, piemēram, atklātība, uzticība, cieņa, mīlestība un sapratne. Lai saprastu, kādas ir neveselīgu attiecību pazīmes, ir

svarīgi, lai skolēniem būtu skaidra izpratne par to, kādas ir pozitīvas, veselīgas attiecības un ko cilvēkam ir tiesības no attiecībām sagaidīt.

7. klase

7. 1. Mājas (ģimenes nozīme personības veidošanā)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Analizē sabiedrībā aktuālu procesu izpausmes stāstā (romānā), komentē personiski nozīmīgo

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: skolēni iztēloties savu ģimeni un padomā par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	2. nodarbība Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Lai ģimene veidotu vienu veselumu, katram tajā ir kāda loma. Apspriediet šos jautājumus ar skolēniem:

- Kādas atšķirīgas lomas vai darbi ir tavā ģimenē?
- Kāda, tavuprāt, ir tava loma?
- Ko tu dari, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas?

Aiciniet skolēnus pierakstīt dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē!

7. 3. Tradīcijas (latviešu tautas tradīcijas)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Apzinās tradīciju nozīmi tautas identitātes izpratnē, tradīciju saglabāšanas nepieciešamību

Atbilstības atslēgas vārds: Kopiena (valsts)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība Kopiena un darbs kopienas labā	2. aktivitāte. Kas ir kopiena?

Skolēnu darbība: padomā un apsver, kas veido kopieni, piedāvājot šādus uzvedinošos jautājumus:

- Kas ir kopiena?
- Pie kādām kopienām tu pieder?
- Ko nozīmē būt šajās kopienās?
- Kā kopiena funkcionē praktiskā veidā?

Skolēnu kopīgās idejas fiksē uz tāfeles. Pēc tam kopīgi ar skolēniem izstrādā kopienas definīciju

7. 6. Draugi (atrast virtuālus draugus)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu apzināti pilnveidot savu emocionālo pasauli, lasot un interpretējot literāru darbu. (Tikums – tolerance; vērtība – cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: Darba lapa "Drauga tikumi dzīvē" un diskusija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	2. nodarbība Nevēlama uzvedība tiešsaistē	1. aktivitāte. Godīgums tiešsaistē

Skolēnu darbība: Izspēlē "Divas patiesības un meli" (Bērns, kurš vēlas, pasaka trīs apgalvojumus, no kuriem divi ir patiesi, bet trešais – nepatiess. Pārējiem ir jāuzmin, kurš no apgalvojumiem ir meli)! To var darīt grupās vai visa klase kopā.

Diskusija

- Vai bija viegli noteikt, kurš apgalvojums ir meli?
- Vai bija kādas norādes?
- Kādas pazīmes tu meklēji?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	3. nodarbība Veselīga draudzība tiešsaistē	1. aktivitāte. Sāras stāsts

Skolēnu darbība: Kopā izlasiet Sāras stāstu! **Diskusija**

- Vai šis ir drošas attiecības? Kāpēc?
- Kādas kļūdas pieļāva Sāra?
- Kāpēc, tavuprāt, viņa pieļāva šīs kļūdas?
- Kā viņai būtu jārikojas tagad un nākamreiz, kad veidos draudzību tiešsaistē?

Komentāri: Darba lapa "Īsta draudzība tiešsaistē" 1. materiāls

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes reputācija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	2. nodarbība Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	2. aktivitāte. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kā varētu proaktīvi izmantot sociālos tīklus un citas tiešsaistes tehnoloģijas, lai sasniegtu savus mērķus?"

Skolotājs aicina veikt ierakstu dienasgrāmatā, norādot 3 mērķus šim mācību gadam. Tie var būt saistīti ar mācību procesu vai nākotnes karjeru.

- Kā sociālie tīkli var tev palīdzēt sasniegt mērķus?
- Kā tu varētu izveidot pozitīvu reputāciju?
- Kādi ieraksti un kuri sociālie tīkli varētu tev palīdzēt?
- Kādi tikumi tev jāizmanto, lai sasniegtu savus mērķus?
- Kā tehnoloģijas var palīdzēt tos sasniegt?

Atbilstības atslēgas vārds: veselīgās attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kas tev ir svarīgi attiecībās?" Lūdziet skolēniem izlasīt variantus prezentācijā un novērtēt tos skalā no "pilnīgi nepiekrītu" līdz "pilnīgi piekrītu". Skolēniem jāpilda šis uzdevums klusumā, veidojot personīgo refleksiju.

1. Pavadīt laiku kopā
2. Pazīt vienam otra ģimeni un draugus
3. Daudz kopīga
4. Būt atklātam un godīgam
5. Jautrība
6. Nekad nestrīdēties

8. klase

8. 4. Mājas (nākotnes ieceres)

Paredzētais sasniedzamais rezultāts: Attīsta ieradumu pilnveidot izpratni par sev un citiem būtiskām dzīves un mākslas vērtībām, lasot daudzveidīgus literārus darbus un folkloras tekstus. (Tikumi – tolerance, līdzietība; vērtība – cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: tava nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne	1. Nodarbība Laba dzīve	2. aktivitāte. Labas dzīves pazīmes

Skolēnu darbība: Skolēni uzraksta uz 3 lapām "ļoti svarīgi", "diezgan svarīgi", "nav svarīgi" un secīgi piestiprina tās klases priekšā. Aiciniet skolēnus nostāties pie tās lapas, kura, viņuprāt, atspoguļo tālāk minēto aspektu nozīmi labas dzīves veidošanā!

- Liela alga
- Ilgstošas attiecības ar vīru/sievu
- Daudz draugu
- Būt ietekmīgam
- Būt radošam

Mudini skolēnus aizstāvēt savu viedokli un uzklaut pretējus viedokļus un prasīt to pamatojumus! Ko skolēni uzskata par svarīgām labas dzīves sastāvdaļām?

8. 7. Laiks (diskusijā par nākotnes skolu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Analizē un diskutē par mākslas darbā ietvertajām individuālajām un sabiedrībai kopumā svarīgām pamatvērtībām, attīsta prasmi salīdzināt savu pieredzi ar cita laikmeta norisēm skolā

Atbilstības atslēgas vārds: Tava nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne	2. nodarbība Kas tevi sagaida dzīvē?	2. aktivitāte. Prom nākotnē

Skolēnu darbība: Skolēni veido savas nākotnes karti

Komentāri: darbam izmantojams 1. materiāls

9. klase

9. 3. Pasaule (Nacionālās vērtības)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Vērtē mākslas darba (eposa), tā autora ietekmi un atbildību sabiedrības uzskatu veidošanā. Analizē Andreja Pumpura eposa Lāčplēsis popularitāti aktuālajā laikā

Atbilstības atslēgas vārds: demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Demokrātija	Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Ierosme. Piedalīšanās

Skolēnu darbība: Saruna par demokrātiju. Demokrātija var pastāvēt tikai tad, ja tajā iesaistās iedzīvotāji. Kādos veidos cilvēki var piedalīties demokrātijas veidošanā? Pierakstiet idejas uz tāfeles! Kurās no šīm aktivitātēm var iesaistīties bērni un jaunieši? Jūs varat parādīt bērniem attēlus ar cilvēkiem, kas iesaistījušies dažādās aktivitātēs, piemēram, balsošanā, protestos, peticiju parakstīšanā, kampaņu veidošanā un vēstuļu rakstīšanā valdībai.

Komentāri: Saruna piemērota arī 9. klasei.

9. 1. Fantāzija (lasītāja pieredze)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Patstāvīgi izvēlas un lasa mācīšanās mērķim atbilstošus darbus, paplašinot savu ētisko un estētisko pieredzi. Mācās atšķirt un izvēlēties augstvērtīgus mākslas darbus

Atbilstības atslēgas vārds: Pārvarēt sāras

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība Pārvarēt sāras	1. aktivitāte. Reaģēt saskarsmē ar citiem

Skolēnu darbība: Skolotājs veido diskusiju "Kā tu varētu reaģēt, satiekoties ar draugu vai kādu cilvēku, kurš pārdzīvo smagu zaudējumu vai izjūt sāras par kāda pazušāno no viņa dzīves?" Pārrunā savas idejas pārī ar klasesbiedru, un pēc tam dalīties ar tām grupā!

Izveidojiet lomu spēli un izspēlējiet situāciju starp diviem draugiem, no kuriem viens piedzīvojis zaudējumu, parādot reakcijas, kas varētu būt pieņemamas šādā situācijā!

- Kādus tikumus tu varētu paust, reaģējot uz kāda cilvēka sērām?
- Kāpēc šie tikumi ir tik būtiski situācijās, kad cilvēks piedzīvo sāras un sāpes?

Mūzika 1. -9. klasei

1. klase

1. 4. Dabas ainavas mūzikā (parādīt kustībās savas emocijas)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): ar kustībām iespējams izteikt savu noskaņojumus – prieku, skumjas, maigumu un dusmas.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas un kustības

rīku kaste 1. -3. klase - tikumi un emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Jūtas	Dažādu jūtu nosaukšana	Uzsākšana: vārdi, kas apraksta jūtas

Skolēnu darbība: Izmantojot savu sejas mīmiku, demonstrējiet bērniem dažādas sejas izteiksmes (priecīgs, dūsmīgs, u. c.). Uzdodiet jautājumu - kā es šobrīd jūtos? Ļaujiet izteikt minējumus

Komentāri: Var arī izmantot 1. aktivitāti - Jūtu nosaukšana, ar attēliem

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3.	Rīku kaste	Tikumi un emocijas	Uzsākšana: emociju nosaukšana

Skolēnu darbība: Apspriediet ar skolēniem šādus jautājumus: Cik daudz dažādu emociju tu vari nosaukt? Vai vari uzzīmēt emocijzīmi dažām no nosauktajām emocijām? Vai vari sagrupēt nosauktās emocijas? Kāpēc tu izvēlēties šādas grupas? Kāpēc, tavuprāt, būtu jāprot nosaukt emocijas, ko mēs jūtam?

Komentāri: Jūs varat izmantot uzvedinošus fotoattēlus un lūgt skolēniem nosaukt attēlā redzamo emociju. Jūs varat piedāvāt citus materiālus emociju atpazīšanai, piemēram, emocionālās inteliģences testu "Ķermeņa valodas tests" <https://spoki.lv/testi/Kermena-valodas-tests-Parbaudi-savu/844888> (ļoti labs), vai šo testu (angļu valodā) https://greatergood.berkeley.edu/quizzes/ei_quiz.

2. klase

2. 2. Manas Latvijas ainavas (Jūtas dziesmās un skaņdarbos, kas veltīti Latvijai)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Latvijai veltītās dziesmās un instrumentālos skaņdarbos var saklausīt un izjust komponista pausto attieksmi pret dzimteni – prieku, lepnumu, mīlestību.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3.	Rīku kaste	Tikumi un emocijas	Uzsākšana: emociju nosaukšana

Skolēnu darbība: Skolēni nosauc attēlā redzamo emociju

Komentāri: Attēlu vietā var izvēlēties attiecīgos skaņdarbus un lūgt skolēniem nosaukt emocijas, ko tie izraisa viņos.

3. klase

3. 2. Latvijas dabas ainava mūzikā (Jūtas dziesmās un skaņdarbos, kas veltīti Latvijai)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu būt par atbildīgu sabiedrības dalībnieku, cieņpilni izturēties pret ģimeni, tautu un valsti, ar cieņu izturēties pret valsts himnu, tās atskaņošanas laikā ievērot noteikumus.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena un tikumi

rīku kaste 1. -3. klase - tikumi un emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.	Kopienas	1. nodarbība - Kas ir kopiena?	2. aktivitāte. Būt par kopienas locekli

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izvēlēties trīs būtiskākos tikumus, kas, viņuprāt, nepieciešami, un uzrakstīt īsu skaidrojumu, kāpēc.

Komentāri: Var izcelt tikumus, kas attiecas uz savu ģimeni, tautu un valsti.

4. klase

4. 4. Ziemassvētki (padarīt tos par gaišiem svētkiem sev un citiem)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Ar muzikālo līdzdalību koncertos padara Ziemassvētkus par gaišiem un īpašiem svētkiem sev un citiem.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimenes tradīcijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Ģimene	2. nodarbība. Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Skolēni apspriež kāda ir sava loma ģimenē un ko var darīt, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas. Pieraksta dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē

Komentāri: Skolēni var ierosināt ģimenei kopīgi apmeklēt Ziemassvētku koncertu un organizēt ģimenes dalību koncertā.

4. 9. Mūzika. Mīlestība. Ģimene (radīt muzikālus svētkus ģimenei)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts – Uztājas Mātes dienas vai pavasara koncertā, rādot gada laikā apgūto

Atbilstības atslēgas vārds: Ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Ģimene	2. nodarbība. Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Skolēni apspriež kāda ir sava loma ģimenē un ko var darīt, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas. Pieraksta dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē

Komentāri: Skolēni var radīt muzikālus svētkus ģimenei vai uzstāties Mātes dienas vai pavasara koncertā, lai iepriecinātu ģimeni.

5. klase

5. 3. Latvija – mājas – draugi (valsts svētku svinēšanā)"

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Priekšnesumu un koncertu, svētku pasākumu piedzīvošana gan kā klausītājam, gan kā dalībniekam klasē, skolā vai ārpus tās.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena (Valsts)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Ģimene	2. nodarbība. Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Skolēni apspriež kāda ir sava loma ģimenē un ko var darīt, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas. Pieraksta dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē

Komentāri: Skolēni var radīt muzikālus svētkus ģimenei vai uzstāties Mātes dienas vai pavasara koncertā, lai iepriecinātu ģimeni.

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ieradumi - Diskusijās pauž cieņpilnu attieksmi pret tautas tradīcijām, ir tolerants pret citu tautu tradīcijām un mūzikas kultūru

Atbilstības atslēgas vārds: Demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Kopīgā noslēguma saruna

Skolēnu darbība: Skolēni diskutē, kādus tikumus var praktizēt, iesaistoties demokrātijas veidošanā

Komentāri: Diskusiju var virzīt uz jautājumu – kā praktiski saglabāt Latvijas tautas tradīcijas un būt atvērtam pret citu tautu tradīcijām.

5. 5 Kora mūzika pasaulē un Latvijā (kora dziedāšanas pieredze)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Piedalās klases – kora priekšnesumā un dzied dziesmas

Atbilstības atslēgas vārds: kopienas, kurām es piederu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	3. aktivitāte. Pie kurām kopienām es piederu?

Skolēnu darbība: Skolēni veido tīkla diagrammu, iezīmējot visas kopienas, pie kurām viņi pieder [..] Skolēni izvēlas vienu kopienas un izstāsta klasei, kādēļ viņiem patīk būt šajā kopienā.

Komentāri: Ja skolēni dzied korī, viņi var izstāstīt klasē par savu pieredzi un piedzīvojumiem kora kopienā.

5. 7. Dziesmu un deju svētki (piedzīvot Dziesmu un deju svētkus)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ziņas - Kopības izjūta, kvalitatīvs rezultāts un gandarījums rodas tikai pēc kopīga darba

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena, tradīcijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	3. aktivitāte. Pie kurām kopienām es piederu?

Skolēnu darbība: Skolēni veido tīkla diagrammu, iezīmējot visas kopienas, pie kurām viņi pieder [..]
Skolēni izvēlas vienu kopienu un izstāsta klasei, kādēļ viņiem patīk būt šajā kopienā.

Komentāri: Ja skolēni piedalījās dziesmu un deju svētkos, viņi var izstāstīt klasē par savu pieredzi un piedzīvojumiem kora kopienā.

6. klase

6. 3. Cilvēka rakstura īpašību un emociju atspoguļojums mūzikā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Prasmes (attīsta, nostiprina) - Nosauc, kas mūzikā rada cildenuma, lepnuma, svētku izjūtu

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi un emocijas / kas ir tikumi /

rīku kaste 4. 6. klase - kas ir tikumi; tikumi un emocijas; tikumu attīstība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6.	"Rīku kaste"	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	3. aktivitāte. Piemērs no dzīves

Skolēnu darbība: Skolēni izdomā piemēru no dzīves, kad viņi izjutuši ļoti spēcīgas emocijas. Pēc tam skolēniem ir jāizveido dienasgrāmatas ieraksts, fiksējot šo notikumu un cilvēku rīcību. Kādi bija apstākļi, kas ietekmēja šo notikumu?

Komentāri: Piemērs no dzīves var būt emocijas, ko izjutuši, klausoties mūziku. Svarīgi uzvērt kopības aspektu mūzikas klausīšanās pieredzē, piemēram, piedaloties kopā koncertā vai citādi muzicējot vai klausoties kopā mūziku.

6. 7. Populāras personības mūzikā (Kā spilgtas personības iedvesmo sabiedrību?)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ziņas - Izcilas personības iedvesmo citus.

Atbilstības atslēgas vārds: cilvēks - etalons

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība - Kas tevi dzīvē sagaida?	3. aktivitāte – otrs variants. Apstākļi un dzīve

Skolēnu darbība: Skolēni noklausu interviju ar Raimonu Paulu vai lasa 2. materiālu "Raimonds Pauls – dzīves kāpumi un kritumi". Pēc tam diskutē dažādus jautājumus, piemēram: Kādi tikumi Paulam varētu būt bijuši nepieciešami dažādos dzīves posmos? Kas Raimonda Paula dzīvē ir labs? Kādā veidā Pauls dara labu sev un citiem?

Komentāri: Var arī izmantot citu dziedātāju pieredzi, kas iekļauti "e-TAP" programmā, piemēram dziedātājas Patrišas (Patrīcija Ksenija Cuprijanoviča) (4. klases tēmas "Stress" 3. nodarbības "Atbalsts cilvēkiem, kas izjūt stresu" aktivitāte "Ierosme. Slavenības atklājas"), vai video sarunu ar operdziedātāju Marīnu Rebeku "Par labā pārsvaru pār ļauno pasaulē" (8. klases tēmas "Tava nākotne, tava pasaule" 1. nodarbības "Labā dzīve" 3. aktivitāte - "Labas dzīves" izpratne).

7. klase

7. 2. Ģimenes godi (Latvijas komponistu daiļradē)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ieradumi - Diskusijās pauž cieņpilnu attieksmi pret tradīcijām savā ģimenē

Atbilstības atslēgas vārds: Ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Ģimene	1. nodarbība - Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: Skolēni iztēlojas savu ģimeni un padomā par šādiem jautājumiem: Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni? Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi? Pēc tam viņi padomā par tikumiem ģimenē: Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē? Vai ir kādi tikumi, kas tev ģimenē jāpauž? Kā tu tos izmanto? Skolēni pārrunā pāros viņu ģimenes īpatnības, kādu labumu viņi sniedz citiem ģimenes locekļiem, piemēram, kā viņi palīdz cits citam un kā izrāda pateicību vecākiem par saņemto mīlestību un rūpēm!

Komentāri: Skolēni var dalīties ar savas ģimenes tradīcijām, svētkiem vai paradumiem cieņpilnā diskusijā.

7. 6. Bruņinieku laikmeta un mūsdienu mīlas dziesmas (kas kopīgs un kas – atšķirīgs)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ziņas - Mūzika atspoguļo visos laikos nozīmīgas cilvēku attiecību vērtības

Atbilstības atslēgas vārds: Veselīgās attiecības / Draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolēni novērtē, kas viņiem ir svarīgākais attiecībās (pavadīt laiku kopā, pazīt vienam otra ģimeni un draugus, daudz kopīga, būt atklātam un godīgam, jautrība, nekad nestrīdēties...)

Komentāri: Skolēni varētu diskutēt, kā viņu vērtības tiek atspoguļotas dažādās dziesmās, ko viņi klausās, un izpētīt, vai tās vērtības tika arī atspoguļotas citu laikmetu mīlas dziesmās

8. klase

8. 3. Ziemassvētki galmā un baznīcā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Veic pētījumu un sistematizē informāciju par Ziemassvētku koncertiem un šo koncertu programmām Latvijā,

Atbilstības atslēgas vārds: ģimenes tradīcijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Ģimene	2. nodarbība. Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Skolēni apspriež kāda ir sava loma ģimenē un ko var darīt, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas. Pieraksta dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē.

Komentāri: Skolēni var ierosināt ģimenei kopīgi apmeklēt Ziemassvētku koncertu un organizēt ģimenes dalību koncertā, apkopojot informāciju par iespējamiem Ziemassvētku koncertiem Latvijā.

9. klase

9. 2. Miniaturās mūzikā (cilvēka iekšējo pārdzīvojumu pasaule)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Izzinot jaunu mūzikas žanru – miniaturās, pēta un analizē, kurus mūzikas izteiksmes līdzekļus izmanto, lai atklātu cilvēka jūtu pasauli (prieku, skumjas, mīlestību)

Atbilstības atslēgas vārds: Sēras / pārdzīvojumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Veselīgas attiecības	2. nodarbība – Eksistenciālās problēmas	1. aktivitāte. Kas ir eksistenciālie jautājumi?

Skolēnu darbība: Skolēniem pāros tiek dots laiks 10 minūtes domu apmaiņai par ciešanu jēgu, par to, kā būt laimīgam, kas ir patiesa mīlestība, kas ir cilvēks, kas cilvēkā ir būtiskākais, kā panākt mieru pasaulē...; pēc tam tie, kuri vēlas, var iepazīstināt pārējos ar savām domām un secinājumiem un pieredzē, saskaroties ar eksistenciālām problēmām dzīvē: Kādus pārdzīvojumus un izjūtas tas izraisīja? Kā šīs problēmas tika risinātas un krīze pārvarēta? Ko no tā varētu mācīties? Vai šādas problēmas, izjūtas un pārdomas ir pazīstamas ikvienam? Vai iespējams nodzīvot dzīvi, ar tām nesaskaroties

Komentāri: Skolēniem varētu uzdot kā mājas darbu izvēlēties skaņdarbu, kurš vislabāk pauž mūzikā attiecīgās jūtas, ar kurām viņi vēlas dalīties, un to piedāvāt klausīties klasē, pamatojot savu viedokli – kāpēc tas skaņdarbs tika izvēlēts.

9. 6. Impresionisms. Ekspresionisms mūzikā (izpaust noskaņu mūzikā)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Klausās, analizē un salīdzina impresionisma un ekspresionisma mūzikas valodas iezīmes.

Atbilstības atslēgas vārds: Sēras / pārdzīvojumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Veselīgas attiecības	2. nodarbība – Eksistenciālās problēmas	1. aktivitāte. Kas ir eksistenciālie jautājumi?

Skolēnu darbība: Skolēniem pāros tiek dots laiks 10 minūtes domu apmaiņai par ciešanu jēgu, par to, kā būt laimīgam, kas ir patiesa mīlestība, kas ir cilvēks, kas cilvēkā ir būtiskākais, kā panākt mieru pasaulē...; pēc tam tie, kuri vēlas, var iepazīstināt pārējos ar savām domām un secinājumiem un pieredzē, saskaroties ar eksistenciālām problēmām dzīvē: Kādus pārdzīvojumus un izjūtas tas izraisīja? Kā šīs problēmas tika risinātas un krīze pārvarēta? Ko no tā varētu mācīties? Vai šādas problēmas, izjūtas un pārdomas ir pazīstamas ikvienam? Vai iespējams nodzīvot dzīvi, ar tām nesaskaroties.

Komentāri: Skolēniem varētu uzdot kā mājas darbu izvēlēties skaņdarbu, kurš vislabāk pauž mūzikā attiecīgās jūtas, ar kurām viņi vēlas dalīties, un to piedāvāt klausīties klasē, pamatojot savu viedokli – kāpēc tas skaņdarbs tika izvēlēts.

Atbilstības atslēgas vārds: Sēras / pārdzīvojumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Veselīgas attiecības	1. nodarbība - Pārvarēt sēras	Ierosme. Ko nozīmē sēras? Kas ir smags zaudējums?

Skolēnu darbība: Skolēni nelielā grupā pārrunā, kādus dažādus "zaudējumus" cilvēks var pieredzēt savas dzīves laikā un sakārto šīs pieredzes secīgi, sākot ar visnopietnāko. Tad parunā dažādus jautājumus: Kāpēc tās sakārtojāt šādi? Kuri no aspektiem, kas parādās ļoti nopietnu zaudējumu gadījumā, neparādās pie mazākiem zaudējumiem? Vai tev ir bijusi kādai no aprakstītajām situācijām līdzīga pieredze? Kā zaudējuma piedzīvošana varētu tevi ietekmēt? Kā tu justos emocionāli, garīgi, un kā tas varētu ietekmēt tavu fizisko un garīgo veselību? Kā tas varētu ietekmēt tavu izpratni par dzīves jēgu?

Komentāri: Skolēniem varētu uzdot kā mājas darbu izvēlēties skaņdarbu, kurš vislabāk pauž mūzikā attiecīgās jūtas, ar kurām viņi vēlas dalīties, un to piedāvāt klausīties klasē, pamatojot savu viedokli – kāpēc tas skaņdarbs tika izvēlēts.

Teātra māksla 1. -9. klasei

1. -3. klase

1. Pasakas radišana

Atsauce uz sasniegtam rezultātu: Veido un attīsta ieradumu uz klausīt citus (skolotāju, klasesbiedrus), kontrolēt un vadīt savas emocijas un uzvedību, lai iekļautos kopīgā darbībā. (Vērtība – cilvēka cieņa; tikumi – sadarbība, solidaritāte)

Atbilstības atslēgas vārds: emociju/jūtu pārvaldīšanu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Jūtas	2. aktivitāte: jūtu pārvaldīšana	2. aktivitāte. Spēcīgas emocijas

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko sniegtās situācijas un pārdomā, kā viņi varētu rīkoties nedomājot/ļaujot jūtām ņemt virsroku. Tad pavaicāji, kā viņi varētu rīkoties, ja pirms tam apstātos un padomātu.

Komentāri: Bērni var veidot savu pasaku, spēlējot dotas situācijas, vai radot citas. Var mudināt bērniem nosaukt tikumus, kas būtu vajadzīgi saprātīgai rīcībai katrā no izspēlētajām situācijām.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3.	Rīku kaste	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	1. aktivitāte. Prāta spēles (5. -7. slaidis)

Skolēnu darbība: Skolēni padomā, par ko varētu domāt un ko just cilvēks sniegtajā situācijā?

Komentāri: Šajā aktivitātē var izmantot lomu spēles. Lūdziet skolēniem izspēlēt situāciju, tad apturiet darbību kadru ar galveno notikumu un lūdziet skolēniem noteikt galvenā varoņa domas, sajūtas un rīcību.

2. Leļļu teātris

Atsauce uz sasniegtam rezultātu: Veido un attīsta ieradumu izmēģināt dažādas pieejas un nebaidīties kļūdīties, vērtēt rezultātu no pozitīvā skatupunkta. (Vērtība – brīvība; tikumi – atbildība, centība)

Atbilstības atslēgas vārds: emociju attēlošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Jūtas	2. aktivitāte: Jūtu pārvaldīšana	Uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolēns veido lelli, kas attēlo izvēlēto emociju.

Komentāri: Bērni var veidot savu lelli ar dažādiem noskaņojumiem: priecīgu, bēdīgu, dusmīgu... Un raksturot, kā emocija izpaužas lelles uzbūvē.

3. Maska

Atsauce uz sasniegtam rezultātu: Veido izvēlētajam tēlam atbilstošu un sev atšķirīgu pozu, gaitu, stāju, žestus.

Atbilstības atslēgas vārds: emociju attēlošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Jūtas	2. aktivitāte: Jūtu pārvaldīšana	Uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolēns veido masku, kas attēlo izvēlēto emociju.

Komentāri: Bērni var veidot masku ar dažādiem noskaņojumiem: priecīgu, bēdīgu, dusmīgu... Un raksturot, kā emocija izpaužas maskas uzbūvē.

4. – 6. klase

4. Etīde

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ieradums - Attīsta ieradumu apzināties savas emocijas, intereses, dotības un pilnveidot tās, atbildīgi darbojoties pašizpaušmes uzdevumos

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas / jūtas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6.	"Rīku kaste"	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	3. aktivitāte. Piemērs no dzīves

Skolēnu darbība: Skolēni izdomā piemēru no dzīves, kad viņi izjūtuši ļoti spēcīgas emocijas. Pēc tam skolēniem ir jāizveido dienasgrāmatas ieraksts, fiksējot šo notikumu un cilvēku rīcību. Kādi bija apstākļi, kas ietekmēja šo notikumu?

Komentāri: Savu emociju apzināšana palīdzēs sagatavot un izspēlēt etīdes, kurās savukārt ir iespējams iepazīt katram savu raksturu dažādās dzīves situācijās, pašizpaušties un pašapliecināties, gūt prieku no saskarsmes un saskaņotas sadarbības.

5. Runa

Komplekss sasniedzamais rezultāts - Izveidots un īstenots publiskās runas priekšnesums, pārvaldot balsi un ķermeni

Atbilstības atslēgas vārds: uzstāšanās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Sociālie tīkli	2. nodarbība - Fiziskais paštēls	4. aktivitāte. Laiks aplim

Skolēnu darbība: Skolēni sasēžas aplī. Skolēniem tiek dotas dažas minūtes, lai uz lapas pierakstītu: "Trīs savus tikumus vai rakstura iezīmes, kas tev patīk" (Ierosmei skolotājs piedāvā skolēniem tādus piemērus kā "laipns", "radošs" un "apņēmīgs") kā arī "rakstura iezīmi, kas tev patīk savā klasesbiedrā", kurš sēž pa labi vai pa kreisi (vai tā klasesbiedra, kura vārds izvēlēts šim nolūkam, piemēram, pierakstot skolēnu vārdus uz mazām lapiņām, ieliekot tās grozā un katram skolēnam piedāvājot paņemt vienu no tām. Skolēni pēc kārtas saka: "Manas trīs labākās rakstura īpašības ir _____, _____ un _____" un "Viena no [klasesbiedra vārds] pozitīvajām iezīmēm ir..."

Komentāri: Skolēni var izteiksmīgi nosaukt attiecīgās rakstura īpašības, stājoties kājās un izmantojot arī ķermeņa valodu.

7.-9. klase

8. Procesā veidots iestudējums

Norāde uz sasniedzamiem rezultātiem: ieradums - Veido un attīsta ieradumu vērtēt rezultātu no pozitīvā skatupunkta

Atbilstības atslēgas vārds: dalīšanās aplī

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2. nodarbība – Pašcieņa	2. aktivitāte. Atgriezeniskās saites aplis

Skolēnu darbība: Aplī skolēni gatavojas izteikt komplimentus citiem, darbojoties 5 soļos: 1. personīga refleksija par savu vienu labu darbu; 2. vizualizēt pieredzi zīmējumā; 3. dalīties pieredzē: Katrs no skolēniem apsēžas pēc kārtas "karstajā vietā" (papildu krēsls); 4. Pārējie skolēni dot pozitīvu atgriezenisku saiti par labo darbu; 5. Skolēni reflektē par šo aktivitāti.

Vizuāla māksla 1. -9. klasei

1. klase

1. Es krāsās un līnijās. Kā es sevi varu attēlot mākslā?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu radošajā darbā atklāti un drosmīgi izteikt savas domas, izjūtas un emocijas. (Tikumi – godīgums, drosme; vērtības – brīvība, darba tikums)

Atbilstības atslēgas vārds: cilvēka siluets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Veselīgs uzturs	2. nodarbība - Ieguvumi no veselīga uztura	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plakāts.

Skolēnu darbība: skolēni izveido sabalansēta uztura plakātu, izmantojot cilvēka kontūru (1. materiāls).

Komentāri: Silueti var lūgt skolēniem pašiem uzzīmēt. Vienā pusē cilvēkam attēlo visus sabalansēta uztura ieguvumus, piemēram, veselīga āda, spēcīgi muskuļi, mirdzoši mati. Otrā pusē cilvēkam attēlo nesabalansēta uztura izraisītās sekas, piemēram, trausli kauli, neveselīga āda, lūstoši mati, nogurums utt.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	1. nodarbība - Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte. Labs draugs.

Skolēnu darbība: Skolēniem siluetam apkārt jāuzraksta tikumi, kas nepieciešami, lai kļūtu par labu draugu

Komentāri: Izdaliet skolēniem cilvēku siluetus (1. materiāls). Bet silueti var arī lūgt skolēniem pašiem uzzīmēt. Kad bērni ir pabeiguši, viņi var pierakstīt veidus, kā labs draugs var parādīt šos tikumus.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kiberterorizēšana	2. nodarbība - Kā kiberterorizēšana mūs ietekmē?	1. aktivitāte. Kibeterorizēšanas ietekme

Skolēnu darbība: Skolēni ap cilvēka siluetu pieraksta pazīmes un sajūtas, kas varētu rasties kiberterorizēšanas rezultātā

Komentāri: Izdaliet skolēniem cilvēku siluetus (1. materiāls). Bet silueti var arī lūgt skolēniem pašiem uzzīmēt. Pēc tam 2. uzdevumā atbild uz jautājumiem: Kā, tavuprāt, varētu justies cilvēks, kurš piedzīvo kiberterorizēšanu? Vai vari iedomāties kādas pazīmes (fiziskas vai uzvedības), ko tu varētu ievērot?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	3. nodarbība - Pareiza izvēle	2. aktivitāte. Nākotnes es.

Skolēnu darbība: Skolēni uzraksta ap siluetu vārdus/frāze, izsakoties par kādiem cilvēkiem viņi vēlētos būt (darbs, kas patīk, tikumi, ko vēla apgūt. . .)

Komentāri: Izdaliet skolēniem cilvēku siluetus (1. materiāls). Bet silueti var arī lūgt skolēniem pašiem uzzīmēt. Siluetā var arī uzzīmēt pēc tam to, kā kaitīgās vielas var ietekmēt šos mērķus un kā tas varētu atspoguļoties cilvēka attēlā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	2. nodarbība - Vai ir tādi darbi, kas paredzēti zēniem, un darbi, kas paredzēti meitenēm?	1. aktivitāte. Darbi zēniem un darbi meitenēm

Skolēnu darbība: Skolēni aizpilda vīriešu/sieviešu siluetus ar stereotipiem, arī domājot par darbu!

Komentāri: Izdaliet skolēniem cilvēku siluetus (1. materiāls). Bet silueti var arī lūgt skolēniem pašiem uzzīmēt. Pēc aizpildīšanas var veidot sarunu: Kāpēc stereotipi pastāv? Kā, tavuprāt, tie ietekmē cilvēkus, piemēram, puīšus, kas vēlas kļūt par medicīnas māsām, meitenes, kuras vēlas kļūt par ugunsdzēsējām? Kā mēs varam stereotipus mazināt? Kuri tikumi mums nepieciešami?

1. 2. Krāsu kompozīcija (kopīgi gleznot mākslas darbu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta spēju pieņemt citu viedokli un rast kompromisus un ieradumu sadarboties ar citiem, veidot cieņpilnas attiecības

Atbilstības atslēgas vārds: cieņa pret citu darbu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	1. aktivitāte. Prāta spēles (situāciju apraksti)

Skolēnu darbība: Situācija par mākslas darba bojāšanu (6. slaidis): skolēni padomā, par ko varētu domāt un ko just cilvēks šajā situācijā?

Komentāri: Var mainīt situācijas aprakstu, atsaucoties un bērnu pieredzi klasē, piemēram, gleznojot kopīgu mākslas darbu.

1. 5. Latviešu etnogrāfijā lietotās zīmes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu atbildīgi, ar cieņpilnu attieksmi izturēties pret kultūras mantojumu, mākslas darbiem, savu un citu veidotiem darbiem. (Tikumi – atbildība, solidaritāte; vērtības – kultūra, cilvēka cieņa)

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena (Valsts)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadi)	Mūsu kopiena	1. nodarbība - Kopienas, pie kurām mēs piederam	1. aktivitāte. Pie kurām kopienām tu pieder?

Skolēnu darbība: Lūdziet bērniem izvēlēties vienu kopienu un to raksturot.

Komentāri: Var mudināt bērnus Latvijas tautas kopienas aprakstā iekļaut informāciju par to, kā latviešu etnogrāfijā attēlo sauli, mēnesi un zvaigznes ar konkrētām zīmēm.

2. klase

2. 1. Krāsa ainavā (Kā uzgleznot noskaņu?)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Skatās, vēro, saviem vārdiem skaidro mākslas darba galvenās pazīmes un aprakstoši stāsta par mākslas darbā uztveramo un par to, ko iespējams iztēloties, piemēram, par noskaņu.

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas / emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	1. aktivitāte. Prāta spēles

Skolēnu darbība: Bērni skatās filmas treileri un parunājas, kā filma stāsta par mūsu emocijām un rīcību

Komentāri: Skolēni var aprakstīt, ar kādiem mākslinieciskajiem izteiksmes līdzekļiem (krāsu izvēle, mūzika, kustības, apģērba krāsas...) filmā attēlotas dažādas emocijas

2. 4. *Apkārtnes skaistums (Kā vides objekti ietekmē apkārtni)*

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izvērtē mākslas un arhitektūras piemērus tuvākajā apkārtnē, to lietderību, estētiku un funkcijas un pamato to nozīmi personiskajā un sabiedriskajā vidē.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena (mana pilsēta)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kur ir mana vietējā kopiena?	1. aktivitāte. Īpašas vietas

Skolēnu darbība: Skolēni atrod vietējās kopienas svarīgākās un raksturīgākās vietas (piemēram, parki, veikali, baznīcas, dzīvojamās mājas) un pāros pārrunā, kuras vietas vietējā kopienā viņi apmeklē vai kuras no tām viņiem ir īpašas

Komentāri: Skolēni arī attīsta ieradumu pilnvērtīgi un atbildīgi, cieņpilni izturēties pret kultūras mantojumu.

3. klase

3. 4. *Fantāzijas tēlu zīmēšana (radīt idejas, lai izdomātu un uzzīmētu fantāzijas tēlu)*

Norāde uz temata apguves norisi: Radošā darba izstrāde: mani fantāzijas tēli

Atbilstības atslēgas vārds: supervaroņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadi)	Varoņi	1. nodarbība - Tikumu supervaroņa izveidošana	1. aktivitāte. Tikumu supervaroņi

Skolēnu darbība: Bērni iztēlosies tikumu supervaroņus. Varoņa superspēja būs kāds tikums, taču bērni var izvēlēties varoņa vārdu, tērpu, pārvietošanās veidu, partneri un iznīcinātāju. Bērni var izvēlēties savam supervaronim vienu no šiem tikumiem: godīgums, dāsnums, pateicība, draudzīgums vai laipnība.

Komentāri: Jūs varat izveidot supervaroni vienam tikumam uz tāfeles, izstāstot bērniem savu domu gaitu par kostīma utt. atbilstību tikumam.

3. 5. *Arhitektūra. Makets (māja, kas ir ērta tās iemītniekam)*

Norāde uz temata apguves norisi: Vērtēšana un diskusija par atklājumiem procesā (Prezentē radīto izstrādājumu, pamatojot, kā tika risinātas konkrētā iemītnieka vajadzības)

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	2. nodarbība - Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?	1. aktivitāte. Vajadzību apmierināšana

Skolēnu darbība: Skolēni pārrunā dažādu veidu vajadzības un to, kā ģimenes palīdz tās apmierināt. Bērni var pierakstīt dažādus veidus, kā ģimenē katrs rūpējas par pārējiem un palīdz savstarpēji apmierināt citu ģimenes locekļu vajadzības

Komentāri: Vajadzību apmierināšanas kontekstā var parunāties par to, kā mājas labiekārtošana palīdz apmierināt vajadzības. Piemēram, kura vajadzība tiek apmierināta katra mājas telpā, un kurām vajadzībām nav paredzēta telpa viņu mājas skicēm.

4. klase

4. 2. Jūtas un emocijas kinomākslā (Kā atspoguļo?)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Prasmes - Atspoguļo savas jūtas un emocijas, izmantojot digitālus rīkus

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas /emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6.	"Rīku kaste"	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	1. aktivitāte. Emociju video

Skolēnu darbība: Skolēni Noskatās video (<https://www.youtube.com/watch?v=embYkODkzcs> - 7 pamatemocijas – MDI; 1:54 minūtes)! Video meitenes demonstrē 7 emocijas. Pēc katra demonstrējuma apturiet video un jautāriet skolēniem, vai viņi atpazīsti emociju, kas parādīta video!

Komentāri: Skolēnu var arī paši demonstrēt citiem klasē savas emocijas, un lūgt pārējiem uzminēt, kura emocija tiek attēlota.

4. 3. Zīmes un simboli – veids, kā lasīt pasauli (apkārtējā vidē)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Izveido zīmju un simbolu katalogu, kā arī radošus darbus ar personisko stāstu, iepazīstot zīmes un simbolus un to lietojumu ikdienas dzīvē

Atbilstības atslēgas vārds: Kopiena (mana apkārtnē)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	1. aktivitāte. Kas es esmu?

Skolēnu darbība: Skolēni darba lapā ar virsraksta "Kas es esmu?" uzrakstīt, kas viņi ir, un uzrakstīt vai uzzīmēt savu iezīmju kombināciju, kas veido viņus tādus, kādi viņi ir. Pēc tam skolēni uzrakstīto vai uzzīmēto pārrunā ar blakussēdētāju.

Komentāri: Skolēni var aprakstīt sevi, izmantojot īpašus simbolus, kas viņus definē. Izmantot 1. materiālu.

5. klase

5. 4. Jaunrade un fantāzija (Fantāzijas tēlu portrets)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Rada fantāzijas tēlu un atklāj jaunrades prieku, spējot pastāstīt par sava darba veidošanas procesu

Atbilstības atslēgas vārds: Supervaroņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	Ierosme. Mans kaimiņš

Skolēnu darbība: Skolēni padomā par šādiem jautājumiem: Kāds būtu tavš ideālais kaimiņš? Kādēļ viņš būtu labs kaimiņš? Kādi tikumi vai rakstura iezīmes viņam būtu?

Komentāri: Skolēnu vizuāli attēlo ideālo kaimiņu ar visiem viņa tikumiem

6. klase

6. 1. Cilvēka ķermeņa attēlojums zīmējot

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ieradumi - Attīsta ieradumu analizēt mākslas darbu, pētīt tēlus, ideju, sižeta u. c. elementus, vizuālās mākslas specifiskos izteiksmes līdzekļus un paņēmienus

Atbilstības atslēgas vārds: Fiziskais paštēls

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	2. nodarbība - Fiziskais paštēls	Uzsākšana: runājot par pašbildēm

Skolēnu darbība: Skolēni parunā sociālo tīklu spiedienu uz paštēlu

Komentāri: Skolēni analizē paštēlus, skatoties uz tiem caur vizuālās mākslas izteiksmes līdzekļu prizmu

6. 4. Dažādu tautu ornamentu

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Apzinās savas iespējas ar vizuālās mākslas palīdzību izteikt savu identitāti.

Atbilstības atslēgas vārds: identitātes izteiksme

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	1. aktivitāte. Kas es esmu?

Skolēnu darbība: Skolēni darba lapā ar virsraksta "Kas es esmu?" uzrakstīt, kas viņi ir, un uzrakstīt vai uzzīmēt savu iezīmju kombināciju, kas veido viņus tādus, kādi viņi ir. Pēc tam skolēni uzrakstīto vai uzzīmēto pārrunā ar blakussēdētāju.

Komentāri: Skolēni var aprakstīt sevi, izmantojot īpašus Latvijas tautas simbolus, kas viņus vislabāk definē. Izmantot 1. materiālu.

7. klase

7. 4. Jūtu un emociju ekspresija portretā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ziņas - Cilvēka jūtas un emocijas atklājas mīmikā, savukārt mākslas darbā – formu deformācijā, krāsu salikumā un triepienā.

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi un emocijas / jūtas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6.	"Rīku kaste"	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	1. aktivitāte. Emociju video

Skolēnu darbība: Skolēni Noskatās video (<https://www.youtube.com/watch?v=embYkODkzcs> - 7 pamatemocijas – MDI; 1:54 minūtes)! Video meitenes demonstrē 7 emocijas. Pēc katra demonstrējuma apturiet video un jautāiet skolēniem, vai viņi atpazīsti emociju, kas parādīta video!

Komentāri: Skolēnu var arī uzgleznot vai uzzīmēt dažādas emocijas, un lūgt pārējiem uzminēt, kura emocija tiek attēlota gleznā vai zīmējumā.

8. klase

8. 1. Popkultūra un reklāma (Kā rada mūsdienīgu reklāmu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Iepazīst un atšķir popkultūras pazīmes, analītiski un praktiski interpretē mūsdienu popkultūru, tās norises un aktualitātes mākslā

Atbilstības atslēgas vārds: reklāmas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība - Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	3. aktivitāte. Reklāmas

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko un apspriež tiešsaistes azartspēļu reklāmas un to paņēmieni

Komentāri: Skolēni analītiski un praktiski interpretē reklāmas materiālus

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Rīkošanās ar naudu	1. nodarbība - Vēlmes un vajadzības	2. aktivitāte. Finanšu lēmumi

Skolēnu darbība: Skolēni kopīgi reflektē par to, kā reklāmas (u. c.) ietekmē viņu finanšu lēmumus

Komentāri: Skolēni kritiski izvērtē reklāmās izmantoties ietekmēšanas mākslinieciskos līdzekļus

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	3. nodarbība – Mediatori	Kopīgā noslēguma apspriede: vienaudži–mediatori

Skolēnu darbība: Skolēni reklamē vienaudžu-mediatoru programmu ar plakātu

Komentāri: Skolēni izveido reklāmas materiālus un tos analītiski un praktiski izvērtē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Brīvprātīgais darbs	2. nodarbība - Kā kļūt par brīvprātīgo?	Kopīgā noslēguma apspriede:

Skolēnu darbība: Skolēni izveido īsu sevis reklamējošu plakātu brīvprātīgajam darbam, norādot tikumus.

Komentāri: Skolēni izveido reklāmas materiālus un tos analītiski un praktiski izvērtē.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība - Kādi ir riski?	Uzsākšana: kāpēc cilvēki smēķē, dzer alkoholu vai lieto narkotikas?

Skolēnu darbība: Skolēni apskata un diskutē cigarešu un alkoholisko dzērienu reklāmu vēstījumu

Komentāri: Skolēni kritiski izvērtē reklāmās izmantoties ietekmēšanas mākslinieciskos līdzekļus

8. 4. Dažādu mākslas veidu sintēze (vispārcilvēciskās vērtības mākslā)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Izmanto dažādu mākslas veidu iespējas savas gaumes, estētiskās pieredzes, kā arī emociju, vērtību un ideju paušanai.

Atbilstības atslēgas vārds: kas ir laba dzīve

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2. nodarbība – Pašcieņa	2. aktivitāte. Atgriezeniskās saites aplis

Skolēnu darbība: Aplī skolēni gatavojas izteikt komplimentus citiem, darbojoties 5 soļos: 1. personīga refleksija par savu vienu labu darbu; 2. vizualizēt pieredzi zīmējumā; 3. dalīties pieredzē: Katrs no skolēniem apsēžas pēc kārtas "karstajā vietā" (papildu krēsli); 4. Pārējie skolēni dot pozitīvu atgriezenisku saiti par labo darbu; 5. Skolēni reflektē par šo aktivitāti.

Komentāri: Emociju, vērtību un ideju paušana ar zīmējumu, uzstāšanos un atgriezeniskās saites palīdzību.

9. klase

9. 1. Skaistuma un estētikas izpratne senajā pasaulē un antīkajā laikmetā (par garīgo un fizisko skaistumu)

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Patstāvīgi veido pārskatu par skaistuma un estētikas ideāliem senatnē un mūsdienās

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskais paštēls

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2. nodarbība – Pašcieņa	3. aktivitāte. Liecības

Skolēnu darbība: Skolēni skatās Līzijas Velazkesa liecību un pārdomā par iekšējo skaistumu un laimi

Komentāri: Skolēni pilnveido savu izpratni par iekšējo skaistumu un estētikas ideāliem mūsdienās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	2. nodarbība - Fiziskais paštēls	3. aktivitāte. Gadījuma izpēte

Skolēnu darbība: Ar Līzijas Velazkesas stāsta palīdzību skolēni padomā, ka "skaistums mīt cilvēkā"

Komentāri: Skolēni pilnveido savu izpratni par iekšējo skaistumu un estētikas ideāliem mūsdienās

9. 5. Identitāte un laimētais mākslā (Pašportrets)"

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Prasmes - Pamato savā pašportretā pausto identitāti, formas izvēli, saistot to ar savu pieredzi un paužot savu attieksmi pret dzīves un kultūras vērtībām.

Atbilstības atslēgas vārds: Sevis raksturošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	3. nodarbība - Pareiza izvēle	2. aktivitāte. Nākotnes es.

Skolēnu darbība: Skolēni uzraksta ap siluetu vārdus/frāze, izsakoties par kādiem cilvēkiem viņi vēlētos būt (darbs, kas patīk, tikumi, ko vēlas apgūt. . .)

Komentāri: Skolēni silueta vietā var izveidot (uzzīmēt, uzgleznot) savu pašportretu, paužot savu identitāti no vērtību un tikumu skatupunkta.

MATEMĀTIKAS MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Matemātikas valoda

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Praktiskā darbībā nosauc priekšmetu skaitu desmit apjomā.

Atbilstības atslēgas vārds: skaitīt līdz 10 un atpakaļ

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	2. nodarbība. Jūtu pārvaldīšana.	Kopīgā noslēguma apspriede: pauzes ieturēšana

Skolēnu darbība: Bērni mācās ieturēt pauzi, lēnām skaitot līdz 10; izmēģina dažādas nomierināšanās tehnikas (piemēram, skaitot līdz 10 un atpakaļ).

Satura vienība: Matemātikas valoda

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Skaitu apzīmē ar tam atbilstošiem cipariem, raksta ciparus.

Atbilstības atslēgas vārds: rakstīt ciparus

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	Mājasdarbs uz nākamo nodarbību.

Skolēnu darbība: Mājās kopā ar vecākiem vai cilvēku, kurš par bērnu rūpējas, katrs bērns aizpilda tabulu, kurā jāieraksta, cik daudz laika patiesībā viņš(-a) pavada pie ekrāna 24 nodarbībās.

Komentāri: Skolotājs aicina bērnus būt godīgiem, aizpildot darba lapas 4. uzdevumu.

Satura vienība: Matemātikas valoda

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Praktiskā darbībā nosauc priekšmetu skaitu desmit apjomā.

Atbilstības atslēgas vārds: nosaukt nodarbību skaitu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	2. nodarbība. Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	Aktualizācija: mājasdarba pārskatīšana.

Skolēnu darbība: Bērni pārskata izpildīto mājasdarbu par to, cik daudz laika viņi pavada pie ekrāniem un atbild uz jautājumiem: Kāds ir vidējais ilgums klasē? Vai ir atšķirība starp iepriekšējā nodarbībā aprēķināto un patieso laiku, ko viņi pavada pie ekrāna?

Komentāri: Jautājumi redzami uz ekrāna PowerPoint prezentācijā.

Satura vienība: Matemātikas valoda

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Skaitu apzīmē ar tam atbilstošiem cipariem, raksta ciparus.

Atbilstības atslēgas vārds: nosaukt nodarbību skaitu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	1. nodarbība. Kas bija Aristotelis?	1. aktivitāte. Aristoteļa dzīve.

Skolēnu darbība: Bērni sarindo hronoloģiskā secībā Aristoteļa dzīves notikumus, pierakstot pareizo kārtas numuru katrā lodziņā (no 1 līdz 6).

Komentāri: Skolotājs izdala bērniem sarakstu ar Aristoteļa dzīves notikumiem (2. materiāls). Ir iespēja veikt pašpārbaudi (pareizā atbilde ir 2. materiāla 2. lapā).

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: uz kodu šķirošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	2. nodarbība. Veselīgs uzturs.	Uzsākšana. Uz kodu šķirošana.

Skolēnu darbība: Strādājot pāros, bērni šķiro produktus grupās pēc brīvas izvēles. Viņi var šķirot pēc šādiem principiem: produkti, kas viņiem garšo/negaršo, produktu krāsa, veids, kā šo produktu ēst, utt.

Komentāri: Skolotājs iedod bērniem attēlus ar dažādām uzkodām (1. materiāls).

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: uz kodu sakārtošana augošā secībā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	2. nodarbība. Veselīgs uzturs.	1. aktivitāte. Veselīgs vai neveselīgs?

Skolēnu darbība: Bērni sakārto uzkodas secīgi no neveselīgākās uz veselīgāko.

Komentāri: Uz kodu secīgai kārtīšanai no neveselīgākā uz veselīgāko būtu labi izmantot reālus produktus vai to iepakojumus.

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: situāciju grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	2. nodarbība. Ārkārtas situācijas.	Uzsākšana: vai šī ir ārkārtas situācija?

Skolēnu darbība: Visi bērni kopā ar audzinātāju vai mazās grupās sašķiro attēlus ārkārtas situācijās un situācijās, kuras nav ārkārtas.

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: pārtikas produktu grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	Uzsākšana: produktu šķirošana.

Skolēnu darbība: Strādājot individuāli, bērni šķiro produktus grupās pēc brīvas izvēles, pamatojot savu izvēli. Šķirot var pēc dažādiem principiem, piemēram: produkti, kas viņiem garšo/negaršo, produktu krāsa, kurā dienas laikā šis produkts tiek ēsts utt.

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: informācijas grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	3. nodarbība. Personīgās informācijas turēšana drošībā.	1. aktivitāte. Personīgā informācija.

Skolēnu darbība: Bērni šķiro informāciju, ar kuru drīkst droši dalīties un kuru informāciju nedrīkst izpaust.

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Grupē priekšmetus pēc vairākām pazīmēm, piemēram, krāsas, lieluma, formas, nozīmes, materiāla.

Atbilstības atslēgas vārds: aktivitāšu grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	2. nodarbība. Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	1. aktivitāte. Panākt līdzsvaru.

Skolēnu darbība: Bērni pilda darba lapas uzdevumu ar līdzsvara skalu, vienā pusē norādot aktivitātes pie ekrāna un otrā pusē — aktivitātes, kas neietver ekrānu, šķirot skolotāja nosauktās aktivitātes: www. eklase. lv izmantošana, lai noskaidrotu nodarbību sarakstu, galda spēles ar ģimeni, pastaiga ar suni, spēles spēlēšana telefonā, multfilmu skatīšanās no rīta, ziņu rakstīšana klasesbiedriem WhatsApp, informācijas meklēšana dabaszinību mājasdarbam.

Komentāri: Ir darba lapa. Aktivitāšu nosaukšanu/pierakstīšanu var aizstāt ar bilžu demonstrēšanu/pielīmēšanu.

Satura vienība: Sakarības starp lielumiem

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Salīdzina priekšmetus, priekšmetu kopas pēc skaita un lieluma, lietojot jēdzienus vairāk, mazāk, tikpat, lielāks, mazāks.

Atbilstības atslēgas vārds: kopienas locekļu salīdzināšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	3. nodarbība. Būt daudzveidīgā kopienā.	Uzsākšana: Tāds pats, bet atšķirīgs.

Skolēnu darbība: Bērni domā par savu grupiņu (kā daļu no pirmsskolas izglītības iestādes kopienas): Kas visiem kopienas locekļiem ir vienāds? Kādas ir atšķirības (piemēram, matu krāsa, augums, mīļākais ēdiens, kultūras mantojums, brāļu/māsu skaits, talanti)?

Satura vienība: Figūru īpašības

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Izzina ģeometriskās figūras

Atbilstības atslēgas vārds: 9 rombu karte

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	1. aktivitāte. 9 rombi.

Skolēnu darbība: Strādājot pāros, bērni izdomā iespējami daudz fizisko aktivitāšu sniegto ieguvumu, kādus sniedz jebkura fiziska aktivitāte. Katrs bērns pāri izdomātās idejas pieraksta savā darba lapā, katru ieguvumu ierakstot savā lodziņā - rombā. Tad bērni 9 rombu karti sagriež un sakārto savus uzrakstītos fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz mazsvarīgāko.

Komentāri: Šai aktivitātei ir nepieciešama darba lapa "9 rombi" (1. materiāls), uz kuras ir izveidota figūra (lielais rombs) ar 9 laukumiem (mazajiem rombiem). Skolotājs katram bērnam izdala pa vienai lapai.

Matemātika 1. -9. klasei

1. klase

1. 8. Kā apraksta un veido figūras?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Simetriskas figūras - Izpauž sevi radoši, veidojot simetriskus plaknes objektus/figūras; izvēlas tehniku, kādā strādās (izgriešana pēc salocīšanas...). Veido simetriskas figūras konkrētam mērķim

Atbilstības atslēgas vārds: Rombu kartes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība - Kādi ir riski?	1. aktivitātes variants! 9 Rombu kārtis

Skolēnu darbība: Skolēni sakārto alkohola/cigarešu sekas no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām.

2. klase

2. 1. Kā grupē objektus?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Izvēlas vienu attēlošanas veidu (piem. , Venna diagrammu) un parāda savu grupēšanas piemēru. Salīdzina savu attēlošanas veidu ar klasesbiedru versijām, diskutē par atšķirībām.

Atbilstības atslēgas vārds: Venna diagrammas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kiberterorizēšana	1. nodarbība - Kas ir kiberterorizēšana?	2. aktivitāte. Līdzības un atšķirības

Skolēnu darbība: skolēni aizpilda Venna diagrammu, saskatot kopīgo un atšķirīgo fiziskai un emocionālai vardarbībai dzīvē un kiberterorizēšanai

Komentāri: Skolēni var rādīt citiem savu Venna diagrammu un salīdzināt to ar klasesbiedriem, diskutēt par atšķirībām.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība - Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	1. aktivitāte. Draudzības pazīmes tiešsaistē un draudzību dzīvē

Skolēnu darbība: skolēni aizpilda Venna diagrammu, sagrupējot līdzības un atšķirības starp draudzību tiešsaistē un draudzību dzīvē

Komentāri: Skolēni var rādīt citiem savu Venna diagrammu un salīdzināt to ar klasesbiedriem, diskutēt par atšķirībām

Atbilstības atslēgas vārds: tikumu grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	"Rīku kaste"	4. nodarbība - Tikumi un emocijas	Uzsākšana: emociju nosaukšana

Skolēnu darbība: Skolēni sagrupē nosauktās emocijas

Komentāri: nodarbības aprakstā un prezentācijā ir palīgmateriāli emociju atpazīšanai un nosaukšanai.
4. -6. klases Rīku kastes 4. nodarbības materiālos ir arī garš emociju saraksts sagrupēts 3 kategorijās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6. klase	"Rīku kaste"	3. nodarbība - Tikumu definēšana	2. aktivitāte. Tikumu grupēšana

Skolēnu darbība: skolēni sagrupē tikumus dažādās kategorijās

Komentāri: tikumu saraksts – 1. materiāla 2. lpp. Var tos sagrupēt, izmantojot Vennas diagrammu vai citus paņēmienus.

Atbilstības atslēgas vārds: ēdienu grupēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola 5 gadi	Mana veselība	2. nodarbība - Veselīgs uzturs	Uzsākšana. Uzkodu šķirošana

Skolēnu darbība: bērni sagrupē veselīgas / neveselīgas uzkodas

Komentāri: : attēlu kartītes ar uzkodām atrodamas 1. materiālā. Var tās sagrupēt 'šķīvjos', pa plauktiņiem, vai izmantojot Vennas diagrammu.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Mana veselība	2. nodarbība - Veselīgs uzturs	1. aktivitāte. Veselīgs vai neveselīgs?

Skolēnu darbība: bērni sakārto uzkodas secīgi no neveselīgākās uz veselīgāko

Komentāri: Var sakārtot uzkodas piemēram pa kāpnītēm (augšā – veselīgākās), vai izmantojot citus vizuālus noformējumus

2. 4. Kā laika rēķini palīdz plānot?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Laika plānošana - Veido tabulas ar vairākām kolonnām un rindām, kurās ieraksta savu nedēļas, dienas plānu

Atbilstības atslēgas vārds: treniņu plānošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība - Kas cilvēkus attur no fiziskām aktivitātēm?	2. aktivitāte. Treniņu plāni

Skolēnu darbība: skolēni grupās izstrādā treniņu plānu

Komentāri: 1. materiālā piedāvāti 4 situāciju apraksti, ko skolēni var izmantot, lai sataisītu dažādus treniņa plānus attiecīgajiem situācijas cilvēkiem

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība - Mans fizisko aktivitāšu plāns	2. aktivitāte. Plāna izstrāde

Skolēnu darbība: Skolēni izveido treniņa plānu, izmantojot plāna veidlapu

Komentāri: darba lapā izmanto 4. kolonnu – "Kā es sasniegšu savu mērķi?", lai ierakstītu treniņa grafiku.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrānlaika plānošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrānlaiks	1. nodarbība - Kas ir ekrānlaiks?	Kopīgā noslēguma apspriede: ekrāna laika žurnāls.

Skolēnu darbība: skolēniem jāieraksta, cik daudz laika viņi pavada pie ekrāna 24 nodarbībās, un salīdzina to ar nodarbībā izveidoto ekrāna laiku žurnālu

Komentāri: izmantot tabulu, kas atrodama darba lapa 3. uzdevumā.

2. 6. Kā veido un raksturo figūras?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Daudzstūru veidošana un pārveidošana (Veic praktiskus darbus grupā, veidojot noderīgas lietas no daudzstūriem)

Atbilstības atslēgas vārds: 9 rombu karte

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība - Kādi ir riski?	1. aktivitātes variants! 9 Rombu kārtis

Skolēnu darbība: Skolēni sakārto alkohola/cigarešu sekas no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Kāpēc ir jāsporto?	1. aktivitāte. 9 rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība - Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: skolēni sakārto tikumus atbilstoši viņu domām tukšajā romba veidnē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība - Kopiena un darbs kopienas labā	4. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto kopienas darbus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

4. klase

4. 4. Kā daudzciparu skaitļus reizina un dala ar divciparu skaitli?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Atbilstības atslēgas vārds: budžets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Rīkošanās ar naudu	2. nodarbība - Budžeta plānošana	2. aktivitāte. Budžeta veidošana

Skolēnu darbība: Skolēniem jāizveido savs nedēļas budžets, lai tērētu naudu lietām, kas tiem vajadzīgas

Komentāri: izmanto 1. materiālu

6. klase

6. 5. Kā sadzīves situācijās izmanto procentus? un

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

8. 1. Kā matemātiski raksturo un analizē datus?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Atbilstības atslēgas vārds: statistika par narkotikām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība - Saprātīga izvēle	2. aktivitāte. Narkotiku kaitīgā ietekme

Skolēnu darbība: Skolēni apskata faktu lapu par alkoholu un narkotiskajām vielām, lai uzzinātu jaunākos statistikas datus attiecībā uz jauniešiem

Komentāri: 1. materiāls 3. lpp.

Atbilstības atslēgas vārds: aptauja par draudzību

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība - Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	Uzsākšana: pārsteidzoša statistika?

Skolēnu darbība: skolēni diskutē par Lielbritānijas Drošāka interneta centra 2017. gada aptauju par draudzību tiešsaistē

Atbilstības atslēgas vārds: statistika par azartspēlēm

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība - Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko un diskutē prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku

SOCIĀLĀ UN PILSONISKĀ MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: *Indivīds*

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): stāsta par savu ģimeni.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība "Kas ir ģimene"	1. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Bērni uzzīmē savu ģimeni, norādot ģimenes locekļus. Zīmējumā var iekļaut arī mājdzīvniekus, paplašinātās ģimenes locekļus, bērniem svarīgus pieaugušos, kas par viņiem rūpējas. Lūdziet bērniem izvēlēties tikumu, kas vislabāk atbilst katram ģimenes loceklim (piemēram, laipns, dāsns, drosmīgs). Lūdziet bērniem parādīt savus zīmējumus partnerim vai nelielās grupās, ja bērni neiebilst.

Komentāri: Idejas nodarbības dažādošanai un/vai papildināšanai.

1. Iepriekš vienojoties ar ģimeni varat aicināt bērnus uz nodarbību atnest ģimenes vai atsevišķu ģimenes locekļu fotogrāfijas. Mudiniet bērnus pastāstīt par saviem ģimenes locekļiem.
2. Nodarbības noslēgumā vai brīvbrīžos kopā ar bērniem varat izveidot "akmeņu ģimenīti". Katrs salasa noteiktu skaitu vidēja izmēra akmentiņus, apglezno tos, vai uzraksta uz tiem vārdus. Ļaujiet bērniem ar "akmeņu ģimenēm" spēlēties un izdomāt dažādus scenārijus.

Satura vienība: *Indivīds*

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): nosauc savas un cita emocijas (skumjas, bailes, izbrīns, pārsteigums) un mācās tās paust atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: morālā dilemma.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	2. nodarbība "Satars, kas mūs biedē, satrauc vai apbēdina"	2. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Aplūkojiet šo morālo dilemmu pāros vai nelielās grupās un tad izstāstiet savas idejas visai grupai.

Tu apciemo labāko draudzeni no skolas, un jūs abi kopā skatāties tavas mīļākās dziesmas video viņas planšetdatorā. Pēkšņi ekrānā parādās ļoti baiss video, kas jūs nobiedē, un jūs zināt, ka šādu video jums nevajadzētu skatīties. Draudzene lūdz nestāstīt par to viņas mammai, lai viņa neiekultos nepatīkšanās.

- Kur ir problēma?
- Kādi tikumi šeit savstarpēji pretdarbojas? Kāpēc šis lēmums ir grūts?
- Kā, tavuprāt, tev būtu jārikojas? Kāpēc?

Vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?

Satura vienība: Indivīds

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): nosauc savas un cita emocijas (skumjas, bailes, izbrīns, pārsteigums) un mācās tās paust atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	3. nodarbība "Strīdi ar draugiem"	2. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbība: Izdaliet bērniem grupās lomu spēļu kārtis, kurās aprakstītas dažādas situācijas, un lūdziet tās izspēlēt, piedāvājot situācijas risinājumu. Mudiniet bērnus nosaukt, kādus tikumus viņi pielieto, lai atrisinātu konfliktus.

Komentāri: Lai izmantotu piedāvātās situācijas, apskatiet tēmai pievienoto 2. prezentāciju "Lomu spēles".

Satura vienība: Indivīds

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): stāsta par izglītības iestādi, kuru apmeklē, piemēram, nosaukums, adrese, darbinieki, telpas, grupas telpa, galvenie notikumi.

Atbilstības atslēgas vārds: mūsu pirmsskolas izglītības iestāde

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Mūsu kopiena	2. nodarbība "Mūsu kopiena skolā"	Mācību aktivitātes. Uzsākšana: skolas kopiena. 1. aktivitāte. Kuri cilvēki ietilpst skolas kopienā?

Skolēnu darbība: 1. Pagājušā nodarbībā tika apskatītas dažādas kopienas, pie kurām piederam. Šajā nodarbībā apskatīsim kopienas, kuras locekļi esam mēs visi. Aiciniet bērnus uzminēt šīs dienas nodarbības tēmu. Pēc tam varat parādīt attēlus/priekšmetus, kas norāda uz piederību grupai un pirmsskolas izglītības iestādei. (Pirmsskolas izglītības iestādes nosaukums, simbolika, grupas nosaukums, vienojošā dziesma, iespējams, apģērbs utt.)

2. Kopīgi diskutējiet - Mēs visi esam daļa no pirmsskolas kopienas — mēs šo iestādi apmeklējam (vai tajā strādājam). Kurš vēl ietilpst mūsu kopienā? Jūs varat uzzīmēt domu karti uz tāfeles vai lūgt bērniem dalīties ar idejām mazākās grupās, pēc tam sniegt atgriezenisko saiti. Jūs varat bērniem parādīt uzvedinošas fotogrāfijas. Mērķis ir iekļaut skolas kopienā tik daudz dažādu locekļu, cik vien iespējams. Padomājiet, cik daudz dažādu lomu/darba pienākumu ir katram no šiem cilvēkiem.

Satura vienība: Sabiedrība un sadarbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): sadarbojoties īsteno kopīgu uzdevumu un vienojas par kopīgu mērķi.

Atbilstības atslēgas vārds: sadarbība, plānošana.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	3. nodarbība "Dzīvot daudzveidīgā kopienā"	Kopīgā noslēguma apspriede: atšķirību novērtēšana

Skolēnu darbība: Kopā ar bērniem plānoji, vai un kā grupiņā var noorganizēt pasākumu, kurā galvenā uzmanība tiktu pievērsta grupas vietējās kopienas daudzveidībai un dažādībai? Bērni apdomā un nosauc idejas pasākumam. Idejas par pasākumu fiksē uz tāfeles "Lielā kopā sanāksšana".

Kopīgi vienojaties par iespējamo pasākumu, kuru realizēt. Sāciet to plānot!

Komentāri: Lai pilnvērtīgi īstenotu ielānoto aktivitāti apskatiet nodarbības tēmai pievienotās prezentācijas 6. slaidu.

Satura vienība: Sabiedrība un sadarbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): sadarbojoties īsteno kopīgu uzdevumu un vienojas.

Atbilstības atslēgas vārds: vienošanās par kopīgu atbildi.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Varoņi	2. nodarbība "Slaveni varoņi"	2. aktivitāte. Varoņu profili.

Skolēnu darbība: Apskatiet prezentācijā 3 Latvijā ievērojamus cilvēkus un kopīgi izlasiet īsu aprakstu par tiem. Lasiet īpašības un tikumus (5. slaidis), kopīgi vienojaties un seciniet kuram no šiem cilvēkiem tie ir visatbilstošākie un kāpēc.

Komentāri: Lai veiktu šo uzdevumu apskatiet šim nodarbību plānam pievienoto PowerPoint prezentāciju.

Satura vienība: Sabiedrība un sadarbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): atšķir labu rīcību no sliktas.

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti ar draugiem.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	3. nodarbība "Strīdi ar draugiem".	1. aktivitāte. Rīcība, kas palīdz/sāpina.

Skolēnu darbība: Audzinātāja pastāsta, ka strīds nenozīmē, ka draudzība ir beigusies. Parasti mūsu konfliktus var atrisināt. Pajautājiem bērniem, kāpēc ir svarīgi atrisināt konfliktus? Kādi tikumi tam varētu būt nepieciešami? Aplūkojiet prezentācijā minētos piemērus rīcībai, kas sāpina/palīdz, un lūdziet bērniem sašķirot šos piemērus. Jūs varat pārrunāt, kādi tikumi katrā rīcībā izpaužas vai kuru tikumu trūkst. Vai bērni var izdomāt citas stratēģijas, kas palīdzētu pārvarēt grūtības draudzībā?

Komentāri: Uzdevuma veikšanai izmantojiet tēmai pievienoto PowerPoint prezentāciju.

Satura vienība: Sabiedrība un sadarbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Kā un kādēļ vērsties pēc palīdzības

Atbilstības atslēgas vārds: palīdzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	1. nodarbība "Kurš var mums palīdzēt?"	1. aktivitāte. Pareizais cilvēks šim darbam.

Skolēnu darbība: Cilvēki, ko mēs aplūkojam iepriekšējā aktivitātē, ir attīstījuši īpašas prasmes, lai varētu mums palīdzēt. Ja mums nepieciešama palīdzība, mums ir jāsaprot, kurš cilvēks var mums palīdzēt. Aiciniet bērnus atbildēt uz sekojošiem jautājumiem :

- Kā mums var palīdzēt ārsts?
- Kā mums var palīdzēt policists?

Izmantojot tēmai pievienoto 2. prezentāciju, izskaidrojiet atbilstību spēli. Ja jums ir interaktīvā tāfele, tad attiecīgās situācijas ar attēliem savienojiet uz ekrāna, ja nē, tad izvietojiet grupas telpā izdrukātos attēlus no tēmai pievienotā 3 faila. Nolasiet situāciju un aiciniet bērnus nostāties pie situācijai atbilstošā attēla.

Satura vienība: Sabiedrība un sadarbība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): nosauc ārkārtas palīdzības izsaukumu numuru 112 un skaidro, kuros gadījumos to nepieciešams izmantot.

Atbilstības atslēgas vārds: palīdzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Palīdzība	2. nodarbība "Ārkārtas situācijas"	1. aktivitāte. Kā mums jārikojas?

Skolēnu darbība: Izstāstiet, ka gadījumā, ja bērni pamana ārkārtas situāciju un tuvumā nav neviena pieauguša, viņiem jāzvana uz 112. Atgādiniet bērniem, ka uz šo numuru var piezvanīt arī tad, ja tas ir bloķēts vai tālrunim nav zonas.

- Kādos gadījumos jāizsauc policija?
- Kādos gadījumos jāizsauc ātrā palīdzība?
- Kādos gadījumos jāizsauc ugunsdzēsēji?

Zvanot 112, tev būs jāsniedz noteikta informācija, lai dispečers saprastu, kāda palīdzība nepieciešama — tev jāpasaka, kur tu atrodi un kas ir noticis. Atceries, ka tev ir jāsaņem, kamēr klausuli noliek dispečers!

Varat kopīgi noskatīties īsus animācijas video, kuros attēlotas situācijas, kurās jāzvana glābšanas dienestiem.

- Auto avārija. https://www.youtube.com/watch?v=wXaURn4tYBs&ab_channel=VUGD
- Zādzība. https://www.youtube.com/watch?v=s7pyGwvHcHg&ab_channel=VUGD
- Ugunsgrēks. https://www.youtube.com/watch?v=gIvfMcWiu1E&ab_channel=VUGD

Komentāri: Pēc kopīgas diskusijas un video noskatīšanās varat apspriest kādi tikumi nepieciešami, lai piezvanītu pa tālruni 112 un meklētu palīdzību?

Satura vienība: Kultūru daudzveidība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): skaidro, ka cilvēki ir dažādi: runā dažādās valodās, dažādi svin svētkus.

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	nodarbība "Dažādas ģimenes".	2. aktivitāte. Dažādas ģimenes.

Skolēnu darbība: Lai parādītu bērniem, ka ģimenes var būt dažādas, demonstrējiet attēlu prezentācijā. Aiciniet bērnus atbildēt uz sekojošiem jautājumiem -

- Kas šīm ģimenēm vienāds? Kas tām atšķirīgs?
- Kāds tikums mums vajadzīgs, kad mēs iepazīstamies, satiekamies vai pavadām laiku ar citu cilvēku ģimenēm?

Komentāri: Nepieciešamo attēlu atradīsiet prezentācijā - 1. materiāls.

Satura vienība: Kultūru daudzveidība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): skaidro, ka cilvēki ir dažādi: runā dažādās valodās, dažādi svin svētkus.

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	3. nodarbība "Dzīvot daudzveidīgā kopienā".	Mācību aktivitātes. Uzsākšana: daudzveidība un dažādība.

Skolēnu darbība: Audzinātāja aicina bērnus aplūkot daudzveidības un dažādības definīciju PowerPoint prezentācijas 2. slaidā.

Audzinātāja pārrunā ar bērniem sekojošus jautājumus no 3. slaida prezentācijā:

- Kādā veidā mūsu klasē redzama daudzveidība un dažādība?
- Kādos veidos mūsu vietējā kopiena ir daudzveidīga?

Komentāri: Nepieciešamo attēlu atradīsiet nodarbību plānam pievienotajā prezentācijā.

Satura vienība: Kultūru daudzveidība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): skaidro, ka cilvēki ir dažādi: runā dažādās valodās, dažādi svin svētkus.

Atbilstības atslēgas vārds: iespējas un pārbaudījumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	3. nodarbība "Dzīvot daudzveidīgā kopienā".	1. aktivitāte. Iespējas un pārbaudījumi

Skolēnu darbība: Kopīgi aplūkojiet 4. slaidu prezentācijā. Audzinātāja pastāsta, ka dzīve daudzveidīgā kopienā sniedz gan iespējas, gan pārbaudījumus.

Diskutējiet -

- Kādas ir dažas no iespējām? (Piemēram, iespēja pusdienot, nobaudot dažādu tautu ēdienus, iepazīt dažādu kultūru tradīcijas vai svētkus, apgūt dažādas prasmes utt.)
- Kādi varētu būt pārbaudījumi?
- Kādi tikumi nepieciešami, lai labi dzīvotu daudzveidīgās kopienās?

Komentāri: Nepieciešamo attēlu atradīsiet nodarbību plānam pievienotajā prezentācijā.

Satura vienība: Kultūru daudzveidība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): skaidro, ka Latvija ir daļa no pasaules.

Atbilstības atslēgas vārds: iespējas un pārbaudījumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība "Kur ir mana vietējā kopiena".	Mācību aktivitātes. Uzsākšana: kur ir mūsu vietējā kopiena? 1. aktivitāte. Īpašas vietas

Skolēnu darbība: Audzinātāja atgādina bērniem, ka iepriekšējā nodarbībā apskatīja dažādas kopienas, pie kurām viņi pieder. Vērš bērnu uzmanību, ka šajā mācību nodarbībā tiks vērsta uzmanība viņu vietējai kopienai.

Kopīgi diskutējiet:

- Ko nozīmē "vietējā kopiena"?
- Kur ir tava vietējā kopiena? (Šis punkts bērniem var nedaudz atšķirties.)

Audzinātāja izmantojiet *Google Earth* aktivitāti sāk ar pasaules skatu, tad tuvina Eiropu, tad Latviju, pilsētu/rajonu un visbeidzot — vietējo kopienu.

Pēc tam kopīgi, izmantojot rajona karti, aicina bērnus atrast vietējās kopienas svarīgākās un raksturīgākās vietas (piemēram, parki, veikali, baznīcas, dzīvojamās mājas). Aicina bērnus pāros pārrunāt, kuras vietas vietējā kopienā viņi apmeklē vai kuras no tām viņiem ir īpašas. Audzinātāja var aicināt, lūgt izveidot viņu personīgo vietējā apgabala karti, atzīmējot viņiem svarīgās vietas.

Satura vienība: Noteikumi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Rosina spriest par sekām, kas varētu notikt, ja neievēro noteikumus.

Atbilstības atslēgas vārds: noteikumi un drošība internetā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	3. nodarbība "Personīgās informācijas turēšana drošībā"	1. aktivitāte. Personīgā informācija.

Skolēnu darbība: Stāstiet bērniem, ka personīgā informācija ir jebkura patiesa informācija par viņiem — brāļu vai māsu skaits, dzīvesvieta, skola, kurā mācās (varat aicināt bērnus nosaukt arī citus piemērus). Pārrunāiet, ka daļu personīgās informācijas drīkst koplietot, piemēram, mīļākās dziesmas nosaukumu, taču ir tāda informācija, kuru nedrīkst izpaust citiem, piemēram, mājas adrese. Atgādiniet, ka tiešsaistē mēs varam sastapt nepazīstamus cilvēkus, piemēram - videospēlēs vai komentāru sadaļās. Kopīgi noskatieties kādu no piedāvātajiem video. –

1. “Ko nedrīkst teikt svešiniekam” <https://youtu.be/gBwEoQago7Q>
2. “Netici svešiniekam” https://www.youtube.com/watch?v=OOE38auoppI&ab_channel=LatvijasDro%C5%A1%C4%81kainternetacentrs

Komentāri: Kopīgi apskatiet attēlu, kurš ievietots nodarbību plānam pievienotajā prezentācijā. Lūdziet bērniem sašķirot, ar kuru informāciju ir droši dalīties un kuru informāciju nedrīkst izpaust. Kā mēs varam būt atbildīgi par savu personīgo informāciju?

Satura vienība: Noteikumi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): prognozē dažādas rīcības sekas ar personīgo veselību un drošību saistītās ikdienas situācijā.

Atbilstības atslēgas vārds: veselīgs uzturs

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	2 nodarbība “Veselīgs uzturs”	1. aktivitāte. Veselīgs vai neveselīgs?

Skolēnu darbība: Audzinātāja uz tāfeles izvieto uzskatu attēlus. Aicina bērnus atbildēt uz jautājumiem - Kuras uzkodas ir veselīgas? Kuras uzkodas ir neveselīgas? Kā to var zināt?

Kopīgi varat mēģināt sakārtot uzkodas secīgi no neveselīgākās uz veselīgāko. Audzinātāja paskaidro, ka neveselīgās uzkodās ir daudz taukvielu, cukura vai sāls — tās ir vielas, kas mums vajadzīgas nelielā daudzumā. Dažkārt mēs varam izpētīt etiķeti, lai saprastu, kāds ir šis produkts. Audzinātāja parāda pārtikas produktu marķējuma “luksofora principu” un paskaidro, ka sarkanais marķējums nav laba zīme!

Diskutējiet-

- Kāpēc ir svarīgi izvēlēties veselīgas uzkodas?
- Kādi tikumi, tavuprāt, ir nepieciešami, lai izvēlētos veselīgas uzkodas?

Komentāri: Uzskatu secīgai kārtīšanai no neveselīgākā uz veselīgāko būtu labi izmantot reālus produktus vai to iepakojumus.

Satura vienība: Noteikumi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): prognozē dažādas rīcības sekas ar personīgo veselību un drošību saistītās ikdienas situācijā.

Atbilstības atslēgas vārds: personīgā higiēna

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	1. nodarbība “Tīras rokas”	Mācību aktivitātes. Uzsākšana: baktērijas

Skolēnu darbība: Noskatieties SPKC veidoto animācijas filmiņu par roku higiēnas nozīmi. “Par Janča punci un tīrām rokām”

(https://www.youtube.com/watch?v=vDIFPEoCnRo&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrolescentrs)

Pārrunāiet sekojošus jautājumus: Kas ir baktērijas? Kāpēc dažas baktērijas ir kaitīgas cilvēkiem? Kā mēs varam novērst baktēriju vairošanos?

Audzinātāja parāda attēlu ar rokām, kas izskatās tīras. Pavaicāiet bērniem, vai šīs rokas izskatās tīras/netīras? Vai tās ir jāmazgā? Mudiniet bērnus izmantot vārdu “baktērijas” un uzsveriet, ka tās ir

pārāk sākas, lai varētu saskatīt. Paskaidrojiet, ka pat tad, kad rokas izskatās tīras, tās ir jāmazgā pēc tualetes apmeklējuma, pirms ēšanas, pēc rotaļāšanās ārā vai ar mājdzīvniekiem un pēc klepošanas vai šķaudīšanas.

Komentāri: Attēlu varat meklēt nodarbību plānam pievienotajā prezentācijā.

Satura vienība: Noteikumi

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): rosina spriest par sekām, kas varētu notikt, ja neievēro noteikumus.

Atbilstības atslēgas vārds: noteikumi un drošība internetā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	2. nodarbība "Saturs, kas mūs biedē, satrauc vai apbēdina"	1. aktivitāte. Dīvainas sajūtas vēderā.

Skolēnu darbība: Audzinātāja izstāsta, ka internets var sagādāt daudz prieka, jautrības un būt noderīgs, taču tiešsaistē ir arī saturs, kas var būt biedējošs un satraucošs.

Kopīgi noskatieties video "Vajāšana" no "Aitu dzīves". (<https://drossinternets.lv/lv/info/aitu-dzive>) Šajā adresē atradīsiet materiālu kopu, kuras mērķis ir pilnveidot pirmsskolas bērnu un sākumskolas skolēnu izpratni un zināšanas par interneta vidi, tās radītajiem riskiem, drošu uzvedību interneta vidē, kā arī mudinātu domāt par jēgpilnu un samērīgu tehnoloģiju lietošanu ikdienā.

Pēc tam pārrunājiet un apkopojiet video redzēto. - Kādas pazīmes var norādīt, ka tu jūties nobijies, satraucies vai bēdīgs? - Kā tev ir jārīkojas? Kad tev tas jādara? - Kurš cilvēks var būt "uzticams pieaugušais"?

Latvijas un pasaules vēsture 7. -9. klasei

7. klase

7. 2. Pirmās civilizācijas

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Kas ir civilizācija - civilizācijas pazīmes

Atbilstības atslēgas vārds: Kopiena (valsts)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	2. aktivitāte. Kas ir kopiena? 3. aktivitāte. Pie kurām kopienām es piederu?

Skolēnu darbība: Skolēni reflektē par to, kas ir kopiena, atpazīst sevi kā piederošu dažādām kopienām un pārdomā savu lomu tajās. Papildu viņi salīdzina savas kopienas ar kopienām, pie kurām varētu būt piederējis agrākās civilizācijās.

Komentāri: Skolēni veido gan personīgu, gan abstraktu izpratni par hierarhiju civilizācija – sabiedrība – kopiena – indivīds, kur piederība konkrētai plašākai grupai veido indivīdu, bet vienlaikus indivīds ar savu rīcību veido savu vidi.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	2. aktivitāte. Devīni rombi

Skolēnu darbība: Skolēni sakārto deviņus dažādus cilvēku ieradumus pēc to nozīmības kopienas kontekstā (9 rombi) un analizē, kādā mērā šie ieradumi varētu būt bijuši svarīgi arī pagātnes civilizācijās. Skolēni salīdzina savu mūsdienu izpratni par to, kas ir nozīmīgs, ar tikumiem un vērtībām agrākos laikos.

Komentāri: Šī aktivitāte palīdz izprast šī vēstures temata ziņu: "Seno un mūsdienu cilvēku priekšstati par pasauli ir atšķirīgi, tomēr pamatvērtības – līdzīgas."

7. 3. Antīkās pasaules sasniegumi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Kuriem mūsdienu demokrātijas principiem aizsākumi ir atrodamī antīkajā pasaulē?

Atbilstības atslēgas vārds: Demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Mācību aktivitātes uzsākšana: piedalīšanās

Skolēnu darbība: Apskatot tādus piemērus kā vides aktiviste Grēta Tūnberga, skolēni nosauc un analizē pilsoņa iespējas ietekmēt norises mūsdienu demokrātijās un salīdzina tās ar pilsoņa iespējām antīkajā pasaulē.

Komentāri: Ņemot vērā aktivitātes fokusu uz to, kā mūsdienu demokrātijā var iesaistīties jaunieši, iespējams salīdzināt arī pilsoņa statusa kritērijus – vecumu, dzimumu, nodarbošanos – antīkajā pasaulē un mūsdienās.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Kopīgā noslēguma saruna - atgriezeniskā saite

Skolēnu darbība: Izmantojot tikumu sarakstu no Rīku kastes 3. nodarbības “Kas ir tikumi?”, skolēni diskutē par to, kādi tikumi bija un ir nozīmīgi demokrātijas pilsonim.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	2. aktivitāte. Vēstuļu rakstīšana deputātiem

Skolēnu darbība: Skolēni apspriež, kādi politiski jautājumi viņiem pašiem ir svarīgi un, balstoties avotos, salīdzina tos ar problēmām, kas varētu būt uztraukušas antīko pilsoni. Skolēni grupās raksta vēstuli vai nu no savas vai no antīkā pilsoņa perspektīvas.

7. 4. Kristīgās un islāma pasaules rašanās

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Kāda loma Eiropas vēsturē bija kristīgajai baznīcai?

Atbilstības atslēgas vārds: Kopienas / dažādība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība
5.	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā.	4. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: Skolotāja vadībā skolēni diskutē par to, kādas priekšrocības un problēmas novērojamas daudzveidīgā sabiedrībā, salīdzinot mūsdienu Latvijas kontekstu ar laiku, kad Eiropā attīstījās kristietība un vēlāk ienāca islāms. Izmantojot dažādus avotus, skolēni veido priekšstatu par vērtībām un tikumiem kristietībā un islāmā. Skolēni izmanto 9 rombu aktivitāti, lai salīdzinātu, kuri cilvēku ieradumi tiktu augstāk vērtēti katrā no reliģijām un kurus ieradumus viņi paši vērtē visaugstāk.

8. klase

8. 1. Atklājumu un baznīcas reformu laikmets

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Kādi bija humānistu uzskati par zināšanu nozīmi cilvēka dzīvē?

Atbilstības atslēgas vārds: Mācīšanās prasmes un tikumi

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Tava nākotne	2. nodarbība - Mācīšanās prasmes un tikumi	3. aktivitāte. Mācīšanās sniegtie ieguvumi Papildus: 4. aktivitāte. Smadzenes un mācīšanās 5. aktivitāte. Ieradumu attīstīšana

Skolēnu darbība: Skolotāja mudināti, skolēni salīdzina zināšanu nozīmi cilvēka dzīvē pirms un pēc renesanses un mūsdienās. Kontekstā ar zināšanu nozīmi mūsdienu pasaulē, skolēni diskutē par to, kādi ieguvumus sniedz prasme mācīties, apspriež savu motivāciju mācīties un izsaka viedokli par teicienu “mūžu dzīvo, mūžu mācies”. Skolēni katrs uzraksta dienasgrāmatas ierakstu, norādot, kā viņš varētu kļūt par cilvēku, kas mācīsies visu mūžu, un kādi tikumi un ieradumi ir jāattīsta šāda mērķa sasniegšanai.

Komentāri: Dienasgrāmatas ierakstam skolēni var izmantot tikumu sarakstu no Rīku kastes 3. nodarbības “Kas ir tikumi?”, kā arī papildus noskatīties video par smadzeņu darbību, mācīšanos un ieradumiem.

9. klase

9.1. Pārmaiņas Pirmā pasaules kara iespaidā

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):
Ko valsts deva sabiedrībai? Iespējas personības izaugsmei.

Atbilstības atslēgas vārds: Demokrātija

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Mācību aktivitātes uzsākšana: piedalīšanās

Skolēnu darbība: Apskatot personību nozīmi Latvijas valsts izveidē, skolēni nosauc un analizē indivīda iespējas ietekmēt politiskas norises pēc pirmā pasaules kara un salīdzina tās ar mūsdienām.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	Kopīgā noslēguma saruna - atgriezeniskā saite

Skolēnu darbība: Apskatot nozīmīgas personības Latvijas valsts neatkarības proklamēšanu, skolēni diskutē par to, kādi tikumi bija un ir nozīmīgi, lai panāktu nopietnas politiskas pārmaiņas.

Komentāri: Skolēni var izmantot tikumu sarakstu no Rīku kastes 3. nodarbības “Kas ir tikumi?”.

Atbilstības atslēgas vārds: Rakstura stingrība

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Tava nākotne	1. nodarbība – Rakstura stingrība	Mācību aktivitātes uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolotāja vadībā skolēni diskutē par saikni starp cilvēka panākumiem un rakstura iezīmēm, par piemēriem ņemot vēsturiskas un mūsdienu personības.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Tava nākotne	1. nodarbība – Rakstura stingrība	1. aktivitāte. VIA aptauja

Skolēnu darbība: Skolēni aizpilda aptauju, kas palīdz noteikt skolēna spēcīgākās rakstura iezīmes, spriež par to nozīmīgumu un par tikumiem, ko vēlētos attīstīt labāk. Papildus iespējams apspriest vēsturisku personību rakstura iezīmes kā savas personības attīstības iedvesmas avotu.

Komentāri: Uzdevumi palīdz īstenot šo vēstures sasniedzamo rezultātu: “Pēta vēsturiski nozīmīgas personības Latvijas valsts proklamēšanas un neatkarības aizstāvēšanas laikā, lai izdarītu secinājumus par šo personu paveikto un rakstura īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus. Spriež, ka jebkuram indivīdam ar savu darbību ir un būs iespēja ietekmēt vēstures notikumus.”

9.2. No demokrātijas uz totalitārismu

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kāda bija indivīdu reakcija pret nedemokrātiskajiem režīmiem Latvijas teritorijā?

Atbilstības atslēgas vārds: Demokrātija/Veselīgas attiecības

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Vienaudžu izdarītais spiediens	Mācību aktivitātes uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolēni kopā ar skolotāju apspriež, kas ir vienaudžu izdarīts spiediens un kādās situācijās to var piedzīvot. Skolotājs mudina skolēnus domāt plašāk par grupas spiedienu uz indivīdu

arī vēsturiskā kontekstā. Kādu apkārtējo spiedienu Latvijas iedzīvotāji piedzīvoja valsts demokrātijai sašūpojoties? Kā izpaudās viņu pakļaušanās vai pretošanās apkārt esošajam spiedienam? Kas viņus motivēja un kādi tikumi viņiem piemita?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Vienaudožu izdarītais spiediens	4. aktivitāte. Kādi ir tavi ieteikumi?

Skolēnu darbība: Skolēni izvēlas mediju (infografiku, plakātu, podkāstu u.c.), kurā apkopot padomus par to, kā nepakļauties apkārtējo spiedienam, iekļaujot situāciju piemērus, grūtības un veiksmīgas stratēģijas. Skolēni tiek mudināti atsaukties uz piemēriem no vēstures un vispārīgiem tikumiem un vērtībām, kas ļauj cilvēkam nepakļauties spiedienam.

9. 4. Vēsture un mūsdienu pasaules izaicinājumi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):

Kā izbeigt konfliktu miera sarunās?

Atbilstības atslēgas vārds: konfliktu risināšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība - Kā rodas konflikti?	1. aktivitāte. Konflikta kāpinātājs 2. aktivitāte. Kāpēc rodas konflikti? 3. aktivitāte. Uzvedības eskalators

Skolēnu darbība: Skolēni veic dažādas aktivitātes, lai izprastu, kā rodas konflikti. 1. Skolotājs lūdz diviem skolēniem izspēlēt situāciju, kurā diviem cilvēkiem pēc piezīmes gaitenī rodas nesaskaņas, kas tiek sakāpinātas, pasliktinot situāciju. 2. Skolēni analizē iemeslus, kādēļ cilvēki mēdz nonākt konfliktā. 3. Skolēni min piemērus uzvedībai, kas konfliktu var saasināt vai samierināt.

Komentāri: Viscaur uzdevumiem var tikt veidots salīdzinājums starp personīgiem un politiskiem konfliktiem – kas tiem ir kopīgs un atšķirīgs? Vai vieni var būt pamatā otriem? Kā atšķiras konflikti starp grupām un starp indivīdiem?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība - Kā rodas konflikti?	4. aktivitāte. konflikta mazināšanas metode NAAA

Skolēnu darbība: Skolotājs pārrunā ar skolēniem konflikta mazināšanas metodi NAAA:

- Nomierinieties
- Apņemieties risināt problēmu
- Aplūkojiet problēmu no dažādiem skatupunktiem
- Atrisiniet problēmu

Skolēni izmēģina to pielietot, mēģinot atrisināt dažādus konfliktsituāciju piemērus.

Komentāri: Skolēni var tikt aicināti diskutēt par to, kādā mērā šāda metode ir noderīga arī politiskās miera sarunās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība - Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	Mācību aktivitātes uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolotājs uzdod jautājumu: Vai problēmas risināšanā jebkad ir pieļaujama vardarbība? Skolēni pārrunā ar partneri un dalās ar savām idejām klasē.

Komentāri: Jautājumu var formulēt arī šādi: Vai karš jebkad ir attaisnojams?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība - Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	2. aktivitāte. Cilvēks-etalons

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa aprakstu vai noskatās video par Martinu Luteru Kingu un viņa lomu cilvēktiesību aizstāvībā. Skolēni apspriež miermīlīgā protesta pieeju, ar to, kā tas darbojas un ar kādiem šķēršļiem var nākties saskarties, izmantojot šādu konflikta risināšanas veidu. Skolēni var tikt mudināti pārdomāt arī kādu tuvāku piemēru – piemēram, Baltijas ceļu.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība - Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	1. aktivitāte. Konflikti sabiedrībā Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Skolēni skolotāja vadībā diskutē par neseniem konfliktiem sabiedrībā. Tiek apspriests to atspoguļojums ziņās, to saasinājumi, centieni tos samierināt un iespējamās risinājumus. Skolēni tiek mudināti padomāt ne tikai par starptautiskiem konfliktiem, bet arī tādiem, kas skar Latvijas sabiedrību vai kādu kopienu tepat blakus. Kā mēs varētu ar savu darbību veicināt šo konfliktu risināšanu?

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu:

Kā Latvijas pilsonim rīkoties pret Latviju izvēsta hibrīdkara apstākļos? (Izvērtēt informāciju)

Atbilstības atslēgas vārds: Viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	Mācību aktivitātes uzsākšana 1. aktivitāte. Ziņu avoti

Skolēnu darbība: Skolēni kopā ar skolotāju pārrunā jautājumu "kas ir ziņas?", apspriež un pēc vajadzības labo uzdevumā piedāvāto definīciju. Klase pārrunā, kādos avotos viņi visbiežāk iegūst ziņas un apspriež šo avotu priekšrocības un trūkumus.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	2. aktivitāte. Kas ir viltus ziņas? 3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs ar skolēniem pārrunā jēdzienus "viltus ziņas", "pēcpatiesība" un "alternatīvie fakti". Skolēni diskutē par to saistību ar sociālajiem tīkliem un iespējamajiem iemesliem, kādēļ kāds izplata viltus ziņas. Skolēni, izmantojot uzdevumā piedāvātos resursus, trenējas atpazīt viltus ziņu pazīmes un apspriež metodes, kā pārbaudīt faktus. Skolēni diskutē par viltus ziņu izplatīšanas sekām personīgā, valstiskā un starptautiskā līmenī.

Sociālas zinības 1. -9. klasei

1. klase

1.2. Kā veidot sev un citiem drošas attiecības kopienā?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Veido cieņpilnas attiecības ar apkārtējiem, nepieciešamības gadījumā sadarbojas ar citiem cilvēkiem, lai paveiktu kopīgu uzdevumu vai risinātu sadzīviskas problēmas; Draudzīga, izpalīdzīga, sirsnīga, atbildīga rīcība starp cilvēkiem veido drošas attiecības.

Atbilstības atslēgas vārds: Kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	1. nodarbība. Kas ir kopiena?	2. aktivitāte. Būt par kopienas locekli

Skolēnu darbība: diskutē, kādi tikumi nepieciešami kopienas locekļiem un kāpēc.

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	3. nodarbība. Dzīvot daudzveidīgā kopienā	Kopīgā noslēguma apspriede: atšķirību novērtēšana

Skolēnu darbība: plāno pasākumu, kurā galvenā uzmanība tiktu pievērsta klases vietējās kopienas daudzveidībai un dažādībai? Skolēni apdomā un nosauc idejas pasākumam, kuras skolotājs fiksē uz tāfeles "Lielo kopā sanākšanu".

Atbilstības atslēgas vārds: Draudzība / kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.	Draudzība	2. nodarbība. Kā rīkojas labi draugi?	1. aktivitāte. Lapsa un bruņurupucis.

Skolēnu darbība: aktivitātē lasa stāstu un diskutē par draudzību.

1.3. Kā sadarboties, svinot svētkus, ģimenē un klasē?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Attīsta ieradumu atbildīgi izturēties pret veicamajiem uzdevumiem gan individuāli, gan komandā, pieņemt kopīgus lēmumus un būt tolerantam pret atšķirīgo, līdzdarbojoties kopīgos klases pasākumos.

Atbilstības atslēgas vārds: Ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.	Ģimene	2. nodarbība. Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: analizē lomas ģimenē; pieraksta, ko katrs dara, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 1. klases skolēniem.

1.4. Kādas prasmes un īpašības vajadzīgas mācoties un strādājot?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Attīsta ieradumu būt zinātkāram un intelektuāli atvērtam, iegūstot informāciju no dažādiem informācijas avotiem.

Atbilstības atslēgas vārds: Mācīšanās prasmes un tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Tava nākotne	2. nodarbība - Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: iedomājas kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar partneri, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāpielieto?

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 1. klases skolēniem.

2. klase

2.1. Kā plānot savu laiku un mērķus, lai mācītos un nodarbotos ar vaļaspriekiem?

Norāde uz sasniedzamo gala rezultātu: Attīsta ieradumu plānot un vadīt savu izziņas procesu, stāstīt par to, izvirzot īstermiņa mērķus un plānojot savu laiku. Izzina brīvā laika pavadīšanas veidus, patstāvīgi izvirza individuālo mērķi nedēļai vai mēnesim savu interešu attīstīšanai, jaunu zināšanu un prasmju apgūšanai, seko līdzī tā izpildei. Ar skolotāja atbalstu plāno laiku mācībām un atpūtai, pastāsta par savām prasmēm, kas padodas vislabāk, kā arī kļūdām.

Atbilstības atslēgas vārds: plānošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2.	Fiziskās aktivitātes	3. nodarbība. Refleksija par fiziskajām aktivitātēm	Kopīgā noslēguma apspriedē: refleksija

Skolēnu darbība: aizpilda refleksijas tabulu attiecībā uz fiziskajām aktivitātēm:

- Ar ko esmu apmierināts?
- Pie kā vēlos strādāt.
- Mans mērķis.
- Kā es sasniegšu savu mērķi?

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 2. klases skolēniem.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Fiziskās aktivitātes	3. nodarbība. Mans fizisko aktivitāšu plāns	2. aktivitāte. Plāna izstrāde

Skolēnu darbība: plāno savas fiziskās aktivitātes.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 2. klases skolēniem.

2.2. Kā atšķirt to, ko gribas, no tā, ko vajag?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Attīsta ieradumu analizēt savas vēlmes un atteikties no nevajadzīgā, atbildīgi izmantojot pieejamos resursus.

Atbilstības atslēgas vārds: vēlmes un vajadzības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Nauda	1. nodarbība. Vēlmes un vajadzības	1. aktivitāte. Par savu naudu

Skolēnu darbība: dalās pieredzē par savām vēlmēm un vajadzībām naudas tēriņu kontekstā, veido to hierarhiju, diskutē par vērtībām.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 2. klases skolēniem.

2.3. Kādi noteikumi ir sabiedriskās vietās, un kāpēc tie jāievēro?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Izvērtējot informāciju, skolēni prot nosaukt grupas locekļu pienākumus un tiesības, stāsta, kā tie sasaucas ar uzvedības noteikumiem. Izsakot viedokli, pauž iejūtību pret citiem cilvēkiem, pazīstamās situācijās apsver savas rīcības ietekmi uz apkārtējiem. Sadarbojas grupās, lai sasniegtu kopīgu rezultātu, ievērojot grupas noteikumus un atpazīstot noteikumu pārkāpumus.

Attīsta ieradumu veidot cieņpilnas attiecības, sadarboties ar citiem cilvēkiem, ievērojot pieklājības normas un noteikumus.

Atbilstības atslēgas vārds: drošība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (5 gadi)	Palīdzība	1. nodarbība. Ārkārtas situācijas	1. aktivitāte. Kā mums jārīkojas?

Skolēnu darbība: modelē ārkārtas situācijas un, izmantojot simulācijas spēles, iejūtas glābēju lomā.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 2. klases skolēniem.

2.4. Kā pētīt un raksturot savu pilsētu un novadu?

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Apmeklē un līdzdarbojas skolas, pašvaldības kultūras pasākumos un valsts svētku svinību norisēs, atpazīst fotogrāfijās un ikdienā sava novada/pilsētas nozīmīgākos kultūrvēstures objektus un izmaiņu piemērus tuvākajā apkārtnē, piedāvā variantus, kā tos varētu popularizēt.

Attīsta ieradumu patstāvīgi veidot izpratni par pasauli, Latvijas un latviešu valodas nozīmi tajā, iepazīstot kultūrvēstures mantojumu.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.	Kopienas	Kur ir mana vietējā kopiena?	Uzsākšana: kur ir mūsu vietējā kopiena?

Skolēnu darbība: diskutē, ko nozīmē vietējā kopiena un kur ir katra vietējā kopiena.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 2. klases skolēniem.

3. klase

3.1. Kā atšķirt faktus un viedokļus ikdienā?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Attīsta ieradumu būt zinātkāram un intelektuāli atvērtam, izzinot faktus un atpazīstot viedokļus.

Atbilstības atslēgas vārds: Viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3.	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	2. aktivitāte. Kā izvairīties no viltus ziņām

Skolēnu darbība: analizē veidus, kā izvairīties no viltus ziņām.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 3. klases skolēniem.

3.2. Kā pētīt un saglabāt tradīcijas?

Norāde uz sasniedzamo galarezultātu: Sekmīgi darbojas individuāli un komandā, risina sarunas, pieņem kopīgus lēmumus, ir tolerants pret atšķirīgo, strādājot grupās un piedaloties kopīgos pasākumos.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	3. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: risina morālās dilemmas.

Komentāri: Aktivitāte pielāgojama 3. klases skolēniem.

4. klase

4.3. Kā saglabāt tradīcijas un līdzdarboties kopienā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu piedalīties sociālajā un kultūras dzīvē, rūpēties par savu un kopīgo labumu, līdzdarbojoties svētku organizēšanā kopienā un kultūras mantojuma saglabāšanā.

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs / kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība.	5. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība: Aicina skolēnus padomāt, kā viņi varētu pielietot savu unikālo raksturu, prasmes un iezīmes, lai sniegtu ieguldījumu savā kopienā? Skolēni izmanto materiāla "Kopiena un darbs kopienas labā" uzdevumu "Kas es esmu?", lai pārskatītu savus talantus un rakstura iezīmes, un izveido dienasgrāmatas ierakstu, kas parāda:

- kāds ir tavs ieguldījums dažādās kopienās, pie kurām tu patlaban pieder;
- praktiskus veidus, kā tu varētu strādāt savu kopienu labā;
- tikumus, kurus vēlētos attīstīt, lai sniegtu atbalstu savai kopienai.

5. klase

5. 2. Kā izzināt sava novada, tuvākās apkārtnes vēsturi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Salīdzina dažādas pārmaiņas sabiedrībā un tehnoloģijās, lai secinātu, kādas līdzības un atšķirības ir novērojamas sabiedrībā pagātnē un mūsdienās. Pamato pārmaiņu cēloņus un sekas.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolēni diskutē:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari pielietot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?

Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt tavu raksturu?

5. 3. Kā novērst un risināt konfliktus vietējā kopienā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Analizējot situācijas, skaidro stereotipu un aizspriedumu būtību un apzinās to ietekmi uz cilvēku savstarpējām attiecībām, piedāvā rīcības iespējas to negatīvās ietekmes mazināšanai. Atpazīst konfliktu cēloņus un izmanto dažādus konfliktu risināšanas paņēmienus. Atbilstoši pauž savas emocijas, uzskatus un uzvedību arī pretrunīgās situācijās. Mācās analizēt cilvēku uzvedības cēloņus un sekas dažādās problēmsituācijās. Mācās pieņemt lēmumu problēmas (konflikta) risinājuma izvēlē. Izvērtē savu uzvedību, kontrolēti pauž savas emocijas. Attīsta ieradumu uz klausīt un iedziļināties dažādos viedokļos, pārliecībās un kultūrās, iejusties otra pārdzīvojumos un sniegt atbalstu problēmsituācijās.

Atbilstības atslēgas vārds: konfliktu risināšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7.	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Kā rodas konflikti?	4. aktivitāte. konflikta mazināšanas metode NAAA

Skolēnu darbība: Skolēni izspēlē dažādas situācijas, kas pāraug konfliktā, tad izmanto NAAA paņēmieni, lai mazinātu konfliktu.

5. 4. Kā un kāpēc palīdzēt līdzcilvēkiem?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu pilnvērtīgi piedalīties sociālajā dzīvē, kā arī rūpēties par savu, citu un kopīgo labumu, izvirzot un realizējot īstermiņa mērķi.

Atbilstības atslēgas vārds: palīdzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā.	4. aktivitāte. Devīni rombi

Skolēnu darbība: Izmantojot kārtis, deviņu rombu uzdevumā sakārto / sanumurē šo deviņus rombus pēc to nozīmības (1- nenozīmīgs, 9 – nozīmīgs). Pēc tam, kad skolēni ir izpildījuši uzdevumus, atbild uz šādiem jautājumiem:

- Kāpēc izvēlējies šādu kārtību?
- Kas ir vissvarīgākais kopienas dzīvē?
- Kāpēc tā uzskati?
- Kādi tikumi ir vajadzīgi, lai kļūtu par tādiem cilvēkiem, ko esi atzīmējis kā vissvarīgākos kopienā?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību	3. aktivitāte. Draudzības klīnika

Skolēnu darbība: Skolēni kopā ar skolotāju izveido "draudzības klīniku" vai "socializēšanās pieturu", kur vecākie skolēni var palīdzēt jaunākajiem skolēniem pielāgoties jaunajai skolai un atrisināt no tā izrietošos jautājumus attiecībā uz draudzību. Tālāk norādītie jautājumi paredzēti, lai palīdzētu pārdomāt draudzības praktiskās puses un dalītos savās zināšanās un pieredzē ar citiem:

- Kāda apmācība vecākajiem skolēniem būtu vajadzīga, lai palīdzētu jaunākajiem?
- Kā tas varētu strādāt?
- Kas būtu nepieciešams no loģistikas viedokļa?
- Kādas problēmas tu vari paredzēt?
- Kādus risinājumus tu varētu piedāvāt jaunākajiem skolēniem?

6. klase

6. 3. Kā plānot budžetu?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu darboties ilgtspējīgi, būt zinātkāram un intelektuāli atvērtam, apgūstot ekonomikas likumsakarības.

Atbilstības atslēgas vārds: rīkošanās ar naudu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Rīkošanās ar naudu	2. nodarbība. Budžeta plānošana.	2. aktivitāte. Budžeta veidošana

Skolēnu darbība: Skolēni plāno savu nedēļas budžetu, lai tērētu naudu lietām, kas viņiem vajadzīgas un reflektē par padarīto:

- Vai tas bija vieglāk/grūtāk nekā skolēni iztēlojās?
- Par ko skolēni domāja, pieņemot lēmumus, kam tērēt naudu?
- Ko tavi naudas tērēšanas paradumi stāsta par tevi?

Atbilstības atslēgas vārds: rīkošanās ar naudu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6.	Rīkošanās ar naudu	1. nodarbība. Vēlmes un vajadzības	1. aktivitāte. Par savu naudu

Skolēnu darbība: Skolēni uz lapas uzraksta, kam viņi un viņu ģimene tērē naudu. Sašķiro sarakstā iekļautās vienības vēlmēs un vajadzībās (vai greznībā/nepieciešamībā).

Skolēni diskutē par šādiem jautājumiem un to, ko skolēni ir uzrakstījuši uz lapas. Aicina skolēnus brīvprātīgi dalīties savā pieredzē:

- Kādi tikumi palīdz izlemt, vai kaut kas ir vēlme vai vajadzība?
- Kā mēs varētu saprast, vai pirkums ir patiešām nepieciešams?
- Pēc kādiem kritērijiem tu vari izlemt, vai naudas tērēšana kādai lietai ir pieņemama?

7. klase

7. 1. Kā pilnveidot savu personību?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Spriež par savas personības izaugsmes iespējām, balstoties uz personības analīzes rezultātiem.

Attīsta ieradumu apzināties savas emocijas, vēlmes, intereses un dotības, kā arī kontrolē un vada savu uzvedību un emocijas, pieņemot lēmumus, izsakot pamatotu viedokli un pieņemot atšķirīgu viedokli.

Atbilstības atslēgas vārds: personība pilnveide

Rīku kaste 7. klasei: kas ir laba dzīve

Rīku kaste 7. klasei: kas ir tikumi

Rīku kaste 7. klasei: Kā tikumi attīstās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7.	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste	2. nodarbība. Kā dzīvot labu dzīvi?	Uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolēni pārrunā atbildes uz jautājumiem pāros:

- Kas ir "laba dzīve"?
- Kas dara tevi laimīgu?
- Kas ir dzīves galvenais mērķis?
- Kādiem mērķiem cilvēki velta savu dzīvi?

Tiek apkopotas skolēnu idejas un pārrunāti problēmjautājumi.

7. 2. Kā vadīt stresu?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Atpazīst un piedāvā risinājumus situācijās, kurās tiek apdraudēta cilvēku fiziskā un emocionālā drošība. Nosaka konflikta cēloņus un piedāvā vismaz 2 konflikta risināšanas scenārijus, izvērtējot citu cilvēku emocijas un rīcības motīvus. Mācās patstāvīgi lietot stresa pārvaldīšanas paņēmienus. Attīsta ieradumu uz klausīt un iedziļināties dažādos viedokļos, pārliecībās, kultūrās, iejūties cita pārdzīvojumos un sniegt atbalstu, risinot stresa situācijas.

Atbilstības atslēgas vārds: stress

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Stress	1. nodarbība. Kas ir stress?	Uzsākšana
		2. nodarbība. Stresa pārvarēšana	1. aktivitāte. Paņēmieni stresa mazināšanai
		3. nodarbība. Atbalsts cilvēkiem, kas izjūt stresu	2. aktivitāte. Kur es varu saņemt palīdzību?

Bērni, izmantojot iztēli, domā plašāk par vienkāršu definīciju, piemēram, kādas sajūtas tas ietver? Kā tas izskatās? Kā tas skan? Kā tas smaržo? Kā tas garšo?

Skolotājs pastāsta, ka ir lietas, ko mēs varam darīt, lai samazinātu savu stresa līmeni un pajautā: Kādus paņēmienus bērni jau zina? Katrreiz, kad bērni nosauc kādu paņēmieni, var to vizualizēt, izlejot no krūzes nedaudz ūdens. Skolotājs var palūgt bērniem izpētīt vienu no šiem paņēmieniem: meditācija, apzinātība, joga, elpošanas tehnikas.

Bērniem tiek sniegt informācija par krīzes tālruniem, kur palīdzību var saņemt anonīmi, piemēram, centrs "Skalbes" (<https://www.skalbes.lv/>) vai VBTAI izveidotais bērnu un pusaudžu uzticības tālrunis 116111.

7. 3. Kā ģimene ietekmē identitātes veidošanos?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu veidot cieņpilnas attiecības ar līdzcilvēkiem, sadarboties, novērtēt ģimenes lomu un uzņemties atbildību ģimenē, diskutēt par ģimenes locekļu pienākumiem un tiesībām.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. 6	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: Skolēni iztēlojas savu ģimeni un padomā par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Diskutē par tikumiem ģimenē!

- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?

- Vai ir kādi tikumi, kas tev ģimenes dzīvē ir jāpielieto? Kā tu tos pielieto?

Pārrunāt pāros savas ģimenes īpatnības un kādu labu viņi sniedz citiem ģimenes locekļiem, piemēram, kā viņi palīdz viens otram un kā izrāda pateicību vecākiem par saņemto mīlestību un rūpēm.

7. 4. Kā plānot un sasniegt mērķi ilgtermiņā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu analizēt savas vēlmes un atteikties no nevajadzīgā; vadīt savu izziņas procesu, izvirzot un plānojot ilgtermiņa mērķus. (Vērtība – darba tikums, tikums – atbildība, centība)

Atbilstības atslēgas vārds: Dzīves plāns

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Kas tevi dzīvē sagaida?	2. aktivitāte. Prom nākotnē

Skolēnu darbība: Skolēni iztēlojas savas nākotnes karti. 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".

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.

9. klase

9. 1. Kāda ir Satversmes loma demokrātiskā valstī?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido un atlasa atbilstošākos argumentus sava viedokļa pamatošanai.

Atbilstības atslēgas vārds: Demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība. Demokrātija	

Skolēnu darbība: Iepazīstas ar jauniešu parlamenta tīmekļa vietnēm un diskutē par iespējām piedalīties politiskajā dzīvē vietējā apkaimē.

9. 3. Kā pilsoniskā līdzdalība palīdz risināt pretrunas sabiedrībā informācijas laikmetā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pēta informāciju par definēto problēmu plašsaziņas līdzekļos, izprot ziņu kontekstu.

Atbilstības atslēgas vārds: tehnoloģijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
-------	------	-----------------------------	------------------------------

8.	Tehnoloģiju pasaule	nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana.	2. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts
----	---------------------	---	--

Skolēnu darbība: Pārrunā problēmjautājumus ar klasesbiedru.

- Kādas priekšrocības/ieguvumus sniedz iespēja jebkurā laikā pieslēgties internetam?

Izveido dienasgrāmatas ierakstu, atspoguļojot savu pieredzi par tehnoloģiju izmantošanu ikdienas dzīvē un pārdomājot, kuriem tehnoloģiju lietošanas paradumiem tev būtu jāpievērš uzmanība?

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7.	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	2. aktivitāte. Kas ir viltus ziņas?

Skolēnu darbība: Diskutē:

- Kas ir viltus ziņas?
- Kas ir viltus ziņu vietne?
- Kāpēc cilvēki publicē viltus ziņas?
- Kāda ir viltus ziņu saikne ar sociālajiem tīkliem?

TEHNOLOĢIJU MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): ar šķērēm izgriež dažādus objektu siluetus.

Atbilstības atslēgas vārds: papīra riņķi ar emocijām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	2. nodarbība "Jūtu pārvaldīšana"	Mācību aktivitātes. Uzsākšana.

Skolēnu darbība: Kopā ar bērniem izgrieziet 3 papīra riņķus (priecīgs, bēdīgs, dusmīgs). Uz viena no tiem uzzīmējiet priecīgu sejiņu uz otra bēdīgu, bet uz trešā dusmīgu. Nolasiet kādu no tālāk minētajām situāciju un aiciniet bērnus pacelt atbilstošo kartiņu. Varat aicināt komentēt, pamatot veikto izvēli.

- Kā tu justos, ja tavs draugs tevi uzaicinātu uz dzimšanas dienas ballīti?
- Kā tu justos, ja tavs draugs izstāstītu tavu noslēpumu visai grupīnai?
- Kā tu justos, ja kāds sabojātu tavu zīmējumu?
- U. C.

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): izplēš no papīra vienkāršus siluetus.

Atbilstības atslēgas vārds: plaukstas kontūra uz papīra.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	3. nodarbība "Nepatīkamas jūtas"	2. aktivitāte. Palīdzīgā roka.

Skolēnu darbība: Lūdziet bērniem uz papīra lapas apvilkt savas plaukstas kontūru un tajā ierakstīt vai iezīmēt to, kas var palīdzēt viņiem reizēs, kad viņi jūt sarežģītas vai negatīvas emocijas.

Varat aicināt bērnus plaukstas apvilktu siluetu rūpīgi izplēst.

Pēc tam veidojiet darbu izstādi un aiciniet katru par zīmēto pastāstīt.

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): ar šķērēm izgriež dažādus objektu siluetus.

Atbilstības atslēgas vārds: pateicības kartiņas.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopienas	2. nodarbība "Mūsu kopienas skolā"	2. aktivitāte. Pateicība skolas kopienai

Skolēnu darbība: Kopīgi noskaidrojiet kādi tikumi nepieciešami esot kopienā. Pierakstiet idejas uz tāfeles. Izstāstiet bērniem, ka pateicība (spēja novērtēt citu cilvēku darbu un pateikties viņiem) ir svarīgs tikums, ko izrādīt cilvēkiem mūsu kopienā. Vai vari iedomāties cilvēku skolas kopienā, kas parādījis kādu no tikumiem, kuri uzrakstīti uz tāfeles? Lūdziet bērniem uzrakstīt (vai arī izgatavot kartiņas veidā, uzzīmēt kā zīmējumu) īsu pateicību vienam skolas kopienas loceklim, kas parādījis kādu no iepriekš minētajiem tikumiem.

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): ar šķērēm izgriež dažādus objektu siluetus.

Atbilstības atslēgas vārds: 9 rombu karte (griež)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Kāpēc ir jāsporto?	1. aktivitāte. 9 rombi

Skolēnu darbība: Skolēni rombus sagriež un sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus 9 rombu kartē.**Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas**

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās vienkāršu un veselīgu ēdienu pagatavošanā, iepazīstot veselīga uztura nozīmi.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	2. nodarbība "Veselīgs uzturs"	1. aktivitāte. Veselīgs vai neveselīgs?

Skolēnu darbība: Izvietojiet uz tāfeles uz kodu attēlus, ko bērni šķiroja. Kuras uzkodas ir veselīgas? Kuras uzkodas ir neveselīgas? Kā to var zināt? Jūs varat mēģināt sakārtot uzkodas secīgi no neveselīgākās uz veselīgāko. Paskaidrojiet, ka neveselīgās uzkodās ir daudz taukvielu, cukura vai sāls — tās ir vielas, kas mums vajadzīgas nelielā daudzumā. Dažkārt mēs varam izpētīt etiķeti, lai saprastu, kāds ir šis produkts. Parādiet pārtikas produktu marķējuma "luksofora principu" un paskaidrojiet, ka sarkanais marķējums nav laba zīme!

- Kāpēc ir svarīgi izvēlēties veselīgas uzkodas?
- Kādi tikumi, tavuprāt, ir nepieciešami, lai izvēlētos veselīgas uzkodas?

Komentāri: Uz kodu secīgai kārtošānai no neveselīgākā uz veselīgāko būtu labi izmantot reālus produktus vai to iepakojumus. (Šī uzdevuma veikšanai var izmantot arī citus produktus, ne tikai iepriekš apskatītos!)

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās vienkāršu un veselīgu ēdienu pagatavošanā, iepazīstot veselīga uztura nozīmi.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība "Kas ir sabalansēts uzturs?"	1. aktivitāte. Ko ietver sabalansēts uzturs?

Skolēnu darbība: Parādiet bērniem šķīvi, kas sadalīts pēc sabalansēta uztura principiem, un izskaidrojiet katras daļas nozīmi. Bērniem jāizvēlas daži attēli no iepriekš veiktā uzdevuma un jāielīmē tie attiecīgajās vietās uz šķīvja. Kopīgi pārrunājat un noskaidrojat, ko šis šķīvis māca par veselīgu uzturu.

Aplūkojiet maltīšu attēlus 3. -6. prezentācijas slaidā.

Diskusija

- Kādas sabalansēta uztura daļas atpazīsti?
- Vai, tavuprāt, šī maltīte ir sabalansēta?

Paskaidrojiet, ka katrai maltītei nav jāsaturs katru produktu grupa — mūsu uzturam kopumā ir jābūt daudzveidīgam un jāsaturs visas pārtikas produktu grupas.

Komentāri: Aktivitātes veikšanai izmantojiet tēmai pievienoto PowerPoint prezentāciju "Kas ir sabalansēts uzturs".

Satura vienība: Darbs ar materiāliem un to apstrādes tehnikas

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās vienkāršu un veselīgu ēdienu pagatavošanā, iepazīstot veselīga uztura nozīmi.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība "Ieguvumi no veselīga uztura"	Mācību aktivitātes. Uzsākšana: ieguvumi no sabalansēta uztura.

Skolēnu darbība: Kopīgi noskatieties kādu no piedāvātajiem video par veselīgu uzturu.

1. Animēts video par veselīgu uzturu <https://www.youtube.com/watch?v=N989KXM2QwA>
2. Sižets "Vai bērni zina, kas ir veselīgs uzturs?" <https://www.youtube.com/watch?v=hooMxqwysZM> (bērnu viedoklis).

Pārrunājiet un kopīgi diskutējiet par to, kādus ieguvumus sniedz sabalansēts uzturs? Kādi apdraudējumi rodas, ja cilvēka uzturs nav sabalansēts?

Datorika 1. -9. klasei

1. klase

1. 3. Kā lieto tīmekļa pārlūkprogrammu un skolvadības sistēmu?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Attīsta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju iespējas: paroli un lietotālvārdu neatklāj citiem, to atceras no galvas vai pieraksta drošā vietā; pēc darba ar skolvadības sistēmu, drošības nolūkos, atslēdzas no tās

Atbilstības atslēgas vārds: internets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadi)	Drošība tiešsaistē	3. nodarbība - Personīgās informācijas turēšana drošībā	1. aktivitāte. Personīgā informācija

Skolēnu darbība: Izmantojot 1. materiālu, bērni sašķirot, ar kuru informāciju ir droši dalīties un kuru informāciju nedrīkst izpaust. Kā mēs varam būt atbildīgi par savu personīgo informāciju?

Komentāri: Aktivitātē izmanto 1. materiālu. Skolēni var arī domāt kopīgi par to, kādi tikumi var būt vajadzīgi, lai izmantotu internetu?

1. 1. Kā strādā ar datoru, lai risinātu mācību uzdevumus?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu rūpēties par savu veselību.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrānlaiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrānlaiks	2. nodarbība - Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadītā laika daudzumu?	2. aktivitāte. Labi ieradumi

Skolēnu darbība: "Vai, aplūkojot ekrāna laika žurnālu, vari izdomāt, kuri ieradumi palīdzētu tev nedaudz samazināt pie ekrāna pavadīto laiku?" Skolēni nosauc idejas, skolotāja skolēnu atbildes fiksē uz tāfeles. Skolotājs apkopo skolēnu idejas, piemēram, nolikt planšetdatoru nodarbību pirms gulētiešanas, 30 minūtes lasīt grāmatu uzreiz pēc atnākšanas no skolas, nelietot ierīces ēšanas laikā utt.

Komentāri: Skolotāja aicina skolēnus izvēlēties kādu vienu ieradumu, kas palīdzētu samazināt pie ekrāna pavadīto laiku, ko viņi varētu apņemt pielietot šajā nedēļā

2. klase

2. 3. Kā meklē, izvēlas un saglabā informāciju?

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Attīsta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju iespējas: uzmanīgi izvērtē informācijas avotu drošumu
Norāde uz temata apguves norisi: Informācijas meklēšanas un ieguves veidi (Pārrunā savu pieredzi, skatoties videomateriālus internetā, pastāsta, kādas vietnes izmanto un kāpēc ir jāizturas kritiski pret tajās ievietoto saturu).

Atbilstības atslēgas vārds: interneta lietošana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadi)	Drošība tiešsaistē	2. nodarbība - Saturs, kas mūs biedē, satrauc vai apbēdina	1. aktivitāte. Dīvainas sajūtas vēderā.

Skolēnu darbība: Bērni noskatās video "Vajāšana" no "Aitu dzīves" (<https://drossinternets.lv/lv/info/aitu-dzive>), kura mērķis ir pilnveidot pirmsskolas bērnu un sākumskolas skolēnu izpratni

un zināšanas par interneta vidi, tās radītajiem riskiem, drošu uzvedību interneta vidē, kā arī mudinātu domāt par jēgpilnu un samērīgu tehnoloģiju lietošanu ikdienā. Pēc tam pārrunāji un apkopojiet video redzēto. - Kādas pazīmes var norādīt, ka tu jūties nobijies, satraucies vai bēdīgs? - Kā tev ir jārīkojas? Kad tev tas jādara?

Komentāri: Šeit varat atrast papildus informāciju un materiālus saistībā ar jautājumiem par drošu interneta lietošanu. <https://drossinternets.lv/lv/posts/view/berniem-nepatikams-un-biedejoss-saturs-internetaquestion-ka-rikotiesquestion>

Norāde uz temata apguves norisi: Informācijas ticamība (Pārbauda dotu apgalvojumu patiesumu un pamato to, izmantojot atsaucē uz informācijas avotu.)

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	1. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā bērniem strādāt pāros 3 minūtes, izmantojot izdales materiālus vai mājaslapu tiešsaistē <https://spoki.lv/testi/Vai-spej-atskirt-viltus-zinas-no/877575>. Skolēniem jāatpazīst, kuri ziņu raksti ir viltus ziņas un kā viņi to saprata, kā arī kādas norādes tur atrodas.

Komentāri: Gadījumā ja skolēniem nav iespējas izmantot ierīces: Aktivitātei nr. 1 nepieciešams darba lapa (1. materiāls) 1. uzdevums.)

3. klase

3. 2. Kā droši sazinās un apmainās ar informāciju virtuālajā vidē?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Digitālās komunikācijas veidi un normas (Novērtē, kādi ir drošības riski, ja dalās ar sevi vai citus identificējošu informāciju vai attēliem. Novērtē un pārrunā, vai ir ētiski dalīties ar citu cilvēku attēliem bez viņu atļaujas)

Atbilstības atslēgas vārds: drošība internetā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	1. nodarbība - Palikt drošībā	1. aktivitāte. Mans digitālais es

Skolēnu darbība: Skolēni materiāla 2. lapā aizpilda tabulu un pašiem sev pajautā, ko varētu darīt, lai saglabātu drošību katrā no trim sadaļām. Tabulā sniegti uzvedinoši jautājumi, lai palīdzētu skolēniem pārdomāt problēmas. Ar katru no sadaļās pierakstītajiem punktiem var saistīt kādu tikumu un aprakstīt, kā tikums izpaužas šādā situācijā reālajā dzīvē. Skolēni pārrunā pierakstītos punktus grupās.

Komentāri: Aktivitātei būs nepieciešama iepriekšējā aktivitātē izmantotā 1. materiāla "Palikt drošībā" 2. lapa. Skolēnus aktivitātei nepieciešams sadalīt grupās vai pāros, vadīties pēc situācijas un skolēnu skaita klasē konkrētajā dienā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadi)	Drošība tiešsaistē	3. nodarbība - Personīgās informācijas turēšana drošībā	1. aktivitāte. Personīgā informācija

Skolēnu darbība: Izmantojot 1. materiālu, bērni sašķirot, ar kuru informāciju ir droši dalīties un kuru informāciju nedrīkst izpaust. Kā mēs varam būt atbildīgi par savu personīgo informāciju?

Komentāri: Aktivitātē paredzēta pirmsskolas bērniem, bet to var arī pielāgot 3. klases skolēniem. Aktivitātē izmanto 1. materiālu. Skolēni var arī domāt kopīgi par to, kādi tikumi var būt vajadzīgi, lai izmantotu internetu?

Šīs tēmas ietvaros var arī izmantot 4. klases tēmas "Attiecības tiešsaistē" 2. nodarbība "Nevēlama uzvedība tiešsaistē" 1. aktivitāti "Godīgums tiešsaistē".

4. klase

4. 1. Kā droši lieto dažādus tiešsaistes informācijas avotus un atsaucas uz tiem?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Ieradumi - izvērtē informācijas ticamību.

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7.	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā pārskatīt vietni un uzrakstīt iemeslus, kāpēc šī varētu būt viltus ziņu vietne: <http://zapatopi.Net/treeoctopus/> Skolēni pārrunā savas idejas grupā! "Izmantojot šo vietni, pārdomājiet, vai ziņas ir patiesas vai viltus! Pārrunājiet atbildes grupā! Vai bija viegli noteikt, vai ziņas ir patiesas vai viltus? Paskaidro, kāpēc! Vai bija kādas pazīmes, kas liecināja, ka ziņas nav patiesas? Kā tu juties, uzzinot, ka ziņas, kam sākumā ticēji, izrādījās nepatiesas?

Komentāri: Tiešsaistē ir pieejami vairāki resursi, lai palīdzētu pārbaudīt faktus vai ziņu patiesumu.

Daži piemēri:

1. <https://rebaltica.lv/recheck/> – faktu pārbaudē un viltus ziņu izplatības novēršanā; Re:Check ir Baltijas pētnieciskās žurnālistikas centra Re:Baltica paspārnē strādājoša faktu pārbaudes un sociālo tīklu pētniecības virtuāla laboratorija.
2. <https://www.skolanakotnei.lv> – skolēna digitālais IQ
3. <https://mk.gov.lv/taure> – atgādnē par viltus ziņām.

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Ziņas - - Pārmērīga datorspēļu, viedierīču un sociālo tīklu lietošana var izraisīt atkarību.

Atbilstības atslēgas vārds: Ekrānlaiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.	Ekrānlaiks	1. nodarbība - Kas ir ekrānlaiks?	3. aktivitāte. Brīdinājuma pazīmes

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus papildināt zīmējumu 2. uzdevumā ar pārmērīgas Interneta lietošanās brīdinājuma pazīmēm. Kā būtu jārikojas, ja pamani kādu no šīm pazīmēm? Skolēni attēlu papildina 5 minūtes. Pēc tam skolotājs aicina dažus no skolēniem sevis uzzīmēto komentēt.

Pēc aktivitātes var noskatīties video "Kā telefons negatīvi ietekmē tavu veselību?" šeit:

<https://www.youtube.com/watch?v=HhYDY-6jD04> (video ir angļu valodā, transkripcija angļu un latviešu valodā pieejama 2. materiālā). Pēc video noskatīšanās skolotājs ar skolēniem diskutē un salīdzina video redzēto ar uzrakstīto uz lapas.

Komentāri: Materiāli paredzēti pirmajai klasei, bet tos var viegli adaptēt 4. klasei. .

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Prasmes - -Ziņo par apdraudējumiem virtuālajā vidē, ja saskaras ar tiem. Skaidro veselībai labvēlīgas darba vides nosacījumus un darbības, kuras veicot var izvairīties no veselības traucējumiem vai mazināt tos.

Atbilstības atslēgas vārds: Apdraudējumi tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Sociālie tīkli	1. nodarbība - Palikt drošībā	2. aktivitāte. Situācijas sociālajos tīklos

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt materiāla 3. lapu "Situācijas sociālajos tīklos" par dažādu cilvēku sociālo tīklu lietošanas paradumiem. Skolēni nosaka šo cilvēku iegūtās pieredzes sociālajos tīklos kopīgos un atšķirīgos aspektus.

Komentāri: Materiālos piedāvāti jautājumi diskusijai.

4. 2. Kā apstrādā attēlus un izmanto digitālās ierīces to iegūšanai un demonstrēšanai?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Ieradumi - Attīsta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju iespējas: veido ieradumu filmēt / nofotografēt tikai vajadzīgo informāciju

Atbilstības atslēgas vārds: Fiziskais paštēls

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Sociālie tīkli	2. nodarbība - Fiziskais paštēls	Ierosme. Runājot par pašbildēm

Skolēnu darbība: Skolēni noskatās video (video ir angļu valodā, transkripcija latviešu un angļu valodā pieejamā 1. materiālā). Ja nepieciešams, video var noskatīties atkārtoti:

https://www.youtube.com/watch?v=xGWlIfTBpBM&feature=emb_title ("Fiziskais paštēls un tu" – 2:39 minūtes). Skolēni dalās savās emocijās par filmu un pēc tam pārrunāt, kā, viņuprāt, internets (un īpaši sociālie tīkli) var izraisīt stresu un ietekmēt jaunieša fizisko paštēlu

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Ieradumi - Attīsta ieradumu veidot cieņpilnas attiecības: pirms kādu filmē pajautā atļauju.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes reputācija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Tehnoloģiju pasaule	2. nodarbība - Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	3. aktivitāte. Tiešsaistes etiķete

Skolēnu darbība: Skolotājs dialogiski izskaidro, ko nozīmē termins "etiķete", mudina pirms informācijas publicēšanas tiešsaistē ir pārdomāt, ar kādu informāciju dalās un kurš to varētu aplūkot – pēc informācijas publicēšanas to vairs nevar "paņemt atpakaļ". Skolēni veido labas tiešsaistes etiķetes kontrolsarakstu (piemēram, laipna, cieņpilna, pārdomāta valoda, uzrakstītā pārlasīšana un izlabošana pirms publicēšanas tiešsaistē).

Komentāri: Aktivitāte domāta 8. klases skolēniem, bet to var pielāgot 4. klasei

5. klase

5. 1. Kā noformē dokumentu?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Komplekss sasniedzamais rezultāts - Plāno un veido viena dokumenta versijas, kuras pielāgotas dažādiem mērķiem, efektīvi izmantojot lietotnes teksta noformēšanas iespējas

Atbilstības atslēgas vārds: vēstule deputātiem

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	2. aktivitāte. Vēstuļu rakstīšana deputātiem

Skolēnu darbība: Skolēni izpēta jautājumus, kas skar vietējo kopienu un ir būtiski sev. Grupās izveidojiet vēstuli kādam no deputātiem par šo tēmu!

6. klase

6. 5. Kā izstrādā spēli ar vizuālās programmēšanas palīdzību?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Komplekss sasniedzamais rezultāts - Plāno, izveido, pārbauda un prezentē spēli, kura veidota vizuālajā programmēšanas vidē

Atbilstības atslēgas vārds: videospēles

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5.	Draudzība	2. nodarbība - Veidojot draudzību	1. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko sniegto situāciju un pāros ar blakussēdētāju izveido lomu spēli, parādot, kā šādos apstākļos vajadzētu un kā nevajadzētu reaģēt. Lomu spēlēs galvenā uzmanība jāveltī pozitīvo tikumu aktivizēšanai.

Komentāri: Skolēni var izstrādāt lomu spēli datorā, attēlojot piedāvātās situācijas.

Dizains un tehnoloģijas 1. -9. klasei

1. klase

1. 1. Kā griež, plēš, burza, loka, savieno papīra objektus?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Papīra griešana un plēšana (Vingrinās griezt, plēst papīru, radot tēlus pēc dota parauga, un kombinēt tos, piemēram, no papīra plēstam kokam blakus veido savu objektu vai tēlu – ģeometriskās formās)

Atbilstības atslēgas vārds: rombi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība - Kādi ir riski?	1. aktivitātes variants! 9 Rombu kārtis

Skolēnu darbība: Skolēni sakārto alkohola/cigarešu sekas no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kārtē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Kāpēc ir jāsporto?	1. aktivitāte. 9 rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kārtē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība - Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: skolēni sakārto tikumus atbilstoši viņu domām tukšajā romba veidnē

Komentāri: Skolēni var apgriezt rombu kartes, kas pieejamas 1. materiālā, un veidot simetriskās rombu figūru ar tām

2. klase

2. 1. Kā griež šķēlēs un gabaliņos produktus, lai pagatavotu maizītes?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Radošo maizīšu ideju izstrāde un darba plānošana (Plāno maizītes veidu, nepieciešamos produktus, pasniegšanas veidu, sastāda recepti)

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Veselīgs uzturs	1. nodarbība - Kas ir sabalansēts uzturs?	1. aktivitāte. Ko ietver sabalansēts uzturs?

Skolēnu darbība: Skolēni skatās šķīvi, kas sadalīts pēc sabalansēta uztura principiem. Viņiem jāizvēlas daži attēli no iepriekš veiktā uzdevuma un jāielīmē tie attiecīgajās vietās uz šķīvja. Kopīgi pārrunājat un noskaidrojat, ko šis šķīvis māca par veselīgu uzturu.

4. -7. slaidā piedāvāti ēdienu attēli. Skolēni apspriest kādas sabalansēta uztura daļas atpazīsti? Vai, tavuprāt, šī maltīte ir sabalansēta?

Komentāri: Veidojot maizītes, skolēni var parunāties par to, vai tās sastāv no veselīga uztura vai nē, vai kā tās padarīt veselīgākas.

3. klase

3. 1. Kā dārzeņus un augļus izmanto, lai pagatavotu salātus, uzkodas, dzērienus?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Izvērtēšana (Skolēns izvērtē ēdienu gatavošanas procesu un rezultātu pēc izveidotajiem kritērijiem)

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Veselīgs uzturs	1. nodarbība - Kas ir sabalansēts uzturs?	1. aktivitāte. Ko ietver sabalansēts uzturs?

Skolēnu darbība: Skolēni skatās šķīvi, kas sadalīts pēc sabalansēta uztura principiem. Kopīgi pārrunājat un noskaidrojat, ko šis šķīvis māca par veselīgu uzturu. 4. -7. slaidā piedāvāti ēdienu attēli. Skolēni apspriest kādas sabalansēta uztura daļas atpazīsti? Vai, tavuprāt, šī maltīte ir sabalansēta?

Komentāri: Izvērtējot ēdienu, skolēni var izmantot veselīga uztura kritērijus, kas atrunāti e-TAP nodarbībā.

3. 4. Kā izstrādā spēli?

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Komplekss sasniedzamais rezultāts: Noskaidro citu cilvēku vajadzības un atbilstoši tām izstrādā jaunu spēli vai uzlabo jau esošo.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība - Veidojot draudzību	3. aktivitāte. Draudzības klīnika

Skolēnu darbība: Skolēni kopā ar skolotāju izveido "draudzības klīniku" vai "socializēšanās pieturu", kur vecākie skolēni var palīdzēt jaunākajiem skolēniem pielāgoties jaunajai skolai un atrisināt no tā izrietošos jautājumus attiecībā uz draudzību.

Komentāri: Šī aktivitāte ir paredzēta, lai palīdzētu skolēniem pārdomāt, kā viņi izturas pret draugiem. Tā domāta 5. klases skolēniem, bet to var adaptēt arī uz 3. klasi.

3. 5. Projekts "Kā izgatavo mājokļa maketu un tā izklājumu?"

Norāde uz sasniedzamajiem rezultātiem: Komplekss sasniedzamais rezultāts: raksturo un risina mājokļa iedzīvotāja vajadzības (T. 3. 1. 1. 2.), modelē tā dzīvesveidam atbilstošu mājokli no kartona un koka elementiem

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene / mājas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība - Kas ir ģimene?	4. aktivitāte. Vajadzību piramīda.

Skolēnu darbība: Izmantojot darba lapu (1. materiāls), skolēni pierakst dažādus veidus, kā ģimenē katrs rūpējas par pārējiem un palīdz savstarpēji apmierināt citu ģimenes locekļu vajadzības.

Komentāri: Vajadzību apmierināšanas kontekstā var parunāties par to, kā mājas labiekārtošana palīdz apmierināt vajadzības. Piemēram, kura vajadzība tiek apmierināta katra mājas telpā, un kurām vajadzībām nav paredzēta telpa viņu mājas skicēm.

Aktivitāte domāta 6. klases skolēniem, bet to var adaptēt arī uz 3. klasi. Līdzīgs materiāls atrodams arī 2. klases tēmas "Ģimene" 2. nodarbības "Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?" 1. aktivitātē "Vajadzību apmierināšana".

8. klase

8. 4 Kā uzklāj galdu brīvdabas pasākumā?"

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Komplekss sasniedzamais rezultāts - Organizē brīvdabas pasākumu, kurā izvēlas ilgtspējīgu ēdienu pasniegšanas veidu, izvērtē nepieciešamību šādus pasākumus organizēt

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolēni novērtē, kas viņiem ir svarīgākais attiecībās (pavadīt laiku kopā, pazīt vienam otra ģimeni un draugus, daudz kopīga, būt atklātam un godīgam, jautrība, nekad nestrīdēties...)

Komentāri: Skolēni varētu apspriest kā šādu pasākumu organizēšana sekmē draudzību un kādi tikumi vajadzīgi, lai uzņemtos to organizēt.

Inženierzinības 7. klasei

Nav atrastas atbilstības

VALODU MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): jautā par neskaidro un atbild uz konkrētu jautājumu.

Atbilstības atslēgas vārds: lūgt palīdzību.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	1. nodarbība. Kurš var mums palīdzēt	Uzsākšanas aktivitāte. Kuri cilvēki mums var palīdzēt?

Skolēnu darbība: Parādiet bērniem attēlus no 1. materiāla ar ārstu/medmāsu, policistu, sētnieku, ugunsdzēsēju un skolotāju. Lūdziet bērniem pāros pārrunāt šos jautājumus un tad dalīties ar savām idejām grupā:

- Ko šie cilvēki dara?
- Kā viņi palīdz citiem cilvēkiem?
- Kādi tikumi viņiem vajadzīgi, lai darītu savu darbu?
- Kā es varu šos cilvēkus atpazīt/kur šie cilvēki strādā?

Komentāri: Sniedziet informāciju par kādu no profesijām, ja bērni to nezina.

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): jautā, lai iegūtu informāciju.

Atbilstības atslēgas vārds: jautājumu uzdošana.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	2. nodarbība. Jaunu draugu iegūšana	2. aktivitāte. Jautājumu uzdošana

Skolēnu darbība: Kādus jautājumus mēs varētu uzdot, lai sadraudzētos, ja satiekam jaunu bērnu vai redzam, ka kāds stāv viens pats? Jūs varat izveidot komiksu, parādot, kā iegūt jaunus draugus, vai izmēģināt lomu spēles. Kāpēc tev varētu vajadzēt drosmi, lai iegūtu jaunus draugus? Kas var palīdzēt mums būt drosmīgiem?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās sarunā, nepārtrauc runātāju.

Atbilstības atslēgas vārds: intervija.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	3. nodarbība. Pateicības izrādīšana	1. aktivitāte. Intervija

Skolēnu darbība: Ideālā gadījumā uzaiciniet uz mācību iestādi kādu no "cilvēkiem, kuri mums palīdz", lai viņš varētu par sevi pastāstīt un atbildēt uz bērnu jautājumiem. Atgādiniet bērniem, ka viņiem būs nepieciešams izmantot zinātkāri un cieņu pret šo cilvēku, klausoties viņa stāstītajā un uzdodot jautājumus.

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pauž emocijas atbilstoši saziņas situācijai.

Atbilstības atslēgas vārdi: izsaka savas jūtas noteiktā situācijā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	3. nodarbība. Jūtu pārvaldīšana	Uzsākšana

Skolēnu darbība: Iedodiet katram bērnam divus vai trīs no papīra izgrieztus riņķus (priecīgs, bēdīgs, dusmīgs). Uz viena no tiem uzzīmējiet priecīgu sejiņu uz otra bēdīgu, bet uz trešā dusmīgu. Nolasiet kādu no tālāk minētajām situāciju un aiciniet bērnus pacelt atbilstošo kartiņu. Varat aicināt komentēt, pamatot veikto izvēli.

- Kā tu justos, ja tavš draugs tevi uzaicinātu uz dzimšanas dienas ballīti?
- Kā tu justos, ja tavš draugs izstāstītu savu noslēpumu visai grupīnai?
- Kā tu justos, ja kāds sabojātu tavu zīmējumu?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās sarunā, nepārtrauc runātāju.

Atbilstības atslēgas vārds: saruna aplī.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	2. aktivitāte. Ko ģimenes dara?

Skolēnu darbība: Ja iespējams, aplī pārrunājiet:

- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Kā tava ģimene parāda savu mīlestību un rūpes citam pret citu?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): atbild uz jautājumiem par redzēto un dzirdēto; jautā, lai iegūtu informāciju.

Atbilstības atslēgas vārds: gūtās atziņas pēc video noskatīšanās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	2. nodarbība. Saturs, kas mūs biedē, satrauc vai apbēdina	1. aktivitāte. Dīvainas sajūtas vēderā

Skolēnu darbība: Internets var sagādāt daudz prieka, jautrības un būt noderīgs, taču tiešaistē ir arī saturs, kas var būt biedējošs un satraucošs.

Kopīgi noskatieties video "Vajāšana" no "Aitu dzīves". (<https://drossinternets.lv/lv/info/aitu-dzive>) Šajā adresē atradīsiet materiālu kopu, kuras mērķis ir pilnveidot pirmsskolas bērnu un sākumskolas skolēnu izpratni un zināšanas par interneta vidi, tās radītajiem riskiem, drošu uzvedību interneta vidē, kā arī mudinātu domāt par jēgpilnu un samērīgu tehnoloģiju lietošanu ikdienā.

Pēc tam pārrunājiet un apkopojiet video redzēto. - Kādas pazīmes var norādīt, ka tu jūties nobijies, satraucies vai bēdīgs? - Kā tev ir jārikojas? Kad tev tas jādara? - Kurš cilvēks var būt "uzticams pieaugušais"?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): atbild uz jautājumiem par redzēto un dzirdēto.

Atbilstības atslēgas vārds: situāciju izspēle.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	2. nodarbība. Jaunu draugu iegūšana	1. aktivitāte. Draugu iegūšana

Skolēnu darbība: Vai atceries, kā iepazīties ar saviem draugiem? Kas notika? Kā mēs iegūstam jaunus draugus?

Izpēlējiet 2 īsas situācijas (vienu kā labo piemēru, otru kā sliktu) ar kādu no bērniem. Piemēram,

1. Pieejiet pie bērna uzsmaidiet, sasveicinieties un piedāvāiet ar kaut ko padalīties vai aiciniet iet spēlēties.
2. Pieejiet pie bērna ar neapmierinātu sejas izteiksmi, mazliet uzgrūdieties virsū, vai tēlojat, ka cenšaties kaut ko atņemt.

Pēc tam ar bērniem pārrunājat šīs situācijas. Noskaidrojiet kādi ir viņu ieteikumi, kā iegūt draugus?

- Kādi tikumi, tavuprāt, nepieciešami, lai iegūtu jaunus draugus?
- Vai tev ir vēl kādas idejas, kā tu varētu sadraudzēties?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): iesaistās sarunā par tematiem, kuri saistīti ar ikdienu.

Atbilstības atslēgas vārds: konfliktu risināšana.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Draugi	3. nodarbība. Strīdi ar draugiem	1. aktivitāte. Rīcība, kas palīdz/sāpina

Skolēnu darbība: Strīds nenozīmē, ka draudzība ir beigusies. Parasti mūsu konfliktus var atrisināt. Pajautāiet bērniem, kāpēc ir svarīgi atrisināt konfliktus? Kādi tikumi tam varētu būt nepieciešami? Aplūkojiet piemērus rīcībai, kas sāpina/palīdz, un lūdziet bērniem sašķirot šos piemērus. Jūs varat pārrunāt, kādi tikumi katrā rīcībā izpaužas vai kuru tikumu trūkst. Vai bērni var izdomāt citas stratēģijas, kas palīdzētu pārvarēt grūtības draudzībā?

Komentāri: Uzdevuma veikšanai izmantojiet prezentāciju - 1. materiāls.

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Jautā par neskaisto un atbild uz konkrētu jautājumu

Atbilstības atslēgas vārds:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Drošība internetā	2. nodarbība. Saturs, kas mūs biedē, satrauc vai apbēdina	2. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Aplūkojiet šo morālo dilemmu pāros vai nelielās grupās un tad izstāstiet savas idejas visai grupai.

Tu apciemo labāko draudzeni no skolas, un jūs abi kopā skatāties tavas mīļākās dziesmas video viņas planšetdatorā. Pēkšņi ekrānā parādās ļoti baiss video, kas jūs nobiedē, un jūs zināt, ka šādu video jums nevajadzētu skatīties. Draudzene lūdz nestāstīt par to viņas mammai, lai viņa neiekultos nepatīkšanās.

- Kur ir problēma?
- Kādi tikumi šeit savstarpēji pretdarbojas? Kāpēc šis lēmums ir grūts?
- Kā, tavuprāt, tev būtu jārīkojas? Kāpēc?

Vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās sarunā, izsaka domas, mācās tās pamatot.

Atbilstības atslēgas vārds: morālā dilemma.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Mūsu kopiena	1. nodarbība. Kopienas, pie kurām piederam	2. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Kopīgi aplūkojiet šo morālo dilemmu: Tu esi iesaistījies teātra pulciņā, kurš tev ļoti patīk. Pārējie bērni uzsāka vienlaikus ar tevi, un jūs visi esat labi draugi. Jūs kopā daudz jokojat un smejaties. Kādā nodarbībā tava draudzene saka, ka viņa vairs nevar draudzēties ar vienu no teātra pulciņa meitenēm, jo viņa pieder pie citas tautības.

- Kādu problēmu tu saskati šajā dilemmā?
- Kā tā liek tev justies?
- Kādi ir iespējamie rīcības virzieni? Kurš no tiem (ja vispār) ir vislabākais?
- Kādi tikumi tev būs vajadzīgi?

Komentāri:

Satura vienība: Saziņa kontekstā

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): piedalās sarunā, nepārtrauc runātāju.

Atbilstības atslēgas vārds: izvēlēta varoņa profila izveide.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Varoņi	3. nodarbība. Mūsu varoņi	1. aktivitāte. Mūsu varoņi

Skolēnu darbība: Ne visiem varoņiem jāpaveic lielas vai neparastas lietas. Dažkārt varonis ir tas cilvēks, kurš paveic lieliskus darbus mazākā mērogā, piemēram, ir lielisks draugs, palīdz kaimiņiem vai neatlaidīgi tiecas pārvarēt grūtības. Pavaicāiet bērniem padomāt, kuru no sev pazīstamiem cilvēkiem viņi ļoti augstu vērtē. Skolotājs var sniegt personīgu piemēru.

Lūdziet bērniem izveidot savu izvēlēta varoņa profilu, ietverot:

- vārdu un attēlu,
- iemeslu, kāpēc šis cilvēks ir varonis,
- tikumus, kuri viņam piemīt.

Bērni var pastāstīt par saviem varoņiem grupai/klasei, vai arī jūs varat izvietot varoņu plakātus grupā.

Komentāri: Vērsiet bērnu uzmanību uz to, cik svarīgi ir spēt ieklausīties vienam otrā un nepārtraukt runātāju.

Satura vienība: Teksts un tekstveide

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): stāsta par savām emocijām.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana	1. aktivitāte. Jūtu nosaukšana

Skolēnu darbība: Lai nostiprinātu un papildinātu jau esošās zināšanas lūdziet bērniem pāros vai nelielās grupās nosaukt attēlos parādītās jūtas. Šeit nav vienas pareizās atbildes, tāpēc varat lūgt bērniem paskaidrot savus apsvērumus. Lūdziet bērniem aprakstīt, kāpēc šim bērnam varētu būt šī sajūta un kas varētu būt noticis, pirms tika uzņemta fotogrāfija.

Komentāri: Attēli pieejami prezentācijā "Materiāls 1".

Satura vienība: Teksts un tekstveide

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): saprotami un secīgi stāsta par redzēto, dzirdēto, piedzīvoto, arī par savām emocijām un rīcību.

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	3. nodarbība. Dažādas ģimenes	1. aktivitāte. Cieņa

Skolēnu darbība: Mudiniet bērnus padomāt par cieņas tikumu. Šeit ir īsi, emocionāli, animēti video, kas mudina domāt par savstarpējo cieņu.

1. https://www.youtube.com/watch?v=3XA0bB79oGc&ab_channel=FilmakademieBaden-W%C3%BCrttemberg
2. https://www.youtube.com/watch?v=07d2dXHYb94&ab_channel=SoutheasternGuideDogs

Komentāri: Pēc katras filmiņas parunājiet ar bērniem kā viņi jūtās, ko pamanīja. .

- Kāpēc mūsu grupā ir svarīga cieņa?
- Kā mēs parādām cits citam cieņu?

Satura vienība: Teksts un tekstveide

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): saprotami un secīgi stāsta par redzēto, dzirdēto, piedzīvoto, arī par savām emocijām un rīcību.

Atbilstības atslēgas vārdi: stāstījums par attēlos redzēto.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana	1. aktivitāte. Jūtu nosaukšana

Skolēnu darbība: Lai nostiprinātu un papildinātu jau esošās zināšanas lūdziet bērniem pāros vai nelielās grupās nosaukt attēlos parādītās jūtas. Šeit nav vienas pareizās atbildes, tāpēc varat lūgt bērniem paskaidrot savus apsvērumus. Lūdziet bērniem aprakstīt, kāpēc šim bērnam varētu būt šī sajūta un kas varētu būt noticis, pirms tika uzņemta fotogrāfija.

Komentāri: Uzdevuma veikšanai izmantojiet prezentāciju - 1. materiāls.

Angļu / franču /vācu valoda pirmā svešvaloda 1. -9. klasei

1. klase

1. 2. Es skolā (iepazīstināt ar savu klasi, skolu)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pamana citu attieksmi, piemēram, patiku/nepatiku, pauž savas domas un emocijas, izmantojot skaņas, žestus un iegaumētas frāzes.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena /skola

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Mūsu kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā	2. aktivitāte. Pateicība skolas kopienai

Skolēnu darbība: Kopīgi jānoskaidro kādi tikumi nepieciešami esot kopienā? Jāpieraksta idejas uz tāfeles. Izstāstiet bērniem, ka pateicība (spēja novērtēt citu cilvēku darbu un pateikties viņiem) ir svarīgs tikums, ko izrādīt cilvēkiem mūsu kopienā. Vai vari iedomāties cilvēku skolas kopienā, kas parādījis kādu no tikumiem, kuri uzrakstīti uz tāfeles? Jālūdz bērniem uzrakstīt (vai arī izgatavot kartiņas veidā, uzzīmēt kā zīmējumu) īsu pateicību vienam skolas kopienas loceklim, kas parādījis kādu no iepriekš minētajiem tikumiem.

Komentāri: 1. Kā patīkamu jaunumu varat grupā ieviest glīti noformētu pateicības burciņu, kurā bērni, piemēram, katru otro dienu, iemet lapiņu uz kuras uzraksta par ko/kam ir pateicīgi šajā dienā. (Ja visi piekrīt, tad varat lapiņas kopīgi pārlasīt.

2. Veidojot starppriekšmeta saikni ar sporta skolotāju, varat bērniem iemācīties pateicības vingrinājumus bērniem, kas vienlaikus māca gan pateicību, gan nomierina.

Veicamos vingrinājumus varat apskatīt šeit -<https://www.bestow.com/static/47354c18d879c76ff5e79bd4f454e657/gratitude-activities-for-kids.printable.3a.pdf>

1. 3. Es mājās (ģimene)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pasaka dažus izteikumus par sevi, savu ģimeni.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz bērniem uzzīmēt savu ģimeni, norādot ģimenes locekļus. Bērni var iekļaut arī mājdzīvniekus, paplašinātās ģimenes locekļus, bērniem svarīgus pieaugušos, kas par viņiem rūpējas. Skolotājs lūdz bērniem izvēlēties tikumu, kas vislabāk atbilst katram ģimenes loceklim (piemēram, laipns, dāsns, drosmīgs). Lūdziet bērniem parādīt savus zīmējumus partnerim vai nelielās grupās, ja bērni neiebilst.

Komentāri: Skolotājs veido diskusiju: Kādi cilvēki ir tavā ģimenē? Kādas īpašības piemīt taviem ģimenes locekļiem?

2. klase

2. 1. Es skolā (klasesbiedri)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Stāsta par saviem draugiem, savu dzīvesvietu.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	1. nodarbība. Kādas īpašības piemīt labam draugam?	2. aktivitāte. Draudzības recepte

Skolēnu darbība: Skolotājs sadala bērnus pāros vai nelielās grupās. Kādas ir pieci galvenie tikumi, kas vajadzīgi, lai veidotos draudzība? Bērniem jāvienojas vienas grupas ietvaros. Pēc tam jālūdz bērniem sagrupēt šīs sastāvdaļas — kuru no tām viņiem vajadzēs visvairāk? Jāparāda, kā izveidot draudzības recepti, izmantojot šos tikumus, un pēc tam lūdziet bērniem grupās izveidot viņu draudzības recepti.

Komentāri: Sarunai par draugu īpašībām varat izmantot arī šo interaktīvo materiālu. <https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/vertibizglitiba/default.html> (1. –3. klase, 6. tēma "Atšķirības")

2. 2. Es mājās (ģimenes locekļi)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Stāsta, uzdod jautājumus un atbild uz jautājumiem.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	2. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Bērni uzzīmē savu ģimeni un atbildēt uz šiem jautājumiem:

- Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?
- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?

Komentāri: Skolotājs lūdz bērniem parādīt savu zīmējumu partnerim, ja bērni neiebilst. Var atkārtot iepriekšējās aktivitātes diskusiju par cieņas izrādīšanu citiem cilvēkiem un viņu ģimenēm; var uzdot jautājumu: vai ir kādas līdzības/atšķirības starp pašu bērnu ģimenēm?

2. 2. Es mājās (ģimenes locekļi)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pamana citu attieksmi, piemēram, patiku/nepatiku, pauž savas domas un emocijas, izmantojot žestus un iegaumētas frāzes.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	2. nodarbība. Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Skolotājs stāsta un uzdod jautājumus: Lai ģimene veidotu vienu mīlestības veselumu, katram tajā ir kāda loma.

- Kādas atšķirīgas lomas vai darbi ir tavā ģimenē?
- Kāda, tavuprāt, ir tava loma?
- Ko tu dari, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas?

Komentāri: Skolotājs var palūgt bērniem pierakstīt dažas lietas, ko viņi dara savās ģimenēs.

3. klase

3.3. Es pats (emocijas)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Iepazīstas ar dažādām emocijām, izmanto emocijzīmes un vārdus, lai izteiktu savu attieksmi.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.-3. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 1.-3. klasei	4. nodarbība. Tikumi un emocijas	Uzsākšana: emociju nosaukšana

Skolēnu darbība: Jāapspriež ar skolēniem šādus jautājumus:

Cik daudz dažādu emociju tu vari nosaukt?

Vai vari uzzīmēt emocijzīmi dažām no nosauktajām emocijām?

Vai vari sagrupēt nosauktās emocijas?

Kāpēc tu izvēlēties šādas grupas?

Var izmantot uzvedinošus fotoattēlus un lūgt skolēniem nosaukt attēlā redzamo emociju.

Komentāri: Var piedāvāt citus materiālus emociju atpazīšanai, piemēram, emocionālās inteliģences testu "Ķermeņa valodas tests" <https://spoki.lv/testi/Kermena-valodas-tests-Parbaudi-savu/844888> (ļoti labs), vai šo testu (angļu valodā) https://greatergood.berkeley.edu/quizzes/ei_quiz.

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana	Uzsākšana: vārdi, kas apraksta jūtas

Skolēnu darbība: Skolotājs izmanto savu sejas mīmiku, demonstrējiet bērniem dažādas sejas izteiksmes (priecīgs, dusmīgs, u. c.). Uzdodiet jautājumu - kā es šobrīd jūtos? Ļaujiet izteikt minējumus. Lūdziet bērniem nosaukt dažādus veidus kā cilvēks var justies, un tiklīdz nosaukta kāda no sajūtām, kas attēlota iepriekš sagatavotajos attēlos, pielieciet to pie tāfeles vai nolieciet apla vidū.

Komentāri: Kopīgi var izvēlēties dažas no nosauktajām jūtām un pārrunāties - kas tās var izraisīt, kad tās varētu izpausties. Skolotājs var lūgt skolēniem parādīt sejas izteiksmi, kas raksturo šo sajūtu. Kā vēl var parādīt šīs sajūtas?

4. klase

4.1. Es un citi (profesijas)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu iegūt jaunas zināšanas un risinājumus, radoši kombinējot gatavas frāzes/izteikumus, lai veidotu savu tekstu – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	2. nodarbība. Vai ir tādi darbi, kas paredzēti zēniem vai meitenēm?	1. aktivitāte. Darbi zēniem un darbi meitenēm.

Skolēnu darbība: Parādīt attēlus ar stereotipiskiem vīriešu/sieviešu darbiem!

Diskusija:

- Kādas profesijas redzamas attēlos? - Vai šajos attēlos ir kāda problēma?
- Kāpēc, tavuprāt, daži darbi tiek uzskatīti par “vīriešu” un “sieviešu”?
- Paskaidrojiet vārda “stereotipi” nozīmi!

Komentāri: Var izmantot šo definīciju: stereotips ir daudzu cilvēku ideja vai pārliecība par kādu lietu vai cilvēku grupu, kura balstīta uz šo cilvēku vai lietu ārējo izskatu un kura var būt patiesa, nepatiesa vai tikai daļēji patiesa.

4. 1. Es un citi (profesijas)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu plānot un vadīt savu izziņas procesu, pārvēršot tekstuālu informāciju vizuālā formā (piemēram, tabulā, shēmā, domu kartē) – lietpratējs izaugsmē.

Atbilstības atslēgas vārds: karjera

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	2. aktivitāte. Darba profili

Skolēnu darbība: Skolēniem jāizveido profilu darbam, kas viņiem interesē, ietverot:

- nosaukumu,
- kas šajā darbā jādara,
- nepieciešamās kvalifikācijas,
- vajadzīgās intereses,
- vajadzīgās rakstura īpašības.

Komentāri: Kopīgā noslēguma apspriede: sapņu darbs. Lūdziet bērnus uzzīmēt sevi pēc 20 gadiem, darot savu sapņu darbu, un uzrakstīt īsu skaidrojumu, kas ir šis darbs, kāpēc viņi vēlētos to darīt un kādas prasmes/intereses/tikumus viņiem vajadzēs.

4. 3. Es un veselīgs dzīvesveids (veselīga pārtika)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sekmīgi darboties individuāli, izmantojot apgūto struktūru, lai veidotu jaunus teikumus/izteikumus – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plānošana

Skolēnu darbība: Skolēniem jāizveido viena ēdienreize, izmantojot sabalansēta šķīvja darba lapu. Viņiem jāsadala maltīte, parādot produktu grupas, ko tā satur. Viņi var izpētīt katras pārtikas grupas sniegtos ieguvumus vai izveidot sabalansētu nedēļas ēdienkarti skolas pusdienām.

Komentāri: Kopīgā noslēguma apspriede: ēšanas dienasgrāmata. Lūdziet skolēniem izveidot ēšanas dienasgrāmatu, norādot vakar ēstos produktus.

- Vai, tavuprāt, tavs uzturs bija sabalansēts? Kāpēc/kāpēc ne?
- Vai vari izdomāt, kā uzlabot savas maltītes?

4. 3. Es un veselīgs dzīvesveids (veselīga pārtika)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Stundas temata ietvaros papildina skolotāja un klasesbiedru teikto ar atbilstošu informāciju.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība. Ieguvumi no veselīga uztura	1. aktivitāte. Traucēkļi un risinājumi

Skolēnu darbība: Izveido prāta karti, norādot visus iespējamus iemeslus, kāpēc cilvēks izvēlas būt neveselīgi. Citā krāsā ieraksti dažus iespējamus risinājumus, kā novērst šos traucēkļus. Izvēlies trešo krāsu un pieraksti tikumus, kas tev var būt vajadzīgi, lai īstenotu šos risinājumus.

Komentāri: Skolēniem jāizveido sabalansēta uztura plakāts, izmantojot cilvēka kontūru. Vienā pusē cilvēkam parādiet visus sabalansēta uztura ieguvumus, piemēram, veselīga āda, spēcīgi muskuļi, mirdzoši mati. Otrā pusē cilvēkam parādiet nesabalansēta uztura izraisītās sekas, piemēram, trausli kauli, neveselīga āda, lūstoši mati, nogurums utt.

5. klase

5. 2. Es un veselīgs dzīvesveids (dzīves veids)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu būt zinātkāram un intelektuāli atvērtam, pārbaudot teksta izpratnes precizitāti, izmantojot kontekstu.

Atbilstības atslēgas vārds: labā dzīve

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1.-3. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 1.-3. klasei	2. nodarbība - Kā dzīvot labu dzīvi?	1. aktivitāte. Kas ir svarīgi?

Skolēnu darbība: Uz 3 atsevišķām lielām lapām uzrakstiet — ļoti svarīgi, svarīgi, nav svarīgi — un secīgi pielīmējiet tās klases priekšā dažādās vietās. Nosauciet 'labas dzīves variantus' pēc kārtas, un pie katra varianta lūdziet skolēniem nostāties pie tās lapas, kura, viņuprāt, atspoguļo minēto aspektu nozīmi labas dzīves veidošanā.

- Pelnīt daudz naudas
- Dzīvot mīlošā ģimenē
- Draudzēties ar citiem cilvēkiem
- Būt ietekmīgam/nozīmīgam
- Dzīvot jautri un kārtīgi izpriecāties
- Būt radošam

Komentāri: Mudiniet skolēnus aizstāvēt savu viedokli un uz klausīt pretējus viedokļus. Ko skolēni uzskata par svarīgām labas dzīves sastāvdaļām?

5. 2. Es un veselīgs dzīvesveids (brīva laika aktivitātes - sports)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu būt zinātkāram un intelektuāli atvērtam, pārbaudot teksta izpratnes precizitāti, izmantojot kontekstu – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: sports

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	2. aktivitāte. Dažādi fizisko aktivitāšu veidi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izpētīt vienu fizisko aktivitāšu veidu un izveidot A4 plakātu, reklamējot tā sniegtos ieguvumus, tostarp tikumus, kurus tas palīdz attīstīt, darbam izmanto telefonus vai planšetes ar interneta pieslēgumu. Atgādina, ka viedierīces paredzētas mācību uzdevumam nevis izklaidei. Skolēni var arī aplūkot, kā šīs fiziskās aktivitātes var īstenot savā apkaimē (piemēram, skriešana parkā, peldēšanas pulciņš/nodarbības). Aktivitātei paredzētais laiks 5 minūtes (ja skolēni plakātu nevar paspēt izpildīt, tad to var pabeigt mājās un uz nākamo audzināšanas stundu atnest un veidot visas klases skolēnu plakātu izstādi).

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnu mājās izpētīt kampaņu "Aktīva ik diena!", kuras sauklis ir "Tu esi radīts kustībai!" <https://aktivadiena.lv/interesanti/>, tādējādi iedrošinot bērnus būt aktīvākiem.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitāte	2. nodarbība. Kas cilvēkus attur no fiziskām aktivitātēm?	2. aktivitāte. Treniņu plāni

Skolēnu darbība: Skolēni strādājot grupās iztēlojas, ka viņi ir personīgie treneri un ka viņiem ir jāpalīdz dažādiem klientiem uzsākt sportošanu. Skolotājs katrai grupai iedot citu situācijas aprakstu (1. materiāls) un aicina skolēnus izdomāt dažus ieteikumus, kā cilvēks varētu savā ikdienā ieviest fiziskās aktivitātes. Skolēni savas idejas apkopo 5 minūtes. Pēc uzdevuma izpildes pārrunā kopā ar skolotāju, katras grupas situāciju parāda arī pārējiem skolēniem izmantojot prezentāciju.

Komentāri: Šai aktivitātei paredzēts grupu darbs, skolēnus var sadalīt grupās pa 3 – 4 skolēniem, darbu skolēnu var veikt arī pāros. Skolēni var strādāt tajā pašās grupās, kādā iepriekšējā uzdevumā. Skatīties pēc situācijas.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitāte	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	3. aktivitāte. Šķēršļi, kas traucē nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro, ka cilvēkiem ir daudz šķēršļu, kas attur no fiziskajām aktivitātēm. Aicina skolēnus pāros pārrunāt, kādi iemesli traucē cilvēkiem nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm. Pēc tam skolēnu idejas pārrunā ar klasi, uzdod papildus jautājumus:

- Kā pārvarēt šos šķēršļus, lai varētu dzīvot sportisku un veselīgu dzīvesveidu?
- Kādi tikumi tev var būt vajadzīgi, lai palīdzētu pārvarēt šos šķēršļus?

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnus izdomāt dažas situācijas, kurās viņi varētu šos tikumus pielietot. Iedrošina skolēnu izteikties.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitāte	2. nodarbība. Mans fizisko aktivitāšu plāns	1. aktivitāte. Fakti un skaitļi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt rakstus no dažādiem informācijas avotu virsrakstiem par fiziskajām aktivitātēm un veido diskusiju, balstoties uz šiem jautājumiem:

- Kāpēc tik daudz jauniešu ir neaktīvi?
- Kāpēc pastāv liela iespēja, ka pusaudži ar lieko svaru kļūs par pieaugušajiem ar lieko svaru?

- Kāpēc šo tendenci ir tik grūti izmainīt?
- Kāpēc pastāv saikne starp fiziskajām aktivitātēm un garīgās veselības uzlabošanu?

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnus padalīties diskusija kā var uzlabot savu garīgo veselību caur fiziskām aktivitātēm.

5. 2. Es un veselīgs dzīvesveids (brīva laika aktivitātes - datori)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sadarboties ar citiem, piedaloties klases diskusijās, izmantojot savas zināšanas un prasmes angļu valodā – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrāna laiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrānlaiks	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	2. aktivitāte. Ieguvumi un apdraudējumi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izpildīt darba lapas (1. materiāls) 1. uzdevumu, kurā skolēni ieraksta priekšrocības un trūkumus jebkurā laikā pieslēgties internetam. Nepieciešamības gadījumam skolotājs skolēniem izskaidro, ko nozīmē priekšrocība un trūkums.

Pēc uzdevuma izpildes skolotājs ar skolēniem pārrunā šos jautājumus (aicina skolēnus dalīties ar savām atbildēm, nepieciešamības gadījumā komentē):

- Kādas priekšrocības/ieguvumus sniedz iespēja jebkurā laikā pieslēgties internetam?
- Kādus tikumus tas var attīstīt? Kādā veidā? (Piemēram, piekļuve plašai informācijai par jebkuru tēmu var attīstīt zinātkāri.)
- Kādi ir trūkumi/apdraudējumi?

Komentāri: Aktivitātei nr. 2 nepieciešama darba lapa (1. materiāls). Skolotāja katram skolēnam izdala pa vienai lapai. Aicina uz tās uzrakstīt vārdu un uzvārdu.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrānlaiks	2. nodarbība. Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	1. aktivitāte. Panākt līdzsvaru

Skolēnu darbība: Skolotājs paskaidro bērniem, ka ir svarīgi atrast līdzsvaru starp aktivitātēm pie ekrāna un aktivitātēm, kas neietver skatīšanos ekrānā. It nemaz nepavadīt laiku pie ekrāna tikpat kā nebūtu iespējams (turklāt tas arī nebūtu pārāk jautri). Tomēr mums nevajadzētu ekrānus izmantot visu laiku. Par piemēru skolotājs var izmantot iepriekšējā stundā "Kas ir ekrānlaiks?" rādīto savu ekrānlaika žurnālu.

Skolotājs aicina skolēnus izpildīt darba lapas uzdevumu ar līdzsvara skalu, vienā pusē norādot aktivitātes pie ekrāna un otrā pusē — aktivitātes, kas neietver ekrānu. Skolēni aktivitātei izmanto skolotāja nosauktās aktivitātes:

- www.eklase.lv izmantošana, lai noskaidrotu stundu sarakstu,
- galda spēles ar ģimeni, pastaiga ar suni,
- spēles spēlēšana telefonā,
- multfilmu skatīšanās no rīta,
- ziņu rakstīšana klasesbiedriem WhatsApp,
- informācijas meklēšana dabaszinību mājasdarbam.

Diskusija (jautājumus uzdod skolēniem, uzklasa skolēnu atbildes, nepieciešamības gadījumā uzdod papildjautājumus)

- Kādas aktivitātes no tām, kas neietver skatīšanos ekrānā, tev patīk?

- Ko, darot šādas aktivitātes, tu iegūsti tādu, ko nevarētu iegūt no aktivitātēm pie ekrāna?
- Kādus tikumus tu vari attīstīt?

Komentāri: Aktivitātei nr. 1 nepieciešama darba lapa (1. materiāls). Skolotāja katram skolēnam izdala pa vienai lapai. Aicina uz tās uzrakstīt vārdu un uzvārdu.

6. klase

6. 1. Es un citi (mācību priekšmeti)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu darbu paveikt pēc iespējas kvalitatīvāk, izvērtējot mācību mērķa sasniegšanai nepieciešamo laiku un resursus – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava Nākotne	2. nodarbība. Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsver, ka mācīšanās skar daudzās dzīves jomās. Šī nodarbība palīdzēs skolēniem pārdomāt un reflektēt par to, kā tu mācies un kādas prasmes un rakstura tikumi jāattīsta, lai palīdzētu mācīties iespējami efektīvi. Šīs prasmes varēsi izmantot daudzās dzīves jomās.

- Ko nozīmē vārds “mācīšanās”? Ko nozīmē iesaistīties mācību procesā?
- Kas parādās tavā iztēlē, kad domā par vārdu “mācīšanās”?
- Kādās dzīves sfērās tevi skar mācīšanās? Kur un kā tas notiek?
- Vai tev patīk mācīties?

Komentāri: Skolotājs piedāvā iedomāties kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar partneri, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāpielieto?

6. 2. Es un veselīgs dzīvesveids (sports)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu kontrolēt un vadīt savu uzvedību un emocijas, efektīvi izmantojot pauzes un interpunkciju, lai pievērstu uzmanību savai domai – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās Aktivitātes.	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	3. aktivitāte. Šķēršļi, kas traucē nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro, ka cilvēkiem ir daudz šķēršļu, kas attur no fiziskajām aktivitātēm. Aicina skolēnus pāros pārrunāt, kādi iemesli traucē cilvēkiem nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm. Pēc tam skolēnu idejas pārrunā ar klasi, uzdod papildus jautājumus:

- Kā pārvarēt šos šķēršļus, lai varētu dzīvot sportisku un veselīgu dzīvesveidu?
- Kādi tikumi tev var būt vajadzīgi, lai palīdzētu pārvarēt šos šķēršļus?

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnus izdomāt dažas situācijas, kurās viņi varētu šos tikumus pielietot. Iedrošina skolēnu izteikties.

6. 2. Es un veselīgs dzīvesveids (atkarības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu piedalīties sociālajā un politiskajā dzīvē, lasot tekstus un klausoties/ skatoties ziņas, kopā ar klasesbiedriem apspriežot pasaulē aktuālus notikumus – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	3. aktivitāte. Kāpēc cilvēki lieto apreibinošas vielas?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju: Apsver narkotiku un pārmērīgu alkohola lietošanu, pārdomājot, kāpēc cilvēki varētu pieņemt šādu lēmumu.

- Kā izpaužas narkotiku un pārmērīga alkohola lietošana?
- Kā tas izskatās?
- Kāpēc cilvēki varētu lietot narkotikas un pārmērīgi lietot alkoholu?

Jāapkopo idejas un atbildes ierakstiet režģī.

Komentāri: 3. aktivitātei ir nepieciešams izdales 1. materiāla 2. lpp.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	2. nodarbība. Ieradumi	3. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Skolēniem ir jāizlasa morālā dilemma.

- Kur ir problēma?
- Kādi tikumi šeit iesaistīti?
- Kāda ir saprātīga rīcība? Vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?
- Kā tu rīkotos šajā situācijā?
- Vai esi pieredzējis šādu situāciju?

Komentāri: Dilemma ir pieejamā prezentācijā, 5. slaidā.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	4. aktivitāte. Refleksiju dienasgrāmata

Skolēnu darbība: Jāizveido reflektīvu dienasgrāmatas ierakstu, aprakstot arvien pieaugošo tiešsaistes azartspēļu fenomenu un atbildot uz šādiem jautājumiem:

- Kādi faktori ietekmē mūsu uzskatus par tiešsaistes azartspēlēm?
- Kā mēs varam pretoties šīm ietekmēm?
- Kā cilvēki var nodrošināt, ka viņi izdara labākas izvēles attiecībā uz azartspēlēm?
- Kā mēs varam piedalīties pozitīvas ietekmes veidošanā?

Komentāri: Šajā saite pieejams 2019. gada Veselības Ministrijas pilnais pētījums par azartspēļu, sociālo mediju, datorspēļu un citu procesu atkarību izplatību Latvijā: <https://www.esparveselibu.lv/petijums-par-azartspelu-socialo-mediju-datorspelu-un-citu-procesu-atkaribu-izplatibu-latvija>

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	3. aktivitāte. Reklāmas

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā aplūkot dažādas tiešsaistes azartspēļu reklāmas un pārrunāties dažādus veidus, kā uzņēmumi cenšas ievilināt cilvēkus azartspēlēs un mazināt impulsu kontroli.

Skolotājs pajautā: kādi paņēmieni izmantoti azartspēļu reklāmās, lai piesaistītu potenciālos klientus?

Diskusija. Vai reklāmās redzēji šādu informāciju:

- uzņēmuma nosaukums,
- sauklis,
- naudas piedāvājums,
- pieejamība,
- daudzveidība,
- “lielo laimestu” un “labāko likmju” solījumi,
- vilinoši attēli?

Komentāri: Papildus jautājumi diskusijai. Vai, tavuprāt, azartspēlēs iesaistīto cilvēku ikdiena atbilst tam, ko rāda reklāmās? Kāpēc, tavuprāt, azartspēļu vietnes piedāvā iespēju par brīvu uzsākt spēlēšanu tiem, kuri tikko reģistrēties? Kā vēl azartspēļu vietnes mēģina rosināt interesi, lai cilvēki turpinātu spēlēt viņu vietnē?

7. klase

7.1. Citi cilvēki un es (draugi un slavenības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Sadarbojas ar citiem kopēja mērķa sasniegšanai.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas Attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	1. aktivitāte. Papīra debates

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izmantot A3 lapas ar uzvedinošiem jautājumiem — padodiet tās apkārt pa klasi un pierakstiet uz tām savas idejas. Tev ir atļauts:

- atbildēt uz sākotnējo jautājumu, paskaidrojot savu ideju vai viedokli;
- atbildēt uz ideju vai viedokli, ko uzrakstījis kāds cits (piekrītot vai nepiekrītot);
- uzdot jautājumu vai atbildēt uz jautājumu, ko uzrakstījis kāds cits.

Komentāri: Jāatgādina, ka visiem komentāriem jābūt rakstītiem ar cieņu pret citu klases biedru viedokli, un tie nedrīkst saturēt nepiemērotu valodu vai ietvert personīgo pieredzi. Pārrunāties atbildēs dominējošās tēmas.

Atbilstības atslēgas vārds: etaloni

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Brīvprātīgais darbs	2. nodarbība. Kā brīvprātīgais darbs var mani pilnveidot?	1. aktivitāte. Jaunatnes sociālā darbība

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā noskatīties LSK (Latvijas sarkanais krusts) kampaņas video “Latvijas Sarkanā Krusta Jaunatne”.

<http://www.redcross.lv/jauniesi/kas-mes-esam/>

- Kāpēc jaunieši tiek mudināti iesaistīties brīvprātīgajā darbā dažādās organizācijās?
- Vai tu vēlētos pievienoties kādai no videomateriālā pieminētajām vai līdzīgām organizācijām?
- Video ataino dažādas rakstura stiprās puses. Vai brīvprātīgais darbs tās varētu stiprināt? Vai kādu no minētajām rakstura stiprajām pusēm tu vēlētos uzlabot?

Komentāri: Skolotājs piedāvā noslēguma diskusiju: kā tu varētu uzzināt par iespējām veikt brīvprātīgo darbu kādā organizācijā?

7.2. Uzturs un es (pārtika)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu uzdrošināties pašizpausties un gūt jaunu pieredzi, plānojot mācību mērķa sasniegšanai nepieciešamo laiku un resursus – personība ar pašapziņu.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	4. aktivitāte. Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: Lai pārliecinātos, ka skolēnu uzturs ir veselīgs, skolēniem ir jānovēro, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas ietekmē viņus fiziski un garīgi — tā viņi varēs kaut ko mainīt, balstoties uz saviem novērojumiem.

Lūdziet skolēniem divas nedēļas veidot ēšanas dienasgrāmatu, pierakstot, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas viņus ietekmē (1. materiāls 2. lpp.). Skolēni reflektē, pamatojoties uz divu nedēļu ierakstiem dienasgrāmatā, un fiksē savus secinājumus par noteiktu pārtikas produktu ietekmi vai ēšanu noteiktā laikā, piemēram, vēlu vakarā. Šīs aktivitāte var būt retrospektīva, lai veidotu diskusiju.

Komentāri: Lūdziet skolēniem pievērst uzmanību noteiktu pārtikas produktu ietekmei — pusfabrikātu/neveselīgas pārtikas lietošana, piemēram, pica un 2 litri kolas plkst. 21.30, u.tml. Lūdziet skolēniem eksperimentēt, iekļaujot savā uzturā vai izslēdzot no tā konkrētus pārtikas produktus un novērojot, kā šīs izmaiņas viņus ietekmē.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plānošana

Skolēnu darbība: Skolēniem jāizveido viena ēdienreize, izmantojot sabalansēta šķīvja paraugu. (Zīmējiet vai rakstiet uz iepriekš sagatavotajiem papīra šķīvjiem, vai arī zīmējiet tos paši.)

Komentāri: Skolotājs var aicināt skolēnus sadalīt maltīti parādot produktu grupas, ko tā satur.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība. Ieguvumi no veselīga uztura	1. aktivitāte. Traucēkļi un risinājumi

Skolēnu darbība: Kopīgi uz tāfeles izveidojiet domu karti, norādot visus iespējamus iemeslus, kāpēc cilvēks izvēlas ēst neveselīgi. Izvēlieties citu krāsu un pierakstiet tikumus, kas varētu būt noderīgi, lai ikdienā ēstu un dzīvotu veselīgāk.

Komentāri: Noskaidrojiet, vai skolēni zina, kā viņus ietekmē izsalkums un produkti, kas satur daudz cukura. Kā tie ietekmē uzvedību, noskaņojumu, aktivitāti?

7. 2. Uzturs un es (dzīvesstils)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu vadīt savu izziņas procesu, klausoties vai lasot pievērš uzmanību balstvērdiem, kas palīdz saprast teksta saturu – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā aplūkot prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku Lielbritānijā un Latvijā! Vai tevi šajā informācijā kaut kas pārsteidza? Ja jā, kas? Kāpēc tas ir pārsteidzoši?

Diskusijas jautājumi:

- Kāds ir tavs viedoklis/pieredze attiecībā uz tiešsaistes azartspēlēm?
- Vai ir kaut kas, ar ko esi saskaries agrāk? Ja jā, kur/kā?
- Kādās platformās vai ierīcēs tiešsaistes azartspēles ir redzamākas, piemēram, sporta vietnēs?
- Kāpēc, tavuprāt, tiešsaistes azartspēles šajās platformās ir klātesošas?
- Kā tiešsaistes azartspēles "iesūc" cilvēkus? Kā un kāpēc tā varētu būt problēma?

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnus pārrunāt šos jautājumus:

- Pārrunāji šos delikātos jautājumus ar klasesbiedru!
- Atceries, ka šie jautājumi ir diezgan personiski!
- Nevienam nav jāatklāj informācija, ja viņš nejūtas ērti.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	Uzsākšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā no 1 līdz 10 (kur 1 ir "pilnīgi nepiekrītu" un 10 ir "pilnīgi piekrītu") novērtēt šo apgalvojumu. Pieraksti vērtējumu uz līmlapiņas un pielīmē to pie tāfeles. Balsošanai var izmantot arī tiešsaistes rīkus, piemēram, <https://www.mentimeter.com/>

Komentāri: "Daži cilvēki piedzimst ar lielāku vēlmi iesaistīties azartspēlēs nekā citiem. Tur neko nevar darīt." Viedokļus un jautājumus, ko raisījis šis apgalvojums, pārrunāji klasē.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	2. aktivitāte. Kas mainās?

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: Kādas ir galvenās pārmaiņas, ko jaunieši piedzīvo, uzsākot mācības pēdējās pamatskolas klasēs? Skolēniem jāuzraksta katra ideja uz atsevišķas līmlapiņas. Pozitīvajām pārmaiņām izmanto vienas krāsas lapiņas, bet negatīvajām — citas krāsas lapiņas. Šīs izmaiņas var attiekties ne tikai uz skolu, bet arī ietvert sociālās, fiziskās un emocionālās pārmaiņas.

Komentāri: Jāatgādina skolēniem, ka viņi var saņemt palīdzību mājās, skolā (piemēram, pie skolotāja, skolas psihologa vai medmāses) un ārpus tās — vietējās un nacionālās organizācijās.

8. klase

8. 1. Citi cilvēki un es (drošība reālajā un virtuālajā dzīvē)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu vadīt savu izziņas procesu, lasot vai klausoties pievērs uzmanību galvenajai domai – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: Drošība tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	1. nodarbība. Palikt drošībā	1. aktivitāte. Mans digitālais es

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus materiāla 2. lapā aizpildīt tabulu un pašiem sev pajautāt, ko varētu darīt, lai saglabātu drošību katrā no trim sadaļām. Tabulā sniegti uzvedinoši jautājumi, lai palīdzētu skolēniem pārdomāt problēmas. Ar katru no sadaļās pierakstītajiem punktiem saistīt kādu tikumu un aprakstīt, kā tikums izpaužas šādā situācijā reālajā dzīvē. Skolēni pārrunā pierakstītos punktus grupās.

Komentāri: Aktivitātei būs nepieciešama iepriekšējā aktivitātē izmantotā 1. materiāla "Palikt drošībā" 2. lapa. Skolēnus aktivitātei nepieciešams sadalīt grupās vai pāros, vadīties pēc situācijas un skolēnu skaita klasē konkrētajā dienā.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	3. aktivitāte. Dilemmas

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izlasīt PowerPoint prezentācijā sniegtās 3 dilemmas

Jautājumi diskusijai:

- Kā jūtas katrs cilvēks šajā situācijā?
- Ko tu katram no šiem cilvēkiem ieteiktu un kāpēc?
- Padomā, kāda būtu tava tūlītējā atbilde un pārdomāta atbilde, kas balstās uz pierādījumiem.

Komentāri: Izmantojot darba lapu (1. materiāls), grupā pārrunājat iemeslus, kāpēc cilvēks varētu uzņemties riskus, kas saistīti ar tiešsaistes azartspēlēm, un problēmas, ar ko situāciju aprakstos saskaras katrs cilvēks!

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	1. aktivitāte. Impulsivitāte un aizkavētais apbalvojums

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēnus apspriest terminu definīcijas. "Ko tev nozīmē vārds "impulsivitāte"? Ko nozīmē termins "atliktais gandarījums"? Vai vari kopā ar partneri izdomāt definīcijas?"

- Kādas problēmas var radīt impulsivitāte?
- Izdomā dažus piemērus, kur impulsivitāte var kļūt bīstama.

Komentāri: Skolotājs stāsta par atlikto gandarījumu jeb aizkavēto apbalvojumu: īstermiņa gandarījuma (tūlītējā apbalvojuma) atlikšana par labu ilgtermiņa gandarījumam (ar domu, ka šis gandarījums var būt noderīgāks ilgtermiņā).

- Kādus pārbaudījumus var radīt "atliktais gandarījums"?
- Kā gandarījuma atlikšana var kļūt par pozitīvo virzītājspēku tavā dzīvē?

- Sniedz piemērus, kas parāda, kā atliktais gandarījums tavā dzīvē ir nesis ko pozitīvu.

Atbilstības atslēgas vārds: emocionālā veselība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	1. aktivitāte. Vai vari pamanīt?

Skolēnu darbība: Jāpalūdz pāros vai nelielās grupās skolēni aplūko attēlus ar slaveniem cilvēkiem, kas piedzīvojuši emocionālās veselības problēmas. Vai to varēja viegli pamanīt? Kā tu vari zināt, kāda ir cilvēka emocionālā veselība?

Turpinot diskusiju: Vai tu šos cilvēkus sadalītu grupās citādi, ja mēs ņemtu vērā fizisko veselību? Kuru veselības veidu atpazīt ir vieglāk un kāpēc?

Komentāri: Katrai grupai jāizvēlas viens attēls un jāizveido saraksts ar iemesliem, kāpēc, viņuprāt, šis cilvēks ir vesels — gan fiziski, gan emocionāli. Tad izskatiet sarakstu un pasvītrojiet to, ko nevar noteikt, vienkārši paskatoties uz cilvēku. Pārrunājiet, kā var noteikt, vai cilvēks ir emocionāli vesels.

8. 2. Sports un es (slavenības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu rūpēties par savu un citu cilvēku labumu, regulāri izvērtējot un salīdzinot savas un savu klasesbiedru prasmes – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: etaloni - Ikaunieci

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība - Fiziskās aktivitātes	4. aktivitāte. Laura Ikaunieci

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā aplūkot Lauras Ikaunieci materiālu un pārrunā ar partneri šos jautājumus.

- Kādi šķēršļi savā sportista karjerā bija jāpārvar Laurai?
- Kāpēc tas bija tik nozīmīgs pārbaudījums?
- Kādi tikumi Laurai Ikaunieci bija jāpielieto, lai sasniegtu savus mērķus?
- Ko tu vari īstenot savā dzīvē, iedvesmojoties no stāsta par Lauru?

Komentāri: Raksts par Lauru Ikaunieci: izdales materiāla 3.-4. lpp.

- https://www.youtube.com/watch?v=W3bc3tVs54k&feature=emb_title&ab_channel=SportaStudija
- <https://www.lsm.lv/raksts/sports/vieglatletika/vieglatlete-ikaunieci-pec-operacijas-pirmie-tris-menesi-bija-grutakie.a308761/>

9. klase

9. 2. Nākotne un es (rakstura īpašības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sekmīgi darboties daudzvalodu vidē, pamatojot un paskaidrojot savas atbildes – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	2. nodarbība. Kas ir "labā dzīve"?	3. aktivitāte. Kas ir laba dzīve?

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā noskatīties video par Aristoteli un piedalīties diskusijā:

- Vai šis ir noderīgs pārskats par Aristoteļa uzskatiem par "labu dzīvi"?
- Ko tu domā par Aristoteļa ideju par laimi/uzplaukumu (eudaimonia)?

Komentāri: 2. materiālā pieejama video transkripcija latviešu un angļu valodā) <https://www.youtube.com/watch?v=VFPBf1AZOQg> (Laba dzīve: Aristotelis) – 5:57 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	3. nodarbība - Kas ir tikumi?	1. aktivitāte. Tikumu definīcijas

Skolēnu darbība: Iedodiet skolēniem tikumu sarakstu (1. materiāls, 1. lpp.) un aiciniet savienot tikumus ar atbilstīgajiem aprakstiem!

Pēc tam skolēniem jāizvēlas 3 no dotajiem tikumiem un jāapraksta, kā tos var izmantot skolas vidē.

Komentāri: Uzdevumos var izmantot spēļu elementus, kā no puzzles gabaliņiem izveidot tikumu nosaukumus. Nepazīstamo vārdu nosaukumus meklēt elektroniskā vārdnīcā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	5. nodarbība - Tikumu attīstīšana	2. aktivitāte. Mana morālā autoritāte

Skolēnu darbība: Aiciniet skolēnus izlasīt Ralfa Valdo Emersona citātu: "Sēj domu un tu pļausi darbību; sēj darbību, un tu iegūsi ieradumu; sēj ieradumu un tu veido raksturu; sēj raksturu, un tu pļausi likteni"! Apspriediet ar viņiem šādus jautājumus:

- Ko, tavuprāt, nozīmē šis citāts?
- Kā tas var ietekmēt tavu dzīvi?
- Vai varat iedomāties kādus pazīstamu cilvēku piemērus, kuri ir praktizējuši šo ideju?

Skolēniem jāizvēlas autoritāte, ko viņi vēlas apspriest. Tā var būt kāda slavenība vai arī kāds cilvēks, ko viņi pazīst. Skolēniem jāuzraksta īss autoritātes apraksts, kurā viņi atpazīst un apraksta tikumus, kas šajā cilvēkā viņiem ir nozīmīgi.

Komentāri: Skolēni var izvēlēties citus veidus kā prezentēt izvēlēto autoritāti.

Atbilstības atslēgas vārds: raksturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Rakstura stingrība nākotnei	1. aktivitāte. VIA aptauja

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā skolēniem aizpildīt pielāgoto VIA aptauju (1. materiāls), kas palīdz noteikt skolēna spēcīgākās rakstura iezīmes.

Skolēniem jāpārdomā, kuri tikumi viņiem ir vissvarīgākie. Aiciniet viņus aizpildīt pielāgoto VIA aptauju, lai noteiktu viņiem visbūtiskākos tikumus (1. materiāls, 1. lpp.)! Aiciniet dalīties ar rezultātu testā!

- Kāpēc viņi izvēlējušies šos tikumus?
- Vai skolēni ir izvēlējušies vienādus vai atšķirīgus tikumus?
- Vai viņi izvēlējušies galvenokārt morālos, pilsoniskos, intelektuālos vai darbības tikumus?

Izmantojot 1. materiāla 2. lpp., skolēni izraksta no saraksta 6 sev svarīgākos tikumus, sakārtojot tos pēc nozīmes. Blakus katram tikumam skolēni no 1 līdz 10 atzīmē, cik lielā mērā viņiem piemīt katrs no sešiem tikumiem, kurus viņš atzīmējis kā svarīgus.

- Kuri tikumi tev attīstīti īpaši spēcīgi? Kā to var zināt?
- Kuri tikumi vēl jāattīsta? Kā to var zināt?

Komentāri: 1. aktivitātes izpildei ir nepieciešams izdales materiāls (ieteicamais laiks 15 min.).

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās prasmes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina stāstījumu: "Mācīšanās skar tevi daudzās dzīves jomās. Šī nodarbība palīdzēs tev pārdomāt un reflektēt par to, kā tu mācies un kādas prasmes un rakstura tikumi jāattīsta, lai palīdzētu mācīties iespējami efektīvi. Šīs prasmes varēsi izmantot daudzās dzīves jomās."

- - Ko nozīmē vārds "mācīšanās"? Ko nozīmē "iesaistīties mācību procesā"?
- - Kas parādās tavā iztēlē, kad domā par vārdu "mācīšanās"?
- - Kādās dzīves sfērās tevi skar mācīšanās? Kur un kā tas notiek?
- - Vai tev patīk mācīties?

Skolotājs piedāvā iedomāties kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar klases biedru, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāizmanto?

Komentāri: Skolotāji var dalīties ar savu pieredzi.

9.2. Nākotne un es (karjeras plāni)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu plānot un vadīt savu mācību darbu un izziņas procesu, izvēloties mācību uzdevumam atbilstošas lasīšanas vai klausīšanās stratēģijas – lietpratējs izaugsmē.

Atbilstības atslēgas vārds: Karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Kas tevi dzīvē sagaida?	1. aktivitāte. Dzīves ritējums

Skolēnu darbība: Aktivitātes mērķis ir noteikt, kādā dzīves punktā skolēni atrodas šobrīd un kas viņiem ir būtisks. 1. rītenī (1. materiāls, 1. lpp.) skolēni pierasta dažādus savas dzīves elementus (piemēram, ģimene, draugi, skola, darbs, atpūta) un sadala rīteni tik daudz segmentos, cik vēlas, ierakstot visus konstatētos elementus.

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

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

Komentāri: Papildu uzdevums, ko var izmantot atkarībā no skolēnu spējām un atvēlēta laika:

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 riteņi 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.

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	1. aktivitāte. Kāds darbs man patiktu?

Skolēnu darbība: Frontāla saruna. Kam tu pievērstu uzmanību, izvēloties darbu? Uzklusiet un apkopojiet klases idejas! Paskaidrojiet, ka katram cilvēkam var būt atšķirīgas vērtības, izvēloties darbu!

Aiciniet bērnus, strādājot individuāli, pierakstīt 3 lietas, kas, viņuprāt, ir svarīgas darbā (piemēram, palīdzēt cilvēkiem, nauda, darbs ar cilvēkiem, radošums, iespēja izmantot noteiktas prasmes)!

Tad dodiet viņiem laiku izpētīt informāciju par dažādiem darbiem, kas atbilst viņu kritērijiem! Jūs varat izpildīt dažus “karjeras testus”, piemēram, Nacionālās izglītības iespēju datubāzes (NIID) testus:

http://www.niid.lv/tests/testi_sakums.htm

Komentāri: Var noderēt šī tīmekļa vietne:

http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/

Angļu / vācu valoda otra svešvaloda 4. -9. klasei

4. klase

4. 1. Es un skola (iepazīstināt ar savu klasi, skolu)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Novēro citu attieksmi, pauž savas domas un emocijas atbilstoši saziņas situācijai, izmantojot vienkāršas frāzes un neverbālus saziņas līdzekļus.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena /skola

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	1. aktivitāte. Kas es esmu?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēniem darba lapā ar virsraksta "Kas es esmu?" uzrakstīt, kas viņi ir, un uzrakstīt vai uzzīmēt savu iezīmju kombināciju, kas veido viņus tādus, kādi viņi ir. Pēc tam skolēni uzrakstīto vai uzzīmēto pārrunā ar blakussēdētāju. Skolotājs aicina skolēnus papildināt klases biedra profilu.

Komentāri: 1. aktivitātei nepieciešams 1. materiāls ar deviņu rombu uzdevumu "Kopiena un darbs kopienas labā", katram skolēnam nepieciešams savs eksemplārs, izdalot darba lapas skolēniem, aicina uz tās uzrakstīt vārdu un uzvārdu. Pēc aktivitātes atgādina, ka darba lapa tiks izmantota vēlāk.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kopiena, daudzveidība un dažādība	2. aktivitāte. Gadījuma izpēte

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro, ka cilvēkiem, kas piedzīvo nevienlīdzīgu attieksmi, nereti nākas paust savu nostāju, lai sasniegtu savus mērķus. Skolēni analizē dotās situācijas grupās. Pēc tam skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus:

- Kāpēc šis cilvēks varētu piedzīvot nevienlīdzīgu attieksmi vai diskrimināciju?
- Kādas rakstura iezīmes izpaužas cilvēkiem tavā situācijas aprakstā?

Komentāri: Skolēnus nepieciešams sadalīt grupās, skolēnu skaitu grupā skolotājs izvērtē pēc situācijas un skolēnu skaita klasē. Skolēniem nepieciešama 1. materiāla 2. lpp. ar situāciju piemēriem.

4. 2. Es un citi (pastāstīt par manu ģimeni)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido savu tekstu par tuvāko apkārtni, ikdienas darbībām, interesēm.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: Palīdziet skolēniem iztēloties savu ģimeni un padomāt par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Mudiniet bērnus padomāt par tikumiem ģimenē:

- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?

- Vai ir kādi tikumi, kas tev ģimenē jāpauž? Kā tu tos izmanto?

Aiciniet skolēnus pārrunāt pāros viņu ģimenes īpatnības, kādu labumu viņi sniedz citiem ģimenes locekļiem, piemēram, kā viņi palīdz cits citam un kā izrāda pateicību vecākiem par saņemto mīlestību un rūpēm!

Komentāri: Paskaidrojiet, ka Latvijas Republikas Satversmes 110. pantā rakstīts, ka “valsts aizsargā un atbalsta laulību – savienību starp vīrieti un sievieti –, ģimeni, vecāku un bērna tiesības”. Izstāstiet skolēniem, ka jauna ģimene sākas ar sievieti un vīrieti, kuri abpusēji piekrīt dibināt stabilu un mīlošu savienību, un ka laulībā ietvertas juridiskas tiesības un aizsardzība, kas nav ietvertas nereģistrētā kopdzīvē. Parasti ģimenei ir kopīgas mājas, taču ne vienmēr.

4.3. Es un pilsēta un lauki (Kā stāstām par pilsētām un laukiem)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Stāsta par savām interesēm, zināmām darbībām (reālām un izdomātām), apraksta tuvāko apkārtni.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena/pilsēta

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	2. aktivitāte. Kas ir kopiena?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus padomāt un apsvērt, kas veido kopienu, piedāvājot šādus uzvedinošos jautājumus:

- Kas ir kopiena?
- Pie kādām kopienām tu pieder?
- Ko nozīmē būt šajās kopienās?
- Kā kopiena funkcionē praktiskā veidā?

Komentāri: Skolēnu kopīgās idejas fiksē uz tāfeles. Pēc tam kopīgi ar skolēniem izstrādā kopienas definīciju.

4.4. Es un ikdiena (Maltītes)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu eksperimentēt, improvizēt un tiekties pēc jaunas pieredzes, pierakstot jaunus vārdus un izmantojot tos savu tekstu veidošanā – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	4. aktivitāte. Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: Lai pārliecinātos, ka viņu uzturs ir veselīgs, skolēniem ir jānovēro, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas ietekmē viņus fiziski un garīgi – tā viņi varēs kaut ko mainīt, balstoties uz saviem novērojumiem.

Rosiniet skolēnus divas nedēļas veidot ēšanas dienasgrāmatu, pierakstot, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas viņus ietekmē (1. materiāls 2. lpp.). Skolēni reflektē, pamatojoties uz divu nedēļu ierakstiem dienasgrāmatā, un fiksē savus secinājumus par noteiktu pārtikas produktu ietekmi vai ēšanu noteiktā laikā, piemēram, vēlu vakarā. Šīs aktivitāte var būt retrospektīva, lai veidotu diskusiju.

Komentāri: Aiciniet pievērst uzmanību noteiktu pārtikas produktu ietekmei – pusfabrikātu un/vai neveselīgas pārtikas lietošana, piemēram, pica un 2 litri kolas plkst. 21.30. Rosiniet skolēnus eksperimentēt, iekļaujot savā uzturā vai izslēdzot no tā konkrētus pārtikas produktus un novērojot, kā šīs izmaiņas viņus ietekmē.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Veselīgs uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plānošana

Skolēnu darbība: Bērniem tiek piedāvāts izveidot vienu ēdienreizi, izmantojot "sabalansētā šķīvja" paraugu. (Zīmējiet vai rakstiet uz iepriekš sagatavotajiem papīra šķīvjiem, vai arī zīmējiet tos paši!) Aiciniet skolēnus sadalīt maltīti, parādot produktu grupas, ko tā satur.

Komentāri: Var izmantot tiešsaistes spēli, kurā iespējams grupēt produktus, izveidot savu pusdienu šķīvi: <https://www.healthyeating.org/products-and-activities/games-activities/myplate>

5. klase

5.2. Es un brīvais laiks (sports)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido domu karti, īsi apraksta izdomātus vai reālus notikumus, pagātnē paveikto vai personiski pieredzēto.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	Ierosme. Iepazīstiniet bērnus ar tēmu par fiziskajām aktivitātēm

Skolēnu darbība: Skolotājs nodarbību sāk ar teikumiem: "Viss dzīvais kustas. Augs aug pret sauli, baktērijas peld prom no toksīniem, un tu ej mājup – visam, kas dzīvs, ir jākustas, lai izdzīvotu. Tomēr cilvēkiem kustība ir vairāk nekā tikai izdzīvošana – mēs kustamies, lai gūtu prieku, lai sacenstos un lai būtu veseli."

Komentāri: Jautā skolēniem, cik daudz kustību veidu viņi var nosaukt un kādos veidos viņi nodarbojas ar fiziskām aktivitātēm. Skolēnu idejas pieraksta uz tāfeles. .

5.3. Es un pilsēta (iepirkšanās)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu uztvert kļūdas kā izaugsmes iespēju, pārlasot veikto uzdevumu, lai pārbaudītu valodas pareizību un atbilstību saziņas normām – lietpratējs izaugsmē.

Atbilstības atslēgas vārds: rīkošanās ar naudu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Rīkošanās ar naudu	1. nodarbība. Vēlmes un vajadzības	2. aktivitāte. Finanšu lēmumi

Skolēnu darbība: Jālūdz skolēniem padomāt par šādiem jautājumiem (skolēni idejas var fiksēt uz iepriekšējā aktivitātē izmantotās lapas)

- Kādiem mērķiem tev patīk tērēt savu naudu?
- Kas ietekmē tavus lēmumus?
- Tu esi tērētājs vai krājējs?
- Kādas saspringtas situācijas varētu raksties katrā no šīm pozīcijām?
- Izveido sarakstu, minot, kas ietekmē tavus tēriņus!
- Kuras no šīm ietekmēm ir visspēcīgākās? (Draugi, ģimene, reklāmas, īpašie piedāvājumi, slavenību izvēles u. tml.)

Skolēni iztēlojas, ka viņi ir jaunpienācēji futbola komandā, kas tikko pievienojušies skolas komandai, un ir nepieciešami sporta apavi. Aicina skolēnu padomāt par šādiem jautājumiem:

- Kādi jautājumi tev būtu jāuzdod, pirms tu izvēlies sev apavus?
- Kā tu vari uzzināt, kāda ir saprātīga cena?

- Kur un kā vari atrast labu piedāvājumu?

Komentāri: Skolotājs skaidro, ka, visticamāk, skolēni jau pieņem zināmus finanšu lēmumus (viņiem var būt, piemēram, vecāku iedota kabatas nauda u. tml.). Viņi noteikti saskaras ar spriedzi, kas saistīta ar naudas izmantošanu un paņēmieniem, kā vislabāk krāt un tērēt naudu u. tml. Aicina skolēnus paust idejas par sniegtajiem jautājumiem un izklāstīt tās klasei. Idejas var apkopot plakātā vai izveidot tīkla diagrammu (domu karti) utt.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Rīkošanās ar naudu	2. nodarbība. Budžeta plānošana	3. aktivitāte. Refleksija

Skolēnu darbība: Aktivitātes noslēgumā skolēni atbild uz šādiem jautājumiem:

- Kāda jēga plānot budžetu?
- Ko tas tev palīdzēja panākt?
- Vai plānot budžetu ir grūtāk, nekā tu iztēlojies? Kāpēc vai kāpēc ne?
- Par ko tev bija jādomā, pieņemot lēmumus, kam tērēt naudu?
- Vai tu krāj naudu? Kāpēc jā vai ne?
- Ko tavi naudas plānošanas principi stāsta par tevi?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

5. 4. Es un svētki (par savu un citu tautu svētkiem)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu pilnvērtīgi piedalīties sociālajā un kultūras dzīvē, runā un rakstos lietojot jaunapgūtos vārdus atbilstoši kontekstam – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: tradīcijas /kopienas dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība - Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro skolēniem, ka mūsdienu sabiedrību veido cilvēki, kas auguši dažādos apstākļos un dzīvē gājuši atšķirīgus ceļus. Aicina skolēnus 1. materiāla 1. lpp. pierakstīt dažādus cilvēku tipus, kas veido viņu kopienas.

Skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus, nepieciešamības gadījumā skolēnu atbildes komentē un papildina:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari izmantot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?
- Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt savu raksturu?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

5. 5. Es un veselība (patika un veselība)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Novēro citu attieksmi, pauž savas domas un emocijas atbilstoši saziņas situācijai un tās paskaidro, izmantojot vienkāršas frāzes un neverbālus saziņas līdzekļus.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju:

- Pārrunā ar klasesbiedru, kāds būtu tavs ideālais uztura plāns, ja tu drīkstētu ēst visu, ko vēlies!
- Kāda tipa ēdienus tu minēji?
- Kādas būtu sekas, pārtiekot no minētā uztura?
- Ko šis process stāsta par mūsu vēlmēm?
- Kāpēc ir svarīgi attīstīt un īstenot veselīgu dzīvesveidu?

Komentāri: Ja nodarbība notiek tiešsaistē sākumā var izmantot anketēšanu, izmantojot, piemēram, mentimetr.com

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	2. aktivitāte. Tavas fiziskās aktivitātes

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus pārdomāt savu pieredzi par fiziskajām aktivitātēm un to sniegtajiem ieguvumiem un uzrakstīt īsu rindkopu par tiem. Skolēni dalās pieredzē ar visu klasi.

Jautājums skolēniem: "Kādus tikumus, tavuprāt, var attīstīt fiziskās aktivitātes?"

Komentāri: Lūdziet skolēniem nosaukt piemērus – mācoties jaunas prasmes, piemēram, peldēšanu, var attīstīt drosmi; spēlējot komandu sportu, var attīstīt cieņu pret citiem.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	3. aktivitāte. Kāpēc cilvēki lieto apreibinošas vielas?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju: "Analizējiet narkotiku un pārmērīgu alkohola lietošanu, pārdomājot, kāpēc cilvēki varētu pieņemt šādu lēmumu."

- Kā izpaužas narkotiku un pārmērīga alkohola lietošana?
- Kā tas izskatās?
- Kāpēc cilvēki varētu lietot narkotikas un pārmērīgi lietot alkoholu?
- Sākumā skolēni diskutē mazās grupās un apkopo savas idejas par trešo jautājumu.

Pēc tam skolotājs izdala 1. materiāla 3. lpp. un aicina skolēnus: "Salīdziniet jūsu apkopotās idejas ar idejām režģī (3. lpp.)! Vai bijāt nosaukuši visas idejas, kas apkopotas 1. materiāla 3. lappusē?"

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

6. klase

6. 1. Es un ikdiena (ģimene, iepirkšanās)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Iesaistās īsās sarunās par tematiem, kas interesē; uzklauša citu viedokļus, saskata līdzīgo un atšķirīgo, izsaka savu piekrišanu vai nepieņemšanu saziņas situācijai atbilstošā formā.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	3. aktivitāte. Dažādas ģimenes

Skolēnu darbība: Pārmaiņu rezultātā ģimenes var būt dažādas un atšķirties cita no citas.

- Kādus dažādus ģimeņu sastāvus tu vari nosaukt?
- Kas tajās vienāds? Kas tajās atšķirīgs?
- Kā mēs varam izrādīt citu cilvēku ģimenēm cieņu, pat ja tās atšķiras no mūsējās?
- Aiciniet skolēnus pārrunāt jautājumus un dalīties ar savām atbildēm grupā.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: rīkošanas ar naudu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Rīkošanās ar naudu	2. nodarbība. Budžeta plānošana	2. aktivitāte. Budžeta veidošana

Skolēnu darbība: Skolēniem jāizveido savs nedēļas budžets, lai tērētu naudu lietām, kas tiem vajadzīgas (1. mācību materiāls).

- Vai tas bija vieglāk vai grūtāk nekā skolēni iztēlojās?
- Par ko skolēni domāja, pieņemot lēmumus, kam tērēt naudu?
- Ko tavi naudas tērēšanas paradumi stāsta par tevi?

Komentāri: Aktivitātei nepieciešams 1. mācību materiāls "budžeta plānošana". Skolēni uz lapas uzraksta savu vārdu un uzvārdu.

6. 5. Es un veselība (sports, ēdiens)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido savu tekstu par tuvāko apkārtni, ikdienas darbībām, interesēm, izmantojot informāciju no vairākiem avotiem, ievērojot autortiesības, un to publisko.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	1. aktivitāte. Videoklips

Skolēnu darbība: Parādiet skolēniem video "Ātri pagatavojamās nūdeles izraisa atkarību" un aizsāciet diskusiju par nepilnvērtīga uztura ietekmi! https://www.youtube.com/watch?v=Mo-e3OWmIC0&ab_channel=4studija

Kāda ir uztura plāna ietekme uz jauniešu

- fizisko veselību?
- garīgo veselību?
- vispārējo labsajūtu?
- Kāpēc šie produkti ir vilinoši?
- Kādu apdraudējumu tas rada jauniešiem?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus pāros izdomāt iespējami daudz fizisko aktivitāšu sniegto ieguvumu un tos sakārtot pēc nozīmes atvēlētajos 9 rombos. Norāda, ka šajā uzdevumā nav pareizu vai nepareizu atbilžu. Pēc tam aicina skolēnu dalīties ar savām atbildēm, kurus ieguvumus viņi ir ierindojuši kā nozīmīgus vai mazāk nozīmīgus. Aicina savu atbildi pamatot.

Komentāri: Aktivitātei būs nepieciešams materiāls "9 rombu aktivitāte" (1. materiāls), katram skolēnam nepieciešama sava kopija, skolotājs skolēnus uz tās aicina uzrakstīt savu vārdu un uzvārdu.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	2. aktivitāte. Narkotiku kaitīgā ietekme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju: "Pārdomā, kādi dažādi alkohola un narkotiku veidi pastāv un kādu kaitējumu tie var nodarīt?"

Izlasi faktu lapu par alkoholu un narkotiskajām vielām (1. materiāls 2. lpp.), lai uzzinātu jaunākos statistikas datus par jauniešiem!

- Pārrunāji šos faktus grupās:
- Kā alkohols ietekmē dažādas sabiedrības grupas?
- Kā alkohols varētu ietekmēt tos, kas alkoholu lieto, un tos, kuri nelieto? (Vardarbība, neplānota grūtniecība, STS, ekonomika utt.)
- Kas, tavuprāt, ir vislielākais kaitējums, lietojot narkotikas vai alkoholu? Kā narkotiku vai alkohola lietošana var ietekmēt citus cilvēkus?

Komentāri: Skolotājs var izmantot šos resursus, lai iegūtu vairāk informācijas:

Tiešaistē ir daudz vērtīgas informācijas, ko izmantot, lai palīdzētu skolēniem izprast narkotiku un pārmērīgas alkohola lietošanas kaitīgo ietekmi. Jūs varat skolēniem iedot šīs saites kā sākuma informāciju informācijas meklēšanai.

https://manadrosiba.lv/wp-content/uploads/2019/06/e-forma_14plus_alcoholism.png (alkohols).

https://manadrosiba.lv/wp-content/uploads/2019/06/e-forma_14plus_narcotics.png (narkotikas).

7. klase

7.1. Citi cilvēki un es (Ģimene, slavenie cilvēki)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Klausās vai lasa tekstus (piemēram, diskusijas, ziņu ierakstus, vēstules, brošūras) par dažādām tēmām un izmanto iegūto informāciju mācību vajadzībām.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	4. aktivitāte. Vajadzību piramīda

Skolēnu darbība: Mudiniet skolēnus pārdomāt jautājumu "Kāpēc mums vajadzīgs justies laimīgiem?!" Aiciniet viņus izveidot iespējamo atbilžu sarakstu un pārrunāt to pāros ar klasesbiedru!

Pēc tam uzdodiet klasei jautājumu “Kāda ir atšķirība starp lietām, ko mēs gribētu, un lietām, kas mums vajadzīgas?”! Apkopoiet skolēnu idejas uz tāfeles!

Tad aplūkojiet ar skolēniem Maslova vajadzību piramīdu! Izstāstiet, ka psihologs Ābrahams Maslovs uzskatīja, ka šīs lietas nepieciešamas, lai mēs justos laimīgi, un ka mums būtu jāsāk ar pamata līmeni un pakāpeniski jāvirzās augšup. Tomēr var censties vairākas vajadzības pakāpeniski apmierināt paralēli, nevis tikai secīgi, un ka piramīdas augstākās vajadzības ir īpaši svarīgas laimīgai dzīvei, tāpēc nevajadzētu apstāties pie pamatvajadzību apmierināšanas.

Komentāri: Šajā aktivitātē skolēni pārdomā par laimi, vajadzībām un ģimeni, izmantojot Maslova piramīdu. Beigās, izdaliet darba lapu (1. materiāls) un aiciniet skolēnus pierakstīt dažādus veidus, kā ģimenē katrs rūpējas par pārējiem un palīdz savstarpēji apmierināt citu ģimenes locekļu vajadzības!

Atbilstības atslēgas vārds: cilvēki -etaloni

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Brīvprātīgais darbs	2. nodarbība. Kā brīvprātīgais darbs var mani pilnveidot?	1. aktivitāte. Jaunatnes sociālā darbība

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā noskatīties LSK (Latvijas sarkanais krusts) kampaņas video “Latvijas Sarkanā Krusta Jaunatne”. <http://www.redcross.lv/jauniesi/kas-mes-esam/>

- Kāpēc jaunieši tiek mudināti iesaistīties brīvprātīgajā darbā dažādās organizācijās?
- Vai tu vēlētos pievienoties kādai no videomateriālā pieminētajām vai līdzīgām organizācijām?
- Video ataino dažādas rakstura stiprās puses. Vai brīvprātīgais darbs tās varētu stiprināt? Vai kādu no minētajām rakstura stiprajām pusēm tu vēlētos uzlabot?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 15 minūtes.

7. 4. Tehnoloģijas un es (tehnoloģijas, internets)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu pieņemt kopīgus lēmumus, meklējot nezināmā vārda līdzības ar sev zināmajiem vārdiem, lai kopīgi izsecinātu tā nozīmi – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: Attiecības tiešsaistē

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	3. nodarbība. Veselīga draudzība tiešsaistē	Kopīgā noslēguma apspriede un darbs – atgriezeniskā saite

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina dalīties ar savām prasmēm.

Sadaliet bērnus grupās. Aiciniet grupās izplānot un izveidot prezentāciju vai nodarbību par pozitīvu un drošu draudzību tiešsaistē jaunākiem skolēniem!

Komentāri: Filmiņa “Aitu dzīve” (<https://drossinternets.lv/lv/info/aitu-dzive>), Netici svešiniekam. Kā ar bērniem runāt par drošību internetā?” Skatieties kopā www.drossinternets.lv no slovāku valodas tulkotās un latviski ierunātās filmiņas un pārrunāiet redzēto! Filmiņas paredzētas 5 -10 gadus veciem bērniem, kas sākuši izmantot internetu! Izstrādājis eSlovensko, līdzfinansē ES Eiropas infrastruktūras savienošanas instruments.

Atbilstības atslēgas vārds: Sociālie tīkli

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	1. nodarbība. Palikt drošībā	2. aktivitāte. Situācijas sociālajos tīklos

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt materiāla 3. lapa "Situācijas sociālajos tīklos" par dažādu cilvēku sociālo tīklu lietošanas paradumiem.

Skolēni nosaka šo cilvēku iegūtās pieredzes sociālajos tīklos kopīgos un atšķirīgos aspektus. Skolotājs var izmantot šos jautājumus diskusijai:

- Kādos dažādos veidos cilvēki izmanto sociālos tīklus?
- Vai šie cilvēki ir izvērtējuši sociālo tīklu pozitīvās un negatīvās puses?
- Kāpēc šie cilvēki uzņem pašbildes un publicē tās?
- Kā sociālo tīklu izmantošana var ietekmēt cilvēka pašvērtējumu?
- Vai šo cilvēku viedokļi ir satraucoši? Kāpēc? Visa klase kopā aplūkojiet izveidoto sarakstu ar sociālo tīklu pozitīvajām un negatīvajām pusēm!
- Vai visi piekrīt noteiktajām problēmām?

Komentāri: Aktivitātei būs nepieciešama iepriekšējā aktivitātē izmantotā 1. materiāla "Palikt drošībā" 3. lapa.

Atbilstības atslēgas vārds: Kiberterorizēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Kiberterorizēšana	1. nodarbība. Kas ir kiberterorizēšana	5. aktivitāte: Kā tu rīkotos?

Skolēnu darbība: Kopā ar skolēniem apspriež šādus jautājumus:

- Ko tu ieteiktu cilvēkam, kas piedzīvo kiberterorizēšanu?
- Cilvēkam, kurš ir bijis kiberterorizēšanas liecinieks?
- Cilvēkam, kurš sapratis, ka tiešsaistē bijis nelaipns?
- Kādi tikumi tev būtu nepieciešami katrā no situācijām?
- Vai vari izdomāt praktiskus piemērus, kā tu izmantotu šos tikumus konkrētajā situācijā?
- Kā tu vari stiprināt savu raksturu situācijās, kurās kļūsti par kiberterorizēšanas liecinieku vai izjūti vēlmi pateikt vai izdarīt tiešsaistē kaut ko, kas nav pareizi?

Komentāri: Ja nodarbība notiek tiešsaistē sākumā var izmantot anketēšanu, izmantojot, piemēram, mentimetr.com

Atbilstības atslēgas vārds: Tehnoloģiju pasaule

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	5. aktivitāte. Diena bez tehnoloģijām

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā nākamo 2 nedēļu laikā atrast 24 stundu periodu, kurā skolēns varētu samazināt tehnoloģiju izmantošanu līdz absolūtam minimumam.

- Kas tev būtu jādara, lai to īstenotu?
- Kādas problēmas tas varētu izraisīt?
- Kā tu izvairītos no vēlmes izmantot elektroniskās ierīces saziņai vai izklaidei, vai darbam utt.?

- Iztēlojies, kāda būs tava diena bez tehnoloģijām!
- Kā tā liktu tev justies?
- Kādi būtu ieguvumi un kādi būtu šķēršļi, kas jāpārvar?
- Kā tu to varētu izdarīt?

Komentāri: Ievadnodarbībā var saistīt informāciju un vizuālos avotus par laika plānošanu, gribu un tehnoloģiju atkarību veicinošajiem faktoriem, turpmāko nodarbību laikā arī runāsim, kā tos novērst un gudri plānot laiku sasaiste ar tehnoloģijām.

Atbilstības atslēgas vārds: Tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	4. aktivitāte. Refleksiju dienasgrāmata

Skolēnu darbība: Izveido dienasgrāmatas ierakstu, aprakstot arvien pieaugošo tiešsaistes azartspēļu fenomenu un atbildot uz šādiem jautājumiem:

- Kādi faktori ietekmē mūsu uzskatus par tiešsaistes azartspēlēm?
- Kā mēs varam pretoties šīm ietekmēm?
- Kā cilvēki var saprast, ka viņi izdara labākas izvēles attiecībā uz azartspēlēm?
- Kā mēs varam piedalīties pozitīvas ietekmes veidošanā?

Komentāri: Ir daudz organizāciju, kas atbalsta cilvēkus, kas cieš no azartspēļu kaitīgās ietekmes. Var lūgt skolēniem izpētīt vienu no norādītajām vietnēm un izlasīt informāciju un resursus, ko šī organizācija piedāvā:

- Biedrība "Esi brīvs!" http://www.esibrivs.lv/lv/about_us
- "Anonīmie Spēlmaņi" <http://www.as.org.lv/>

7. 5. Kultūra, sports un es

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Uzņemam atbildību par savas runas un rakstu pratības pilnveidi; izmanto mācīšanās stratēģijas atbilstoši saziņas situācijai un mācību mērķiem.

Atbilstības atslēgas vārds: sports

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība. Fiziskās aktivitātes	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju:

- Kāda būtu dzīve, ja mums nebūtu iespēju nodarboties ar fiziskajām aktivitātēm?
- Kā tas ietekmētu tavu dzīvesveidu?
- Kā tas ietekmētu tavu ikdienas dzīvi un aktivitātes?
- Kā šajā klipā attēlota nākotne bez fiziskām aktivitātēm?
<https://www.youtube.com/watch?v=h1BQPv-iCkU>

Komentāri: Lai ekonomētu laiku, var piedāvāt skolēniem uz trīs jautājumiem atbildēt Jamboard vidē, gatavojoties klases stundai.

8. klase

8.1. Izglītība un es (rakstura īpašības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sekmīgi darboties individuāli un komandā, būt tolerantam pret atšķirīgo, pārlasot savus un citu tekstus, dodot padomus to uzlabošanai – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	2. nodarbība - Kā dzīvot labu dzīvi?	Ierosme

Skolēnu darbība: Uzdodiet skolēniem jautājumus pārrunāšanai pāros:

- Kas ir “labā dzīve”?
- Kas dara tevi laimīgu?
- Kas ir dzīves galvenais mērķis?
- Kādiem mērķiem cilvēki velta savu dzīvi?

Apkopojiet skolēnu idejas un pārrunājiet problēmjautājumus! Aiciniet skolēnus padomāt par savu dzīvi un pārrunāt pāros vai nelielās grupās šādus jautājumus un sniegt atgriezenisko saiti visai klasei:

- Nosaukt kādu cilvēku viņu dzīvē, kura dzīvi viņi uzskata par labu!
- Kas jums šajā cilvēkā patīk?
- Kādus šī cilvēka dzīves aspektus jūs vēlētos iegūt savā dzīvē?

Komentāri: Tiešsaistes nodarbībā var izmantot Padlet.com, kur skolēni raksta savu viedokli, kas, viņuprāt, ir laba dzīve, kas ir laime.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	3. nodarbība - Kas ir tikumi?	2. aktivitāte. Tikumu grupēšana

Skolēnu darbība: Iedodiet skolēniem tikumu sarakstu (1. materiāls, 2. lpp.) un aiciniet šos tikumus sagrupēt! Viņi var izvēlēties savus kritērijus, pēc kuriem tos iedalīt (piemēram, tikumi, kas skar visus, un tikumi, kas attiecas uz katru cilvēku atsevišķi; tikumi, kas skolēnam piemīt, un tikumi, kas vēl jāattīsta, u. tml.).

- Kādēļ skolēni sagrupēja tikumus tieši šādā veidā?
- Vai skolēni var izdomāt vēl citus tikumus, ko pievienot savam sarakstam?

Parādiet skolēniem prezentācijā “Rakstura sastāvdaļas” un aplūkojiet visas tikumu grupas!

- Vai piekriti tam, kā šie tikumi ir sagrupēti?
- Vai vari izdomāt vēl kādus tikumus, ko pievienot katrai grupai? (Uz šo jautājumu var atbildēt arī rakstiski, izdalot skolēniem 1. materiāla 3. lpp.).

Komentāri: Tabulā par tikumu sadalījumu bērniem var piedāvāt veidot šokolādes tāfelīti un savilkt, kuri tikumi viņiem piemīt, kuri vēl jāattīsta.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	5. nodarbība - Tikumu attīstīšana	3. aktivitāte. Pašrefleksija

Skolēnu darbība: Apgūstot jaunas prasmes, ir svarīgi izprast, kā mums sokas – ko mēs jau protam labi un pie kā vēl jāstrādā.

Skolēni refleksijai var izmantot darba lapu “Tikumu vairogs” (2. materiāls), atzīmējot:

- tikumus, ko viņi ir labi apguvuši;
- tikumus, kas vēl jāapgūst;
- kā šie tikumi izpaužas;
- kā viņi šos tikumus attīstīs.

Komentāri: Pirms nodarbības var iepazīt saistošos tikumus un definīcijas.

Atbilstības atslēgas vārds: raksturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Rakstura stingrība nākotnei	4. aktivitāte. Noslēguma jautājumi

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz atsaukt atmiņā visas aktivitātes, ko šodien darīja saistībā ar karjeru un rakstura iezīmēm un prasmēm. Diskusija:

- Vai kāda no tavām refleksijām tevi pārsteidza? Ja jā, kāpēc?
- Vai tev šķita noderīgi veidot refleksiju par savām stiprajām pusēm un pārdomāt, kā tas varētu attiekties uz tavu nākotni?
- Vai ir vēl kas, ko tu vēlētos iepazīt?

Skolotājs nodarbības beigās var ieteikt skolēniem domāt par nākotni regulāri, īpaši tad, kad viņi attīstīs jaunas vai esošas prasmes, mācoties vidusskolā un arī vēlāk pieaugot un nobriestot.

Komentāri: Skolotājam jāņem vērā, ka atsevišķi jēdzieni būs skolēniem jāizskaidro, piemēram, pilsoniskums, proaktivitāte. Skolēniem, kam latviešu valoda nav dzimtā valoda, nebija skaidrs, kas ir zinātkāre (jauca ar ziņkāriību).

8. 1. Izglītība un es (karjeras plāni)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu patstāvīgi mācīties, klausoties un lasot pievērst uzmanību apgūtajiem gramatiskajiem un leksiskajiem elementiem – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: Karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Kas tevi dzīvē sagaida?	1. aktivitāte. Dzīves ritējums

Skolēnu darbība: Aktivitātes mērķis ir noteikt, kādā dzīves punktā skolēni atrodas šobrīd un kas viņiem ir būtisks. 1. rītenī (1. materiāls, 1. lpp.) skolēni pierasta dažādus savas dzīves elementus (piemēram, ģimene, draugi, skola, darbs, atpūta) un sadala rīteni tik daudz segmentos, cik vēlas, ierakstot visus konstatētos elementus.

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

Skolotājas pajautā: "Kāpēc izvēlētas tieši šādas prioritātes? Vai starp jūsu rīteņiem ir daudz atšķirību? Kāpēc tas tā varētu būt?"

Komentāri: Papildu uzdevums, ko var izmantot atkarībā no skolēnu spējām un atvēlēta laika:

2. rītenī (1. materiāls 2. lpp.) skolēni pieraksta dažus tikumus, kas viņiem patlaban piemīt vai ir būtiski (atsauc atmiņā VIA aptauju un izmanto). Viņi sadala rīteni 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. rītenī 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?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	2. aktivitāte. Darba profili

Skolēnu darbība: Aiciniet bērnus izveidot profilu darbam, kas viņus interesē, ietverot:

- nosaukumu,
- kas šajā darbā jādara,
- nepieciešamās kvalifikācijas,
- noderīgas intereses,
- vajadzīgās rakstura īpašības.

Mudiniet bērnus izvēlēties iespējami dažādus darbus!

Komentāri: Šeit var noderēt sagatavoti dažādu profesiju pārstāvju (sabiedrībā pazīstamu) stāsti par sevi, kas ieinteresētu skolēnus. Pie tam vēlams aktualizēt tās profesijas, kas būs nepieciešamas vēl pēc 10 gadiem.

8.2. Veselība un es (veselīgs dzīves veids, sports)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sekmīgi darboties individuāli un komandā, būt tolerantam pret atšķirīgo, pārlasot savus un citu tekstus, dodot padomus to uzlabošanai – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskā veselība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju:

- Pārrunā ar klasesbiedru, kāds būtu tavš ideālais uztura plāns, ja tu drīkstētu ēst visu, ko vēlies!
- Kāda tipa ēdienus tu minēji?
- Kādas būtu sekas, pārtiekot no minētā uztura?
- Ko šis process stāsta par mūsu vēlmēm?
- Kāpēc ir svarīgi attīstīt un īstenot veselīgu dzīvesveidu?

Komentāri: Sākumā var izmantot anketēšanu, izmantojot, piemēram, mentimetr.com.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība. Fiziskās aktivitātes	2. aktivitāte. Kā tu sporto?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina noskatīties video, kā cilvēki savā ikdienā ievieš fiziskās aktivitātes.

https://www.youtube.com/watch?v=xA9c70df1ss&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrolcentrs

Skolotājs piedāvā padomāt, kā skolēni šobrīd sporto un kādas idejas var izmantot, lai izstrādātu savu treniņu plānu. Rosina dienasgrāmatā veikt ierakstu, norādot, kā skolēni patlaban veic fiziskās aktivitātes, kā tās ietekmē viņu dzīvi un kā varētu izstrādāt savu treniņu plānu. Pārrunā uzrakstīto pāros ar klasesbiedru.

Komentāri: Skolēniem var piedāvāt diskutēt par aktivitātes jautājumiem grupās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	3. nodarbība. Mieg	3. aktivitāte. Mieg un tavs raksturs

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju:

- Kā pilnvērtīga miega paradumi var ietekmēt tavu raksturu?
- Kādi tikumi tev nepieciešami, lai tu varētu attīstīt pilnvērtīga miega paradumus?
- Kas tev var būt jāsamazina vai jāizskauž, lai nodrošinātu, ka tu kārtīgi izgulies un attīsti pilnvērtīga miega paradumus?

Komentāri: Jāizmanto PowerPoint prezentācijas 8. slaidu, lai izpildītu uzdevumu.

Atbilstības atslēgas vārds: ekrāna laiks

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	2. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība:]Skolotāja aicina izlasīt informatīvo materiālu (1. materiāls) par laiku, kas pavadīts pie ekrāna, un pārrunāt problēmjautājumu ar klasesbiedru:

Kādas priekšrocības un/vai ieguvumus sniedz iespēja jebkurā laikā pieslēgties internetam?

Izveido dienasgrāmatas ierakstu, atspoguļojot savu pieredzi par tehnoloģiju izmantošanu ikdienas dzīvē un pārdomājot, kuriem tehnoloģiju lietošanas paradumiem būtu jāpievērš uzmanība.

Komentāri: Sākumā ir nepieciešams iziet cauri dažiem jēdzieniem un terminiem.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	3. aktivitāte. Kāpēc cilvēki lieto apreibinošas vielas?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju: "Analizējiet narkotiku un pārmērīgu alkohola lietošanu, pārdomājot, kāpēc cilvēki varētu pieņemt šādu lēmumu."

- Kā izpaužas narkotiku un pārmērīga alkohola lietošana?
- Kā tas izskatās?
- Kāpēc cilvēki varētu lietot narkotikas un pārmērīgi lietot alkoholu?

Sākumā skolēni diskutē mazās grupās un apkopo savas idejas par trešo jautājumu.

Pēc tam skolotājs izdala 1. materiāla 3. lpp. un aicina skolēnus: "Salīdziniet jūsu apkopotās idejas ar idejām režģī (3. lpp.)! Vai bijāt nosaukuši visas idejas, kas apkopotas 1. materiāla 3. lappusē?"

Komentāri: Ir nepieciešams 1. izdales materiāls.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	2. nodarbība. Ieradumi	Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Skolotājs rosina uz diskusiju: "Padomā, par kādu cilvēku tu gribētu kļūt! Tu vari ietvert karjeras praktiskos aspektus un/vai personības iezīmes, kuras tu gribētu attīstīt."

- Kādus tikumus tu vēlētos praktizēt?
- Kā šos mērķus varētu apgrūtināt narkotiku un alkohola lietošana?
- Kā tas var apdraudēt tavu izaugsmi?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

8. 5. Drošība un es (reālajā un virtuālajā dzīvē)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Apspiež sabiedrībā aktuālas tematus, veido diskusijas, intervijas, iestudējumus.

Atbilstības atslēgas vārds: Drošība tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	1. nodarbība. Palikt drošībā	Kopīgā noslēguma apspriede. Sniedz padomu!

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt doto situāciju uz prezentācijā redzamā slaida un atbildēt, kādus iespējamus veidus skolēni saskata, kā šajā situācijā varētu palīdzēt brālim. Skolotājs uzdod jautājumus:

- Ar ko tev būtu jārunā?
- Kādi tikumi tev jāizmanto, lai iejauktos un izmainītu šo situācijā?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Aplūko prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku Lielbritānijā un Latvijā! Kas Tevi šajā informācijā pārsteidza? Kāpēc?

Rādiet skolēniem šādus jautājumus prezentācijā:

- Kāds ir tavs viedoklis vai pieredze par tiešsaistes azartspēlēm?
- Vai ir kaut kas, ar ko esi saskaries agrāk? Ja jā, kur un kā?
- Kādās platformās vai ierīcēs tiešsaistes azartspēles ir redzamākas, piemēram, sporta vietnēs?
- Kāpēc, tavuprāt, tiešsaistes azartspēles šajās platformās ir nozīmīgas?
- Kā tiešsaistes azartspēles "iesūc" cilvēkus? Kā un kāpēc tā varētu būt problēma?

Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus ar klasesbiedru! Atceries, ka šie jautājumi ir diezgan personiski! Nevienam nav jāatklāj informācija, ja viņš nejūtas ērti.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	3. aktivitāte. Reklāmas

Skolēnu darbība: Aplūkojiet dažādas tiešsaistes azartspēļu reklāmas un pārrunājiet veidus, kā uzņēmumi cenšas ievilināt cilvēkus azartspēlēs un mazināt impulsu kontroli! Kādi paņēmieni izmantoti azartspēļu reklāmās, lai saistītu potenciālos klientus?

Vai reklāmās redzēji šādu informāciju:

- uzņēmuma nosaukums,
- sauklis,
- naudas piedāvājums,
- pieejamība,
- daudzveidība,
- “lielo laimestu” un “labāko likmju” solījumi,
- vilinoši attēli?

Jautājumi diskusijai:

- Vai, tavuprāt, azartspēlēs iesaistīto cilvēku ikdienā atbilst tam, ko rāda reklāmās?
- Kāpēc, tavuprāt, azartspēļu vietnes piedāvā iespēju par brīvu uzsākt spēlēšanu tiem, kuri tikko reģistrējušies?
- Kā vēl azartspēļu vietnes mēģina rosināt interesi, lai cilvēki turpinātu spēlēt viņu vietnē?

Komentāri: Vēlams arī izskaidrot šīs azartspēles, lai ļautu skolēniem vairāk lasīt starp "rindiņām" un neuzķerties uz "saldajiem" aicinājumiem un vinnestu solījumiem. Lai rādītie slaidi nesakārdinātu skolēnus izmēģināt šīs spēles."

Atbilstības atslēgas vārds: emocionālā veselība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	Kopīgā noslēguma apspriede. Saņemt palīdzību

Skolēnu darbība: Jāatgādina skolēniem, ka viņi var saņemt palīdzību mājās, skolā (piemēram, pie skolotāja, skolas psihologa vai medmāsas) un ārpus tās – vietējās un nacionālās organizācijās. Pastāstiet skolēniem, ka ir daudz dažādu veidu, kā jaunieši var saņemt palīdzību uzticamās organizācijās, tostarp rakstot, tērējot digitāli un saņemot ieteikumus tiešsaistē, kā arī tiekoties klātienē vai sarunājoties pa telefonu! Sniedziet skolēniem informāciju par šīm vietnēm:

- Pusaudžu resursu centrs - <https://pusaudzim.lv/>
- Krīžu un konsultāciju centrs - <https://www.skabes.lv/>
- Nodibinājums "Centrs Dardedze" www.centrsdardedze.lv
- Krīzes centrs "Mīlgrāvis" - www.krize.lv

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

9. klase

9.1. Izglītība un es (mācību process)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Stāsta par apkārtējo pasauli, savām interesēm, nākotnes nodomiem, ceļojumiem, kultūras pasākumiem; formulē secinājumus un loģiskus spriedumus par kopīgo un atšķirīgo dažādās valodās un kultūrās, izmantojot savu pieredzi.

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Mācīšanās prasmes un tikumi	2. aktivitāte. Šķēršļi, lai mācītos

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju.

- Kādi ir galvenie pārbaudījumi, ar ko tu saskaries, mācoties kaut ko jaunu?
- Ar kādiem šķēršļiem tu saskaries?

- Pārrunā šos pārbaudījumus pārī ar klasesbiedru, un kopā pārdomā, kādā kontekstā veidojas šķēršļi, piemēram, vai šos šķēršļus var kontrolēt (motivācijas trūkums, aizņemtība ar kaut ko citu, nespēja noturēt uzmanību), vai arī tie ir nekontrolējami faktori (troksnis klasē, citu cilvēku iejaukšanās)!
- Kā tu pārvarēji pārbaudījumus un šķēršļus, ar ko saskaries mācību procesā?
- Vai tu spēji tos pārvarēt vai tomēr padevi?
- Kuri tikumi var būt saistīti ar mācīšanās šķēršļu pārvarēšanu? Kā taisnīgums, atvērtība jaunajam, drosmē, zinātkāre un pašdisciplīna saistīti ar šo jautājumu?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

9. 1. Izglītība un es (nākotnes plāni)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Iesaistās sarunās par sev interesējošiem vai zināmiem tematiem; noskaidro citu attieksmi un uzklaua citu viedokļus, salīdzina tos ar saviem uzskatiem un sniedz atgriezenisko saiti, arī virtuālajā vidē.

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Laba dzīve	1. aktivitāte. Kas ir laba dzīve?

Skolēnu darbība: Skolotājs uzraksta uz tāfeles: "Laba dzīve". Ko tas nozīmē? Skolotājs turpina diskusiju: "Tavuprāt, ko tas nozīmē, ja kāds ir nodzīvojis "labu dzīvi"?"

Vai vari iedomāties kādu cilvēku, kurš, tavuprāt, nodzīvojis "labu dzīvi"? Kā tas izpaudās? Kāpēc tu uzskati, ka šī cilvēka dzīve bija laba? Kā, tavuprāt, viņš veidoja labu dzīvi? Vai tas notika nejauši, vai arī šis cilvēks pieņēma apzinātus lēmumus un ieguva paradumus, kas palīdzēja veidot labu dzīvi?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Kas tevi dzīvē sagaida?	2. aktivitāte. Prom nākotnē

Skolēnu darbība: 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.

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.

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 jānodod iespēja tikt uzklautam.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 20 minūtes.

9.2. Pasaule un es (ziņām)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu iedziļināties dažādos viedokļos un pārliecībās, izvēloties tekstus, pievēršot uzmanību teksta avotam un autoram – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	2. aktivitāte. Kas ir viltus ziņas?

Skolēnu darbība: Skaidrojiet skolēniem jēdzienus "viltus ziņas", "pēcpatiesība" un "alternatīvie fakti", kas pēdējā laikā tiek izmantoti ļoti bieži!

„Viltus ziņas” apzīmē ne tikai pilnībā izdomātus tekstus, bet arī propagandu, manipulatīvas kāda fakta interpretācijas vai arī informāciju, kas nesaskan ar kādas personas līdzšinējiem priekšstatiem vai ataino šo personu kritiskā veidā.

“Pēcpatiesība” attiecas uz apstākļiem, kuros sabiedrības viedokļa veidošanā objektīvi fakti ir mazāk ietekmīgi nekā vēršanās pie emocijām un personīgiem uzskatiem.

“Alternatīvie fakti” ir pretstats realitātei (kas ir maldi) vai pretstats patiesībai (kas ir nepatiesība).

Pārrunāji ar skolēniem:

- Kas ir viltus ziņas?
- Kas ir viltus ziņu vietne?
- Kāpēc cilvēki publicē viltus ziņas?

Komentāri: Var būt nepieciešams vairāk laika nekā ir ieteicams.

9.4. Dzīvesveids un es (veselība, uzturs, dzīves stils)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Patstāvīgi izvēlas tekstus virtuālajā vidē par sev interesējošām tēmām, izvērtē iegūtās informācijas ticamību, atsaucas uz informācijas avotu; sazinās un sadarbojas, izmantojot dažādus rīkus un paņēmienus informācijas iegūšanai, mācībām, izklaidei.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība. Fiziskās aktivitātes	2. aktivitāte. Kā tu sporto?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina noskatīties video, kā cilvēki savā ikdienā ievieš fiziskās aktivitātes.

https://www.youtube.com/watch?v=xA9c70df1ss&ab_channel=Slime%20C4%20ABbuprofilaksesunkontrolcentrs

Skolotājs piedāvā padomāt, kā skolēni šobrīd sporto un kādas idejas var izmantot, lai izstrādātu savu treniņu plānu. Rosina dienasgrāmatā veikt ierakstu, norādot, kā skolēni patlaban veic fiziskās aktivitātes, kā tās ietekmē viņu dzīvi un kā varētu izstrādāt savu treniņu plānu. Pārrunā uzrakstīto pāros ar klasesbiedru.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: miegs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	3. nodarbība. Miegs	4. aktivitāte. Sagatavo raidierakstu

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā noskatīties video

https://www.youtube.com/watch?v=cdVmPxd4Br8&ab_channel=VeseL%C4%ABga (#7 Kā nepareizs miegs var sagraut tavu veselību? (skatīties no 23:20), kurā aprakstīti daži problēmjautājumi attiecībā uz pilnvērtīga miega paradumu attīstīšanu. Video minēts 3 posmu process labu miega paradumu attīstīšanai.

B. E. D. nozīmē: Bedtime routine (gulētiešanas režīms), bedroom Environment (guļamistabas vide), Daytime routine (dienas režīms).

- Vai, tavuprāt, tā ir efektīva stratēģija?
- Vai, tavuprāt, šīs idejas ir labas?
- Vai tu kādu no tām izmanto?

Skolotājs piedāvā skolēniem izveidot raidierakstu par šādiem aspektiem attiecībā uz miega režīma izveidošanu:

- Skaidrojums, kā miega režīms, guļamistabas vide vai dienas režīms ietekmē miegu.
- Ieteikumi, kā atrast iespējas atpūtai.
- Stratēģijas, kā cilvēks varētu uzlabot sava miega kvalitāti.
- Ieteikumi, ko darīt, ja cilvēka miega kvalitāte neuzlabojas.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 15 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju: Pārrunā ar klasesbiedru, kāds būtu tavš ideālais uztura plāns, ja tu drīkstētu ēst visu, ko vēlies!

- Kāda tipa ēdienus tu minēji?
- Kādas būtu sekas, pārtiekot no minētā uztura?
- Ko šis process stāsta par mūsu vēlmēm?
- Kāpēc ir svarīgi attīstīt un īstenot veselīgu dzīvesveidu?

Komentāri: Sākumā var izmantot anketēšanu, izmantojot, piemēram, mentimetr.com.

Atbilstības atslēgas vārds: alkohols un narkotikas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	4. aktivitāte. Likumi

Skolēnu darbība: Nobeiguma diskusija:

- Kas noteikts likumos?
- Pavaicāji skolēniem, vai viņi zina, kas likumos noteikts attiecībā uz cigaretēm, alkoholu un narkotikām. Kopīgi apskatiet šos likumus!

Šeit pieejams tiesību aktu kopsavilkums un uzdevums zināšanu nostiprināšanai (Vai tas ir legāls? Vai tas ir kaitīgs?): <https://likumi.lv/ta/id/176425-alkohola-narkotisko-psihotropo-vai-toksisko-vielu-ietekmes-parbaudes-kartiba>

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	2. nodarbība. Ieradumi	Ierosme. Tests par atkarību un alkoholu

Skolēnu darbība: Kopā ar skolēniem skolotājs pārrunā testa jautājumus.

- http://www.esibrivs.lv/lv/tests/identifikācijas_tests (Alkohola lietošanas traucējumu identifikācijas tests (AUDIT – Alcohol Use Disorders Identification Test)).
- http://www.esibrivs.lv/lv/tests/cik_lidzatkarigs_tu_esi (Cik līdzatkarīgs tu esi?).

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaistes atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	4. aktivitāte. Refleksiju dienasgrāmata

Skolēnu darbība: Izveido dienasgrāmatas ierakstu, aprakstot arvien pieaugošo tiešsaistes azartspēļu fenomenu un atbildot uz šādiem jautājumiem:

- Kādi faktori ietekmē mūsu uzskatus par tiešsaistes azartspēlēm?
- Kā mēs varam pretoties šīm ietekmēm?
- Kā cilvēki var saprast, ka viņi izdara labākas izvēles attiecībā uz azartspēlēm?
- Kā mēs varam piedalīties pozitīvas ietekmes veidošanā?

Komentāri: Citi materiāli skolotājiem. Ir daudz organizāciju, kas atbalsta cilvēkus, kas cieš no azartspēļu kaitīgās ietekmes. Var lūgt skolēniem izpētīt vienu no norādītajām vietnēm un izlasīt informāciju un resursus, ko šī organizācija piedāvā:

- Biedrība "Esi brīvs!" http://www.esibrivs.lv/lv/about_us
- "Anonīmie Spēlmaņi" <http://www.as.org.lv/>

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība - Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	Ierosme

Skolēnu darbība: No 1 līdz 10 (kur 1 ir "pilnīgi nepiekrītu" un 10 ir "pilnīgi piekrītu") novērtē šo apgalvojumu. Pieraksti vērtējumu uz līmlapiņas un pielīmē to pie tāfeles! Balsošanai var izmantot arī tiešsaistes rīkus, piemēram, <https://www.mentimeter.com/>.

"Daži cilvēki piedzimst ar lielāku vēlmi iesaistīties azartspēlēs nekā citi. Tur neko nevar darīt."

Viedokļus un jautājumus, ko raisījis šis apgalvojums, pārrunāji klasē!

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: emocionālā veselība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	4. aktivitāte. Labklājības forums

Skolēnu darbība: Skolēniem jāiedomājas, ka viņš ir skolas padomdevējs labklājības jautājumos un viņa pienākums ir sniegt padomu jauniešiem, lai palīdzētu izturēt pārbaudījumus, ar ko viņi saskaras.

Aiciniet skolēnus: "Izvēlies vienu situācijas aprakstu un uzraksti šim cilvēkam vēstuli, sniedzot ieteikumus, kā veiksmīgi pārvarēt sarežģītos apstākļus! Apdomā, kādi tikumi šajā situācijā viņam būtu jāattīsta. Kā viņi varētu tos attīstīt?"

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kas tev ir svarīgi attiecībās?" Lūdziet skolēniem izlasīt variantus prezentācijā un novērtēt tos skalā no "pilnīgi nepiekrītu" līdz "pilnīgi piekrītu". Skolēniem jāpilda šis uzdevums klusumā, veidojot personīgo refleksiju.

- Pavadīt laiku kopā
- Pazīt vienam otru ģimeni un draugus
- Daudz kopīga
- Būt atklātam un godīgam
- Jautrība
- Nekad nestrīdēties

Aiciniet skolēnus, kuri vēlas, dalīties ar savu viedokli! Jūs varat arī klasē apspriest šādus jautājumus:

- Kuras no šiem uzskatiem, visticamāk, palīdzēs veidot veselīgas attiecības?
- Kāpēc vai kā tu to zini?
- Vai šeit ir uzskati, kas varētu būt par pamatu neveselīgām attiecībām?
- Kāpēc vai kā tu to zini?

Jautāji skolēniem, kā šie uzskati varētu ietekmēt cilvēka uzvedību savstarpējās attiecībās!

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

9. 5. Kultūra un es (slavenības)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Līdzdarbojas projektos un sadarbojas ar citiem kopēja mērķa sasniegšanai starpkultūru situācijās.

Atbilstības atslēgas vārds: etaloni

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Laba dzīve	3. aktivitāte. "Labas dzīves" izpratne

Skolēnu darbība: Paskaidrojiet skolēniem, ka filozofi jau tūkstošiem gadu skaidrojuši, ko nozīmē dzīvot "labu dzīvi". Lai iepazīstinātu ar dažādām filozofijām par labu dzīvi, varat izmantot video "The Good Life: Aristotle" par Aristoteļa uzskatiem šajā jautājumā (2. materiālā pieejama transkripcija latviešu un

angļu valodā) (<https://www.youtube.com/watch?v=VFPBf1AZOQg> [5:57]) vai video sarunu ar operdziedātāju Marīnu Rebeku "Par labā pārsvaru pār ļauno pasaulē" (<https://www.youtube.com/watch?v=2EcMtHQ6K5U>) (3:29).

Varat kopīgi atcerēties galvenos pārrunātos domāšanas virzienus: eksistenciālistiem dzīvē nav citas nozīmes kā tā, ko tu pats dzīvei piešķir; hedonistiem dzīves mērķis ir gūt baudu, savukārt ticīgajiem cilvēkiem dzīvei jēgu piešķir augstākstāvoša būtne – Dievs. Aristotelis par labu dzīvi uzskatīja tādu dzīvi, kuras laikā cilvēks meklē veidus, kā kļūt tikumīgākam, attīstot tikumus.

Veidojiet diskusiju ar skolēniem, izmantojot šādus jautājumus:

- Kurš no šiem uzskatiem tev šķiet vilinošāks?
- Vai šiem uzskatiem ir kādi ierobežojumi? Ņem vērā, ka šīs pieejas cita citu neizslēdz (piemēram, ticīgs cilvēks var arī vēlēties būt tikumīgs, un eksistenciālists var arī būt hedonisma piekritējs).

Komentāri: Lai domātu par labo dzīvi, var arī izmantot eksperimentālo sarunu "Laba dzīve un jēga" ar Kārli Freibergu ("Kas ir laba dzīve" – video ilgums 56:51; var skatīties no 51:45) https://www.youtube.com/watch?v=hOc7hdMYh6E&ab_channel=Eksperiment%C4%81l%C4%81ssarunas

Krievu valoda svešvaloda 4. -9. klasei

4. klase

4. 3. Es pilsētā un laukos (kur tu dzīvo)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu eksperimentēt, improvizēt un tiekties pēc jaunas pieredzes, pierakstot jaunos vārdus un izmantojot tos savu tekstu veidošanā, – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro skolēniem, ka mūsdienu sabiedrību veido cilvēki, kas auguši dažādos apstākļos un dzīvē gājuši atšķirīgus ceļus. Aicina skolēnus 1. materiāla 1. lpp. pierakstīt dažādus cilvēku tipus, kas veido viņu kopienas.

Skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus, nepieciešamības gadījumā skolēnu atbildes komentē un papildina:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari izmantot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?
- Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt savu raksturu?

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

5. klase

5. 3. Es un brīvais laiks (sports)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu pilnvērtīgi piedalīties sociālajā un kultūras dzīvē, runā un rakstos lietojot jaunapgūtos vārdus atbilstoši kontekstam, – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: sports

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	2. aktivitāte. Tavas fiziskās aktivitātes

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus pārdomāt savu pieredzi par fiziskajām aktivitātēm un to sniegtajiem ieguvumiem un uzrakstīt īsu rindkopu par tiem. Skolēni dalās pieredzē ar visu klasi. Jautājums skolēniem: "Kādus tikumus, tavuprāt, var attīstīt fiziskās aktivitātes"? Lūdz skolēniem nosaukt piemērus – mācoties jaunas prasmes, piemēram, peldēšanu, var attīstīt drosmi; spēlējot komandu sportu, var attīstīt cieņu pret citiem.

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība. Mans fizisko aktivitāšu plāns	1. aktivitāte. Fakti un skaitļi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt rakstus no dažādiem informācijas avotu virsrakstiem par fiziskajām aktivitātēm un veido diskusiju, balstoties uz šiem jautājumiem:

- Kāpēc tik daudz jauniešu ir neaktīvi?
- Kāpēc pastāv liela iespēja, ka pusaudži ar lieko svaru kļūs par pieaugušajiem ar lieko svaru?
- Kāpēc šo tendenci ir tik grūti izmainīt?
- Kāpēc pastāv saikne starp fiziskajām aktivitātēm un garīgās veselības uzlabošanu?

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

5.3. Es un brīvais laiks (dators)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu apliecināt savu zinātkāri un intelektuālo atvērtību, izmantojot EVP, lai salīdzinātu savus sasniegumus svešvalodās, – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: dators

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Pie ekrāna pavadītais laiks	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	3. aktivitāte. Brīdinājuma pazīmes

Skolēnu darbība: Skolotājs uzdod skolēnam jautājumu: "Kādas pazīmes liecina, ka pavadī pie ekrāna pārāk daudz laika?"

Tās var būt fiziskas pazīmes, piemēram, galvassāpes, kakla sāpes, nogurušas acis, vai sociālas pazīmes, piemēram, ja nepiedalies kopīgās ģimenes maltītēs vai tev nepietiek laika mājasdarbiem.

Skolotājs aicina skolēnus papildināt zīmējumu 2. uzdevumā ar brīdinājuma pazīmēm. Kā būtu jārikojas, ja pamani kādu no šīm pazīmēm? Skolēni attēlu papildina 5 minūtes. Pēc tam skolotājs aicina dažus no skolēniem sevis uzzīmēto komentēt.

Komentāri: 3. aktivitātei nepieciešams darba lapas (1. materiāls) 2. uzdevums. Pēc aktivitātes var noskatīties video "Kā telefons negatīvi ietekmē tavu veselību?" šeit: <https://www.youtube.com/watch?v=HhYDY-6jD04> (video ir angļu valodā, transkripcija angļu un latviešu valodā pieejama 2. materiālā).

Pēc video noskatīšanās skolotājs ar skolēniem diskutē un salīdzina video redzēto ar uzrakstīto uz lapas.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Pie ekrāna pavadītais laiks	2. nodarbība. Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	2. aktivitāte. Labi ieradumi

Skolēnu darbība: Lai panāktu līdzsvaru, mums jāveido un jāpraktizē labi ieradumi. Skolotājs uzdod jautājumu: "Vai, aplūkojot ekrānlaika žurnālu, vari izdomāt, kuri ieradumi palīdzētu tev nedaudz samazināt pie ekrāna pavadīto laiku?"

Skolēni nosauc idejas, skolotājs skolēnu atbildes fiksē uz tāfeles.

Skolotājs apkopo skolēnu idejas, piemēram, nolikt planšetdatoru stundu pirms došanās gulēt, pēc atnākšanas no skolas 30 minūtes lasīt grāmatu, nelietot ierīces ēšanas laikā utt.

Komentāri: Skolēni var piefiksēt savas idejas burtnīcā jeb atsevišķā lapā.

6. klase

6. 2. Es un veselība (ziemas nodarbes)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu eksperimentēt un iegūt jaunas zināšanas, pievēršot uzmanību teikuma uzbūves līdzībām un atšķirībām dažādās valodās, lai izprastu valodu daudzveidību, – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: Fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus pāros izdomāt iespējami daudz fizisko aktivitāšu sniegto ieguvumu un tos sakārtot pēc nozīmes atvēlētajos 9 rombos. Norāda, ka šajā uzdevumā nav pareizu vai nepareizu atbilžu. Pēc tam aicina skolēnu dalīties ar savām atbildēm, kurus ieguvumus viņi ir ierindojuši kā nozīmīgus vai mazāk nozīmīgus. Aicina savu atbildi pamatot.

Komentāri: Aktivitātei būs nepieciešams materiāls "9 rombu aktivitāte" (1. materiāls), katram skolēnam nepieciešama sava kopija, skolotājs skolēnus uz tās aicina uzrakstīt savu vārdu un uzvārdu. var noskatīties video Physical Exercise for Brain Power <https://www.youtube.com/watch?v=9EOYazFydDs>. Materiāls valodas ziņā īsti nav piemērots 5. klasei, bet tēma ir interesanta un atbilstoša – skatīšanās laikā video var apstādināt, iztulkot un skaidrot. Pēc noskatīšanās skolēni atzina, ka ir saņēmuši atbildes uz saviem jautājumiem – kāpēc un kā.

6. 4. Es un pilsēta

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu veidot cieņpilnas attiecības ar citiem, izmantojot savas svešvalodu prasmes un piedaloties vienkāršā sarunā ar klasesbiedriem, – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: kopienas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	3. aktivitāte. Pie kurām kopienām es piederu?

Skolēnu darbība: Skolēni veido tīkla diagrammu, iezīmējot visas kopienas, pie kurām viņi pieder. Tad skolēni pāros aplūko, pie kādām kopienām pieder klases biedrs, un atzīmē kopienas, ar kurām ir saistīti abi. Skolēni izvēlas vienu kopieni un izstāsta klasei, kādēļ viņiem patīk būt šajā kopienā. Blakus attēls, kā izskatās tīkla diagramma, iespējams, skolēni to sapratīs kā domu karti.

Komentāri: 3. aktivitātei nepieciešama balta A4 (der arī A5) izmēra lapa. Skolēni uz tās uzraksta savu vārdu un uzvārdu.

7. klase

7. 1. Citi un es (vaļasprieki)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju iespējas, kritiski izvērtējot informāciju pirms tās iekļaušanas savā tekstā, – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: sports

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība. Fiziskās aktivitātes	2. aktivitāte. Kā tu sporto?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina noskatīties video, kā cilvēki savā ikdienā ievieš fiziskās aktivitātes. https://www.youtube.com/watch?v=xA9c7Odf1ss&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrol escentrs

Skolotājs piedāvā padomāt, kā skolēni šobrīd sporto un kādas idejas var izmantot, lai izstrādātu savu treniņu plānu. Rosina dienasgrāmatā veikt ierakstu, norādot, kā skolēni patlaban veic fiziskās aktivitātes, kā tās ietekmē viņu dzīvi un kā varētu izstrādāt savu treniņu plānu. Pārrunā uzrakstīto pāros ar klasesbiedru.

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: dators

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	3. aktivitāte. Tikumi un tehnoloģijas

Skolēnu darbība: Skolotājs atgādina, ka, bieži, runājot par tehnoloģijām, tiek uzsvērtā to negatīvā ietekme uz mūsu dzīvi. Tomēr tehnoloģijas sniedz daudz iespēju dažādos veidos attīstīt tikumus, gan pilnveidojot rakstura tikumus, gan pretojoties tehnoloģiju ietekmei un kontrolei pār mums.

- Kurus tikumus tev ļauj attīstīt tehnoloģijas, un kā tu varētu šos tikumus atpazīt un pilnveidot?
- Vai tehnoloģiju, piemēram, viedtālruna un interneta, izmantošana, kopā ņemot, tev palīdz vai rada problēmas?

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

7. 5. Tehnoloģijas un es

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu lietpratīgi un atbildīgi izmantot informācijas un komunikācijas tehnoloģiju iespējas, kritiski izvērtējot informāciju pirms tās iekļaušanas savā tekstā, – lietpratējs izaugsme.

Atbilstības atslēgas vārds: tehnoloģijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	4. aktivitāte. Tehnoloģiju atkarība?

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Vai atkarība no tehnoloģijām ir reāla?" Skolēniem jāuzraksta divas rindkopas, paužot savu viedokli par šo jautājumu. Raugies, lai tava atbilde būtu pamatota, atsaucoties uz nodarbībā pārrunāto informāciju (vai informāciju, ko esi izpētījis individuāli). Atbildot pārdomā dažus no šiem jautājumiem:

- Kas ir atkarība? Kā tu vari definēt atkarību?
- Vai ir atšķirība starp atkarību un "aizraušanos"?
- Vai ir kādi kritēriji, lai noteiktu, vai cilvēks ir atkarīgs no tehnoloģijām?

Savā atbildē fiksē vienu lietu, ko tu plāno īstenot, lai savā dzīvē panāktu lielāku līdzsvaru attiecībā uz tehnoloģiju izmantošanu.

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

8. klase

8. 1. Izglītība un es

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu darboties mērķtiecīgi, izlēmīgi un neatlaidīgi, patstāvīgi meklējot tekstus svešvalodās par aktuāliem tematiem, tos salīdzinot un izvēloties mācībām atbilstošo, – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina stāstījumu: "Mācīšanās skar tevi daudzās dzīves jomās. Šī nodarbība palīdzēs tev pārdomāt un reflektēt par to, kā tu mācies un kādas prasmes un rakstura tikumi jāattīsta, lai palīdzētu mācīties iespējami efektīvi. Šīs prasmes varēsi izmantot daudzās dzīves jomās."

- Ko nozīmē vārds "mācīšanās"? Ko nozīmē "iesaistīties mācību procesā"?
- Kas parādās tavā iztēlē, kad domā par vārdu "mācīšanās"?
- Kādās dzīves sfērās tevi skar mācīšanās? Kur un kā tas notiek?
- Vai tev patīk mācīties?

Skolotājs piedāvā iedomāties kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar klases biedru, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāizmanto?

Komentāri: Skolotājs var dalīties ar saviem pieredzes stāstiem.

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Laba dzīve	2. aktivitāte. Labas dzīves pazīmes

Skolēnu darbība: Skolēni uzraksta uz 3 lapām "ļoti svarīgi", "diezgan svarīgi", "nav svarīgi" un secīgi piestiprina tās klases priekšā. Aiciniet skolēnus nostāties pie tās lapas, kura, viņuprāt, atspoguļo tālāk minēto aspektu nozīmī labas dzīves veidošanā!

- Liela alga
- Ilgstošas attiecības ar vīru/sievu
- Daudz draugu
- Būt ietekmīgam
- Būt radošam

Mudini skolēnus aizstāvēt savu viedokli un uzklaut pretējus viedokļus un prasīt to pamatojumus! Ko skolēni uzskata par svarīgām labas dzīves sastāvdaļām?

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

8. 2. Veselība un es (veselīgais dzīvesveids)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu sekmīgi darboties individuāli un komandā, būt tolerantam pret atšķirīgo, pārlasot savus un citu tekstus, dodot padomus to uzlabošanai, – radošs darītājs.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Aplūko prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku Lielbritānijā un Latvijā! Kas Tevi šajā informācijā pārsteidza? Kāpēc?

- Rādiet skolēniem šādus jautājumus prezentācijā:
- Kāds ir tavs viedoklis vai pieredze par tiešsaistes azartspēlēm?
- Vai ir kaut kas, ar ko esi saskaries agrāk? Ja jā, kur un kā?
- Kādās platformās vai ierīcēs tiešsaistes azartspēles ir redzamākas, piemēram, sporta vietnēs?
- Kāpēc, tavuprāt, tiešsaistes azartspēles šajās platformās ir nozīmīgas?
- Kā tiešsaistes azartspēles "iesūc" cilvēkus? Kā un kāpēc tā varētu būt problēma?

Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus ar klasesbiedru! Atceries, ka šie jautājumi ir diezgan personiski! Nevienam nav jāatklāj informācija, ja viņš nejūtas ērti.

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	1. aktivitāte. Impulsivitāte un aizkavētais apbalvojums

Skolēnu darbība: Skolotājs mudina skolēnus apspriest terminu definīcijas! "Ko Tev nozīmē vārds "impulsivitāte"? Ko nozīmē termins "atliktais gandarījums"? Kopā ar klasesbiedru izdomā definīciju!"

Jāparāda skolēniem definīcijas un apspriediet klasē šādus jautājumus:

- Impulsivitāte: rīkošanās, nedomājot par šīs rīcības sekām; uzvedības netīšums, tieksme darboties ātri, reaktīvi, vadoties no pēkšņas ierosmes, impulsa, neapzināti, bez refleksijas. Kādas problēmas var radīt impulsivitāte? Izdomā dažus piemērus, kad impulsivitāte var kļūt bīstama.
- Atliktais gandarījums jeb aizkavētais apbalvojums: īstermiņa gandarījuma (tūlītējā apbalvojuma) atlikšana par labu ilgtermiņa gandarījumam (ar domu, ka šis gandarījums var būt noderīgāks ilgtermiņā).
- Kādus pārbaudījumus var radīt "atliktais gandarījums"?
- Kā gandarījuma atlikšana var kļūt par pozitīvo virzītājspēku tavā dzīvē?
- Mini piemērus, kas parāda, kā atliktais gandarījums tavā dzīvē ir nesis ko pozitīvu!

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 15 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība. Fiziskās aktivitātes	2. aktivitāte. Kā tu sporto?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina noskatīties video, kā cilvēki savā ikdienā ievieš fiziskās aktivitātes. https://www.youtube.com/watch?v=xA9c7Od1ss&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrol-escentrs

Skolotājs piedāvā padomāt, kā skolēni šobrīd sporto un kādas idejas var izmantot, lai izstrādātu savu treniņu plānu. Rosina dienasgrāmatā veikt ierakstu, norādot, kā skolēni patlaban veic fiziskās aktivitātes, kā tās ietekmē viņu dzīvi un kā varētu izstrādāt savu treniņu plānu. Pārrunā uzrakstīto pāros ar klasesbiedru.

Komentāri: Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs	2. aktivitāte. Ēšanas paradumi un laimīga dzīve

Skolēnu darbība: Sākumā aiciniet skolēnus aizpildīt dzīves veida vērtēšanas tabulu (1. materiālu 1. lpp.). Tabula domāta pašrefleksijai, lai skolēni labāk pazītu sevi.

- 3 jūsu veselīga dzīvesveida piemēri.
- 3 neveselīga dzīvesveida piemēri.
- Cik daudz laika jūs noveltāt katram?
- Kādus uzlabojumus varētu veikt?
- Vai ir kādi citi komentāri?
- Kāda ir ēšanas nozīme, dzīvojot laimīgu dzīvi? Kā veselīgs un sabalansēts uzturs veicina vispārējo labsajūtu?

Komentāri: Refleksija: Skolēniem jāizveido dienasgrāmatas ieraksts ar atbildēm uz šiem jautājumiem, balstoties uz personīgo pieredzi.

Atbilstības atslēgas vārds: miegs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	3. nodarbība - Miegs	3. aktivitāte. Miegs un tavs raksturs

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju:

- Kā pilnvērtīga miega paradumi var ietekmēt tavu raksturu?
- Kādi tikumi tev nepieciešami, lai tu varētu attīstīt pilnvērtīga miega paradumus?
- Kas tev var būt jāsamazina vai jāizskauž, lai nodrošinātu, ka tu kārtīgi izgulies un attīsti pilnvērtīga miega paradumus?

Komentāri: Jāizmanto PowerPoint prezentācija, lai izpildītu uzdevumu. Ieteicamais laiks aktivitātei - 10 minūtes.

Atbilstības atslēgas vārds: alkohols un narkotikas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	1. nodarbība. Saprātīga izvēle	3. aktivitāte. Kāpēc cilvēki lieto apreibinošas vielas?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju: "Analizējiet narkotiku un pārmērīgu alkohola lietošanu, pārdomājot, kāpēc cilvēki varētu pieņemt šādu lēmumu."

- Kā izpaužas narkotiku un pārmērīga alkohola lietošana?
- Kā tas izskatās?
- Kāpēc cilvēki varētu lietot narkotikas un pārmērīgi lietot alkoholu?

Komentāri: Sākumā skolēni diskutē mazās grupās un apkopo savas idejas par trešo jautājumu.

Pēc tam skolotājs izdala 1. materiāla 3. lpp. un aicina skolēnus: "Salīdziniet jūsu apkopotās idejas ar idejām režģī (3. lpp.)! Vai bijāt nosaukuši visas idejas, kas apkopotas 1. materiāla 3. lappusē?"

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Psihotropās vielas un alkohols	2. nodarbība. Ieradumi	3. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Skolēniem ir jāizlasa morālā dilemma.

Kur ir saskatāma problēma?
 Kādi tikumi šeit iesaistīti?
 Kāda ir saprātīga rīcība? Vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?
 Kā tu rīkotos šajā situācijā?
 Vai esi pieredzējis šādu situāciju?

Komentāri: Jāizmanto dilemma no prezentācijas 5. slaida.

9. klase

9. 1. Izglītība un es

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu iedziļināties dažādos viedokļos un pārliecībās, izvēloties tekstus, pievēršot uzmanību teksta avotam un autoram, – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	2. nodarbība. Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina stāstījumu: "Mācīšanās skar tevi daudzās dzīves jomās. Šī nodarbība palīdzēs tev pārdomāt un reflektēt par to, kā tu mācies un kādas prasmes un rakstura tikumi jāattīsta, lai palīdzētu mācīties iespējami efektīvi. Šīs prasmes varēsi izmantot daudzās dzīves jomās."

- Ko nozīmē vārds "mācīšanās"? Ko nozīmē "iesaistīties mācību procesā"?
- Kas parādās tavā iztēlē, kad domā par vārdu "mācīšanās"?
- Kādās dzīves sfērās tevi skar mācīšanās? Kur un kā tas notiek?
- Vai tev patīk mācīties?

Skolotājs piedāvā iedomāties kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar klases biedru, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāizmanto?

Komentāri: Skolotājs var dalīties ar savu pieredzi lai uzrunātu skolēnus.

9. 2. Drošība un es (internets)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu plānot un vadīt savu mācību darbu un izziņas procesu, izmantojot dažādus resursus vairākās valodās, – lietpratējs izaugsmei.

Atbilstības atslēgas vārds: internets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā aplūkot prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku Lielbritānijā un Latvijā! Kas Tevi šajā informācijā pārsteidza? Kāpēc?

- Skolotājs rāda skolēniem šādus jautājumus prezentācijā:
- Kāds ir tavs viedoklis vai pieredze par tiešsaistes azartspēlēm?
- Vai ir kaut kas, ar ko esi saskaries agrāk? Ja jā, kur un kā?
- Kādās platformās vai ierīcēs tiešsaistes azartspēles ir redzamākas, piemēram, sporta vietnēs?
- Kāpēc, tavuprāt, tiešsaistes azartspēles šajās platformās ir nozīmīgas?
- Kā tiešsaistes azartspēles “iesūc” cilvēkus? Kā un kāpēc tā varētu būt problēma?

Komentāri: Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus ar klasesbiedru! Atceries, ka šie jautājumi ir diezgan personiski! Nevienam nav jāatklāj informācija, ja viņš nejūtas ērti.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	4. aktivitāte. Vienaudžu ietekme

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izlasīt dilemmu par Maiku un viņa draugiem, kas tiešsaistē sākuši spēlēt spēļu automātus. Grupā pārrunāji situāciju un tad galvenās idejas izstāstiet klasē!

- Ko tu Maikam ieteiktu darīt šajā situācijā?
- Kādi ir galvenie aspekti, kas viņam jāapsver?

Dažas problēmas, kas var rasties, ir risks pastāvīgi zaudēt naudu, draudzības daba un kvalitāte, veidi, kā runāt ar draugiem par sarežģītām tēmām, izvairīšanās, pārtraukšanas stratēģijas un ieteikumi pievērsties citām aktivitātēm.

Komentāri: Skolotājs izmanto dilemmu no prezentācijas 15. slaida.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	2. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība: Skolotāja aicina izlasīt informatīvo materiālu (1. materiāls) par laiku, kas pavadīts pie ekrāna, un pārrunāt problēmjautājumu ar klasesbiedru: Kādas priekšrocības un/vai ieguvumus sniedz iespēja jebkurā laikā pieslēgties internetam?

Izveido dienasgrāmatas ierakstu, atspoguļojot savu pieredzi par tehnoloģiju izmantošanu ikdienas dzīvē un pārdomājot, kuriem tehnoloģiju lietošanas paradumiem būtu jāpievērš uzmanība.

Komentāri: Jāizmanto izdales materiāls priekš nodarbības. Ir ieteicams iziet cauri terminiem tekstā, kas ir piedāvāts materiālā.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	2. nodarbība. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	1. aktivitāte. Reputācija tiešsaistē

Skolēnu darbība: Skolotājs pastāsta, ka labu reputāciju var izveidot gan tiešsaistē, gan dzīvē. Kādās dažādās dzīves jomās mēs varam izkopt savu reputāciju tiešsaistē?

1. Kādu informāciju par sevi mēs ikdienā publicējam tiešsaistē (izmantojot foto, video, blogus, komentārus, sociālos tīklus)?
2. Kāda informācija varētu sabojāt cilvēka reputāciju tiešsaistē? Vai vari nosaukt piemērus?

Skolotājs atgādina, ka ir svarīgi paturēt prātā, ka visa tiešsaistes saziņa ir publiska. Viss, ko cilvēks publicējis tiešsaistē, visticamāk, pastāvēs tur vienmēr.

Skolēni pārrunā savas idejas pāros ar klases biedru un sniedz dažus piemērus no savas dzīves.

Komentāri: Iespējams, kā mācību materiāls var tikt izmantots šis avots par digitālo veselību. <https://www.skolanakotnei.lv/digitala-veseliba/> Arī kādi pazīstami video par digitālo tehnoloģiju ietekmi uz mūsdienu cilvēku, kā, piemēram, https://satori.lv/article/zalgavja-7-serija-dzive-digitalaja-troksni?fbclid=IwAR20dZeHjpAixCbQwJvxfbqxt_vaNiUt0bAI4HXiob4HmfjnhQeB-xt9eQ

9. 4. Pasaule un es (viltus ziņas)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu iedziļināties dažādos viedokļos un pārliecībās, izvēloties tekstus, pievēršot uzmanību teksta avotam un autoram, – atbildīgs sabiedrības dalībnieks.

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā pārskatīt vietni un uzrakstīt iemeslus, kāpēc šī varētu būt viltus ziņu vietne: <http://zapatopi.Net/treeoctopus/> Pārrunā jiet savas idejas grupā!

Izmantojot šo vietni, pārdomājiet, vai ziņas ir patiesas vai viltus! Pārrunā jiet atbildes grupā!

- Vai bija viegli noteikt, vai ziņas ir patiesas vai viltus? Paskaidro, kāpēc!
- Vai bija kādas pazīmes, kas liecināja, ka ziņas nav patiesas?
- Kā tu juties, uzzinot, ka ziņas, kam sākumā ticēji, izrādījās nepatiesas?

Komentāri: Ir iespēja, ka būs nepieciešams papildus skaidrojums, kas ir viltus ziņas un kā tās atpazīt.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	2. nodarbība. Kas padara ziņu patērētāju tikumīgu?	3. aktivitāte. Domāšanas jautājumi

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izlasīt materiālu par viltus ziņu ietekmi uz demokrātiju (<https://lvportals.lv/norises/287732-demokratija-un-viltus-zinas-2017> – ieteicams lasīt sadaļu "īsumā") un pārrunāt problēmjautājumus pāri ar klasesbiedru.

- Vai cilvēki var pieņemt būtiskus lēmumus, ja viņiem pieejamā informācija nav uzticama?
- Vai vairākam vienmēr ir taisnība?
- Kāda ir plašsaziņas līdzekļu nozīme demokrātijā?
- Vai līderim ir vienmēr jāieklausās cilvēkos?

Komentāri: Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus grupās vai pāros un tad dalīties ar savām idejām klasē.

Latviešu valoda 1. -9. klasei

1. klase

1. 4. Reiz es būšu...

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās argumentēt nākotnes profesijas izvēli, saskatīt profesijai nepieciešamās apgūstamās zināšanas un prasmes.

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	1. aktivitāte. Kāds darbs man patiktu?

Skolēnu darbība: Frontāla saruna. Kam tu pievērs uzmanību, izvēloties darbu? Uzklusiet un apkopojiet klases idejas! Jāpaskaidro, ka katram cilvēkam var būt atšķirīgas vērtības, izvēloties darbu!

Lūgt bērniem, strādājot individuāli, pierakstīt 3 lietas, kas, viņuprāt, ir svarīgas darbā (piemēram, palīdzēt cilvēkiem, nauda, darbs ar cilvēkiem, radošums, iespēja pielietot noteiktas prasmes)!

Dot laiku izpētīt informāciju par dažādiem darbiem, kas atbilst viņu kritērijiem! Jūs varat izpildīt dažus "karjeras testus", piemēram, Nacionālās izglītības iespēju datubāzes (NIID) testus: http://www.niid.lv/tests/testi_sakums.htm

Komentāri: Var noderēt šī tīmekļa vietne: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mans sapņu darbs

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	3. Nodarbība "Kādu darbu es varētu strādāt"	2. aktivitāte "Darba profili"

Skolēnu darbība: Lūdziet bērniem izveidot profilu darbam, kas viņiem interesē, ietverot:

- nosaukumu,
- kas šajā darbā jādara,
- nepieciešamās kvalifikācijas,
- noderīgas intereses,
- vajadzīgās rakstura īpašības.

Mudiniet bērnus izvēlēties iespējami dažādus darbus!

Komentāri: http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/lat_karjeras_atbalsts/info_mater/

1. 5. Es smaīdu, tu smaīdi, mēs smaidām

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Izsaka savas domas, par ko cilvēki smejas; ar skolotāja atbalstu veido domu karti "Smieklis"; secina, ka smieklīgs var būt arī literārā darba saturs.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klasei	Rīku kaste	4. nodarbība. Tikumi un emocijas.	1. aktivitāte. Prāta spēles.

Skolēnu darbība: Jānoskatās filmas "Prāta spēles" (Inside Out) treileri: <https://www.youtube.com/watch?v=seMwpP0yeu4> [skatīts 29. 5. 2020].

Ko filma stāsta par mūsu emocijām un rīcību?

Jāpārrūna plūsmas diagrammu PowerPoint prezentācijā par domu, jūtu un uzvedības saistību.

Jāparāda skolēniem PowerPoint prezentācijas situāciju aprakstus un lūdziet padomāt, par ko varētu domāt un ko just cilvēks šajā situācijā?

Komentāri: Šajā aktivitātē var izmantot lomu spēles. Lūdziet skolēniem izspēlēt situāciju, tad apturiet darbību kadru ar galveno notikumu un lūdziet skolēniem noteikt galvenā varoņa domas, sajūtas un rīcību.

Paplašinājums: vai pastāv iespēja, ka divi cilvēki vienā un tajā pašā situācijā varētu just atšķirīgas emocijas?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): [No smiekliem līdz asarām](#)

Atbilstības atslēgas vārds: emociju kontrole

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. kl.	Rīku kaste	4. nodarbība "Tikumi un emocijas"	2. aktivitāte "Emociju kontrole"

Skolēnu darbība: Lūdziet skolēniem sastāties līnijā. Izstāstiet uzdevumu — tie, kas piekrīt nosauktajam apgalvojumam, sper soli uz priekšu. Tie, kuri nepiekrīt, paliek uz vietas. Sākumā Jūs varat izmēģināt dažus apgalvojumus, piemēram, "man patīk matemātika" vai "es dzīvoju tuvu skolai".

Izlasiet tālāk sniegtos apgalvojumus un, kad skolēni izdarījuši savu izvēli, lūdziet katram atsevišķi izstāstīt izvēles iemeslus. Viņi var mainīt savu atrašanās vietu, ja pārdomā.

- Es varu izvēlēties, kā es jūtos.
- Ir svarīgi parādīt citiem cilvēkiem, kā es jūtos.
- Ir svarīgi spēt kontrolēt savas emocijas.
- Es esmu pārliecināts, ka spēju kontrolēt savas emocijas.

Komentāri: <https://spoki.lv/testi/Kermena-valodas-tests-Parbaudi-savu/844888>

2. klase

2. 1. Manas ģimenes, pilsētas, novada valodu pasaulē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Katram sava dzimtā valoda, visiem viena latviešu valoda

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kas ir ģimene?	1. nodarbība "Kas ir ģimene?"	Uzsākšana - kas ir ģimene?

Skolēnu darbība: raisiet bērnos radošumu.

- Kā izskatās ģimene?
- Kā smaržo ģimene?
- **Kā skan ģimene?**
- Kāda ir ģimenes sajūta?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Piedalās saziņā par dzirdēto, lasīto, atbild uz jautājumiem un mācās uzdot jautājumus un izteikt savu attieksmi.

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	Kopīgā noslēguma apspriede: pateicība.

Skolēnu darbība: Par ko tu esi pateicīgs, kad domā par savu ģimeni? Pieraksti trīs lietas pateicības rakstā (1. materiāls)!

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Iesaistās saziņā par lasīto, dzirdēto vai novēroto, sasaistot to ar personisko pieredzi.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopiena	2. nodarbība. Kur ir mana vietējā kopiena?	Uzsākšana: kur ir mūsu vietējā kopiena?

Skolēnu darbība: Skolotājs atgādina skolēniem, ka iepriekšējā nodarbībā skolēni apskatīja dažādas kopienas, pie kurām viņi pieder. Vērš skolēnu uzmanību, ka šajā mācību nodarbībā tiks vērsta uzmanība viņu vietējai kopienai.

Diskusija

- Ko nozīmē "vietējā kopiena"?
- Kur ir tava vietējā kopiena? (Šis punkts skolēniem var nedaudz atšķirties.)

Komentāri: Skolotājs izmanto Google Earth aktivitāti sāk ar pasaules skatu, tad tuvina Eiropu, tad Latviju, pilsētu/rajonu un visbeidzot — vietējo kopienu.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmskola 6 gadi	Mūsu kopiena	1. nodarbība "Kopienas, pie kurām mēs piederam"	1. aktivitāte "Pie kurām kopienām tu pieder?"

Skolēnu darbība: Kādu atšķirīgu kopienu loceklis tu esi (rotaļu laukums, draudze, pulciņš/ārpusskolas aktivitātes, kāda sporta kluba fans, skola, **ģimene**)? Lūdziet bērniem izvēlēties vienu kopienu un izveidot tās profilu, ietverot daļu no šīs informācijas:

- Kas šīs kopienas locekļiem ir kopīgs/kas tos vieno?
- Kādas aktivitātes šī kopiena dara visi kopā?
- Kāpēc tev patīk būt šajā kopienā?
- Kādus tikumus šīs kopienas locekļi parāda? Kādā veidā?

Jūs varat lūgt bērniem sniegt atgriezenisko saiti vai pastāstīt par savām kopienām visai grupai.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	1. nodarbība "Kas ir kopiena?"	1. aktivitāte "Manas kopienas."

Skolēnu darbība: 1. aktivitātei nepieciešama darba lapa (1. materiāls). Skolotājs katram skolēnam izdala pa vienai lapai. Aicina uz tās uzrakstīt vārdu un uzvārdu. Skolēni pilda 1. uzdevumu: Pie kurām kopienām tu pieder?

Komentāri: Skolotājs var apkopot klases idejas par dažādām kopienām, pie kurām skolēni varētu piederēt (skola, pulciņi, draudzes, etniskās grupas, brīvprātīgās organizācijas, vietējās kopienas, sporta

komandu fanu klubs). Skolotājs aicina skolēnus 1. uzdevumā ap cilvēka kontūru apkārt uzrakstīt dažādas kopienas, pie kurām viņi varētu piederēt.

Aicina skolēnus 2. uzdevumā uzrakstīt, ko šo kopienu locekļi dara kopā. Kā citi cilvēki atpazīst šīs kopienas locekļus (formastērpi, piespraudes, simboli)? Kādas vērtības vai tikumi, tavuprāt, ir īpaši svarīgi šai kopienai?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība "Kur ir mana vietējā kopiena?"	Kopīgā noslēguma apspriede : pateicība

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus apdomāt jautājumu: Kā tu šodien vari izrādīt pateicību kādam no savas kopienas locekļiem? Skolēnu idejas pieraksta uz tāfeles.

2. 2. Fantāzijas pasaulē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pirms teksta veidošanas izplāno tā saturu, strukturē domas un idejas, arī vienkāršos grafiskos attēlos. Pārrunā šo procesu un paveikto ar citiem. Veido stāstījumu un raksta vēstījumu.

Atbilstības atslēgas vārds: supervaroņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Varoņi	1. nodarbība. Tikumu supervaroņa veidošana.	1. aktivitāte. Tikumu supervaroņi.

Skolēnu darbība: Iztēlojoties supervaroņus, mēs domājam par drosmi. Jāpaskaidro bērniem, ka viņiem būs jāizveido pašiem savi tikumu supervaroņi. Varoņa superspēja būs kāds tikums, taču bērni var izvēlēties varoņa vārdu, tērpu, pārvietošanās veidu, partneri un iznīcinātāju. Bērni var izvēlēties savam supervaronim vienu no šiem tikumiem: godīgums, dāsnums, pateicība, draudzīgums vai laipnība.

Komentāri: Var izveidot supervaroni vienam tikumam uz tāfeles, izstāstot bērniem savu domu gaitu par kostīma utt. atbilstību tikumam.

2. 3. Prieka un joku pasaulē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kas ir prieks?

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

riku kaste 1-3 tikumi un emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	Tikumi un emocijas	1. aktivitāte "Prāta spēles"

Skolēnu darbība: Noskaties filmas "Prāta spēles" (Inside Out) treileri: <https://www.youtube.com/watch?v=seMwp0yeu4> [skatīts 29. 5. 2020].

Ko, tavuprāt, filma stāsta par mūsu emocijām un rīcību?

Pēc tam parunāiet plūsmas diagrammu PowerPoint prezentācijā par domu, jūtu un uzvedības saistību. Parādiet skolēniem PowerPoint prezentācijas situāciju aprakstus un lūdziet padomāt, par ko varētu domāt un ko just cilvēks šajā situācijā?

Komentāri: Šajā aktivitātē var izmantot lomu spēles. Lūdziet skolēniem izspēlēt situāciju, tad apturiet darbību kadru ar galveno notikumu un lūdziet skolēniem noteikt galvenā varoņa domas, sajūtas un

rīcību. Paplašinājums: vai pastāv iespēja, ka divi cilvēki vienā un tajā pašā situācijā varētu just atšķirīgas emocijas? Izmantot 3. -7. slaidus

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās dialogā izteikt savas domas, emocijas un attieksmi pret redzēto, dzirdēto, kā arī uzklašit citu viedokli.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

riku kaste 1-3 tikumi un emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Rīku kaste " 1. - 3. klasei	Ievads rakstura izglītībai	4. nodarbība. Tikumi un emocijas.	Kopīgā noslēguma apspriede: pauzes ieturēšana.

Skolēnu darbība: Jāaplūko tālāk sniegtos situāciju aprakstus. Jāpadomā, kāda varētu būt tikai uz emocijām balstīta reakcija un kāda būtu rīcība, ja mēs apstātos un padomātu, pirms rīkojamies.

- Skolotāja tev aizrāda par to, ko neesi darījis.
- Klasē ir jauns skolēns, un tavs labākais draugs starpbrīdi pavada ar viņu, nevis tevi.
- Pareizrakstības kontroldarbā tu saņem labāko atzīmi klasē.

2. 4. Piedzīvojumu pasaulē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Piedzīvojumu meklētāji

Atbilstības atslēgas vārds: varoņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola gadi	Varoņi	2. nodarbība "Slaveni varoņi"	. Uzsākšana: medaļas varoņiem

Skolēnu darbība: Parādiet bērniem attēlus, kuros redzams Triju zvaigžņu ordenis, "Latvijas Lepnuma" Zelta ābele, karavīrs un izcili Latvijas sportisti. Pavaicāiet kam, viņuprāt, šie apbalvojumi ir paredzēti/kas tos varētu pasniegt/kurš tos varētu saņemt. Iepriekšējā nodarbībā tika runāts par supervaroņiem. Multfilmās un filmās lielākoties supervaroņi ir izdomāti, tomēr pasaulē ir daudz cilvēku, kas paveic neticamas lietas — tie ir reālās dzīves varoņi, cilvēki, kas augstu vērtējami un no kuriem ņemt piemēru.

Latvijā valsts apbalvojumus pasniedz Valsts prezidents, taču ierosinājumu par kāda cilvēka apbalvošanu var izteikt jebkurš Latvijas iedzīvotājs. Jūs varat aplūkot sarakstu ar cilvēkiem, kuriem nesen piešķirti Valsts apbalvojumi: <https://www.president.lv/lv/valsts-apbalvojumi/triju-zvaigznu-ordenis/jaunakie-pieskirtie-apbalvojumi#gsc.tab=0>

Komentāri: Izmantojams 1. materiāls

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Izmanto teksta virsrakstu un galvenos vārdus, nosaka teksta tematu un galveno domu, salīdzina ar citu viedokli un secina par kopīgo un atšķirīgo.

Atbilstības atslēgas vārds: varoņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Varoņi	2. nodarbība. Slaveni varoņi.	2. aktivitāte. Varoņu profili.

Skolēnu darbība: Apskatiet prezentācijā 3 Latvijā ievērojamus cilvēkus un kopīgi izlasiet īsu aprakstu par tiem. Lasiet īpašības un tikumus (5. slaidis), kopīgi seciniet kuram no šiem cilvēkiem tie ir visatbilstošākie un kāpēc.

3. klase

3. 2. Uzdrīksties sapņot!

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mana ikdiena

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība Kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu?	2. aktivitāte "Brīvprātīgo darbinieku stāsti"

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnu noskatīties video par brīvprātīgo darbu "Brīvprātīgais darbs - Dzīvo un strādā labi" <https://www.youtube.com/watch?v=-fkKrlvF1SE> Pēc video noskatīšanās ar skolēniem veido diskusiju par šādiem jautājumiem:

- Kādēļ cilvēki izvēlas darīt brīvprātīgo darbu?
- Vai šie iemesli laika gaitā varētu mainīties?
- Vai tevi kaut kas pārsteidza un uzzināju ko jaunu?

Aktivitātes turpinājumā nepieciešams materiāls "Brīvprātīgais darbs. Gadījumu analīze". Katram skolēnam var izdalīt savu vai grupai vienu.

Pēc diskusijas skolotājs skolēniem izdala lapas ar gadījumu izpēti par cilvēkiem, kas veic brīvprātīgo darbu (1. materiāls). Skolēniem pāros ir jāizvelk iemesli, kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu, un jāsašķiro tie grupās: labums sev, labums citiem, cits iemesls. Kopējais aktivitātes laiks 10 minūtes.

Komentāri: izmantojams 6. slaidis un 1. materiāls.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ir ieinteresēts veidot savu viedokli un uz klausīt citu viedokļus, pamana viedokļu atšķirības. Piedalās sarunās, pauž savu viedokli un uz klausu citu viedokli.

Atbilstības atslēgas vārds: brīvprātīgais darbs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība. Kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu?	Kopīgā noslēguma apspriede: nekādu attaisnojumu.

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus padomāt un atbildēt, vai viņi var izdomāt, kā pārliecināt cilvēku, kurš attaisnojas ar šiem iemesliem, lai izvairītos no brīvprātīgā darba:

- Man nav daudz laika.
- Neprotu neko noderīgu.
- Esmu pārāk kautrīgs.
- Man tas nepatiks.
- Tas ir tikai "pakalpiņiem".

Komentāri: Uz klausu skolēnu atbildes un nepieciešamības gadījumā komentē.

3. 6. Joki un jokošana

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Par ko smejas 3. klase?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība "Kādas īpašības piemīt labam draugam?"	1. aktivitāte - "Šķirošana"

Skolēnu darbība: Nākamajai aktivitātei nepieciešams materiāls "Kādas īpašības piemīt labam draugam" (1. materiāls). Skolēni 1. aktivitāti veiks pāros, tāpēc uz pāri nepieciešams viens materiāla eksemplārs.

[3. slaidis] Skolotājs aicina skolēnus padomāt par draugiem, kas šobrīd ir viņu dzīvē, un draudzībām, kas viņiem bijušas agrāk. Pārrunā šādus jautājumus:

- Kādas īpašības piemīt labam draugam?
- Kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi?
- Vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem?
- Kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem?

Skolēni pāros aplūko, kādas īpašības ir uzskaitītas kartītēs izdalītajā materiālā "Kādas ir laba draugs īpašības?" un sašķiro vai sagrupē tās pēc nozīmes. Padomā, kāpēc negatīvās iezīmes sarežģī draudzību? Pievieno sarakstam citas draudzības pozitīvās īpašības, ko var iedomāties. Kopējais aktivitātes laiks 10 minūtes.

Komentāri: Izmantojams 1. materiāls un 3. slaidis.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība "Veidojot draudzību"	Uzsākšana: kas ir vissvarīgākais?

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa apgalvojumus par draudzību, pārrunā tos un izdomā, kurš no tiem ir vissvarīgākais.

- Darīt kaut ko kopā
- Nekritizēt vienam otru
- Atbalstīt vienam otru grūtībās
- Kopā labi pavadīt laiku
- Uzticēt otram savus noslēpumus

Pievieno sarakstam savus apgalvojumus. Skolotājs skolēnu idejas piefiksē uz tāfeles.

Izlasiet citātu: "Labs draugs zina visus tavus interesantākos stāstus, labākais draugs ir izdzīvojis tos kopā ar tevi."

Diskusija: Vai piekrīti šim citātam? Ko autors mēģinājis ar to pateikt? Kopējais aktivitātes laiks 5 minūtes.

Komentāri: Izmantojams 1. materiāls un 2., 3. slaidis.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ir ieinteresēts veidot savu viedokli un uzklaut citu viedokļus, pamana viedokļu atšķirības. Piedalās sarunās, pauž savu viedokli un uzklaut citu viedokli.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību.	1. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko sniegto situāciju un pāros ar blakussēdētāju izveido lomu spēli, parādot, kā šādos apstākļos vajadzētu un kā nevajadzētu reaģēt. Lomu spēlēs galvenā uzmanība jāvelta pozitīvo tikumu aktivizēšanai. Skolēniem, kas vēro lomu spēli, jānosaka, kuri tikumi tiek pielietoti un kā tie veicina pozitīvu situācijas iznākumu.

Dotās situācijas:

- Draugs sāk tevi aiz muguras aprunāt.
- Draugs sāk tevi ķircināt par tavu izskatu.
- Draugs sāk kritizēt tavu uzvedību un sūdzas par to, ko tu dari.
- Draugs sāk pavadīt daudz laika ar citu cilvēku grupu.

4. klase

4. 1. Māju valoda

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Saklausa un skaidro ģimenē un tuvākajā apkārtnē lietotos, no literārās valodas atšķirīgos vārdus, piemēram, sarunvalodas vārdus, aizguvumus, izlokšņu vārdus vai vārdus, kas rada emocionālo ekspresiju. Pamato to lietojumu saziņā

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība Kas ir ģimene?	3. aktivitāte. Dažādas ģimenes

Skolēnu darbība: Skolēni pārrunā grupās:

- Kādus dažādus ģimeņu sastāvus tu vari nosaukt?
- Kas tajās vienāds? Kas tajās atšķirīgs?
- Kā mēs varam izrādīt citu cilvēku ģimenēm cieņu, pat ja tās atšķiras no mūsējās?
-

4. 3. Maizes valoda

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās vizuāli nošķirt tekstā svarīgu informāciju no mazsvarīgas, lietojot sev saprotamu veidu (pasvītrot, apvilkt, izcelt, veidot treknrakstā u. tml.).

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība. Uzturs.	4. aktivitāte. Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: skolēni divas nedēļas veido ēšanas dienasgrāmatu, pierakstot, ko viņi ēd, kad viņi ēd un kā tas viņus ietekmē

Komentāri: Iespējams saīsināt dienasgrāmatas veidošanas laiku, kas būtu atbilstošāk vecumposmam

4. 5. Gadalaiku valoda (kā meklēt un novērtēt informāciju)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās pievērst uzmanību tīmeklī iegūtās informācijas autoram, avotam, lai novērtētu informācijas uzticamību

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Piedāvātas vietnes ziņu novērtēšanai, piem., <http://zapatopi.Net/treeoctopus/>

Izmantojot šo vietni, pārdomājiet, vai ziņas ir patiesas vai viltus! Pārrunājiet atbildes grupā!

- Vai bija viegli noteikt, vai ziņas ir patiesas vai viltus? Paskaidro, kāpēc!

- Vai bija kādas pazīmes, kas liecināja, ka ziņas nav patiesas?
- Kā tu juties, uzzinot, ka ziņas, kam sākumā ticēji, izrādījās nepatiesas?

Komentāri: Iespējams atlasīt vietni, kas atbilstošāka 4. kl.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	2. nodarbība. Kas padara ziņu patērētāju tikumīgu?	1. aktivitāte. Izvairīšanās no viltus ziņām

Skolēnu darbība: Skolotājs pārrunā ar skolēniem iepriekšējā nodarbībā aplūkotos viltus ziņu piemērus un to radītās sekas, turpinot diskusiju: "Kā tu varētu izvairīties no viltus ziņām?"

4. 6. Telefonsarunu

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030):valoda (kā izteikt savu viedokli)" Veido ieradumu atklāti paust un aizstāvēt savus uzskatus, ja nepieciešams, izteikt arī nepopulāru viedokli. (Tikumi – atbildība, drošība, taisnīgums; vērtība – brīvība)

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Tu esi ezis vai degunradzis?	2. aktivitāte. Tu esi ezis vai degunradzis?

Skolēnu darbība: iepazīšanās ar dažādiem personības tipiem konfliktos (ar video palīdzību)

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība. Situācijas, kurās abas puses ir ieguvējas	1. aktivitāte. Sakāpināšana un mazināšana

Skolēnu darbība: Izmantojot darba lapu, skolēni pāros vai nelielās grupās sagrupēt apgalvojumus darbībās, kas sakāpina, un darbībās, kas mazina konfliktu

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	3. nodarbība. Mediatori	Kopīgā noslēguma apspriede. Vienaudži-mediatori

Skolēnu darbība: Skolotājs pārrunā ar bērniem, vai skolā ir vienaudžu-mediatoru programma, vai viņi var to reklamēt ar plakātiem vai sanāksmēs. Ja ne, vai var uzrakstīt vēstuli direktorei, ierosinot šādu programmu izveidot?

5. klase

5.2. Tas nav kino, tā ir dzīve (saziņas situācijai atbilstošo valodu)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Attīsta ieradumu uzmanīgi uz klausīt saziņas partneru izteikumus diskusiju laikā, būt iecietīgam pret atšķirīgiem viedokļiem. (Tikumi – atbildība, tolerance; vērtība – cilvēka cieņa).

Atbilstības atslēgas vārds: stress

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Stress	3. nodarbība Atbalsts cilvēkiem, kas izjūt stresu	1. aktivitāte. Stāties pretī savām bailēm vai bēgt no tām?

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izrunāt šādus jautājumus:

Kad jūtam stresu un trauksmi, mēs bieži varam izvēlēties – stāties savām bailēm pretī vai bēgt no tām. Kādas ir šo abu lēmumu sekas īstermiņā un ilgtermiņā?

5.3. Vārdi manā ģimenē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās diskutēt, izvirzot pretējus argumentus un pamatojot to

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: Palīdziet skolēniem iztēloties savu ģimeni un padomāt par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni? Kādi šie cilvēki ir? Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni? Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Mudiniēt bērnus padomāt par tikumiem ģimenē!

- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē? Vai ir kādi tikumi, kas tev ģimenē jāpauž? Kā tu tos izmanto?

Aiciniet skolēnus pārrunāt pāros viņu ģimenes īpatnības, kādu labumu viņi sniedz citiem ģimenes locekļiem, piemēram, kā viņi palīdz cits citam un kā izrāda pateicību vecākiem par saņemto mīlestību un rūpēm!

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	2. nodarbība Lomas ģimenē	1. aktivitāte. Par ko tu esi pateicīgs?

Skolēnu darbība: Skolēniem jāuzraksta 3 lietas, par ko viņi ir pateicīgi savām ģimenēm. Aiciniet viņus izdomāt, kas viņu ģimenē ir unikāls, un pārrunāt savas idejas pāros ar klases biedru!

5. 4. Manas ielas/pagasta vēstījums

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Prot grupēt informāciju pēc pašu noteiktiem kritērijiem, salīdzināt, saskatīt kopīgo un atšķirīgo.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	3. nodarbība Kopiena, daudzveidība un dažādība	Ierosme. Atslēgvārdi

Skolēnu darbība: Aicina skolēnus aplūkot prezentācijas slaidā un materiālā piedāvāto tabulu ar atslēgas vārdiem un sameklēt (savienot) tiem atbilstošās definīcijas.

Komentāri: izmantojams arī 1. materiāls

5. 5. Spēlējas, spēlējas, kamēr sāk spēlēt (sasaistīt teksta saturu ar vizuālo noformējumu)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Raksta dažādus tekstus, apzināti pievēršot uzmanību teksta uzbūvei un vizuālajam noformējumam, atbilstīgai saziņas adresātam, nolūkam, teksta žanram.

Atbilstības atslēgas vārds: reklāmas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	2. nodarbība - Tiešsaistes azartspēles, impulsivitāte un atliktais gandarījums	3. aktivitāte. Reklāmas

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko un apspriež tiešsaistes azartspēļu reklāmas un to paņēmieni

6. klase

6. 1. Informācijas ieguve, apstrāde, tālāk nodošana

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Apkopo informāciju no tematiski saistītiem avotiem atbilstoši mērķim. Nošķir nepieciešamo no liekā, svarīgo no mazsvarīgā; vērtē informācijas ticamību. Sakārto to noteiktā secībā vai veidā. {

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība Kas ir viltus ziņas?	1. aktivitāte. Ziņu avoti

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem padomāt, kur viņi iegūst jaunākās ziņas.

- Kā viņi tās iegūst?
- Kādus avotus vai formātu viņi izmanto visbiežāk?
- Kādas var būt priekšrocības un trūkumi ziņu iegūšanai tavos iecienītākajos avotos?

Ieteicams pārrunāt visus jautājumus, kas rodas, lasot ziņas dažādās ziņu platformās.

Atbilstības atslēgas vārds: internets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	1. nodarbība Gudra tehnoloģiju izmantošana	1. aktivitāte. Ko tehnoloģijas mums nodara?

Skolēnu darbība: Skolotājs turpina diskusiju:

- Vai tehnoloģiju izmantošana var būt kaitīga?
- Kā tā var mums kaitēt?
- Kādas ir pieaugušo bažas par jauniešu tehnoloģiju izmantošanas paradumiem?
- Vai šīs bažas ir pamatotas vai pārspīlētas?

Kādos veidos tehnoloģijas var "iesūkt" cilvēku? Vai tas var radīt kaitējumu?

Komentāri: Labs atbalsts diskusijai ir arī 1.-4. slaidis prezentācijā

6. 3. Modes daudzveidīgā pasaule (piedalīties diskusijā)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mācās iesaistīties diskusijā, paužot savu viedokli un pamatojot to ar piemēriem, faktiem. • Mācās diskusijā uzklaut citus viedokļus.

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Kā rodas konflikti?	2. aktivitāte. Kāpēc rodas konflikti?

Skolēnu darbība: Divās minūtēs skolēni izveido sarakstu, norādot personīgus iemeslus, kāpēc cilvēks varētu nonākt konfliktā ar kādu citu! Nosauc kādu no pierakstītiem iemesliem!

Pēc tam skatās 5. slaida sarakstu un diskutē par "Kāda ir skolēnu pieredze attiecībā uz šo sarakstu?"

Komentāri: Piedāvāti arī ierosmes jautājumi diskusijai

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība. Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	1. aktivitāte. Konflikti sabiedrībā

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem pārdomāt dažādus konfliktus sabiedrībā. Tie var būt starptautiski konflikti un kari, kā arī noziegumi, kas izdarīti, draudot ar nazi vai ieroci. Diskusija:

- Vai vari atcerēties kādus piemērus, kur ar konfliktiem saistītie jautājumi aplūkoti ziņās?
- Kas ierosināja notikuma saasināšanu?
- Vai šajā situācijā kāds ir mēģinājis mazināt problēmu? Ja jā, tad kā?
- Vai vari atsaukt atmiņā piemērus (plaši zināmus vai tev personīgi zināmus), kur kādam cilvēkam izdevies mazināt sarežģītas situācijas nopietnību? Ja jā, tad kā?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību	Ierosme. Kas ir vissvarīgākais?

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa apgalvojumus par draudzību, pārrunā tos un izdomā, kurš no tiem ir vissvarīgākais. Pievieno sarakstam savus apgalvojumus. Izlasa citātu: "Labs draugs zina visus tavus interesantākos stāstus, labākais draugs ir izdzīvojis tos kopā ar tevi."

Diskusija: Vai piekriti šim citātam? Ko autors mēģinājis ar to pateikt?

6. 4. Zvaigznes visapkārt (intervija)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Nosaka informācijas (raksta, video sižeta) tematu, adresātu, nolūku, galvenos verbālos un neverbālos saziņas līdzekļus, kas izmantoti teksta veidošanā un papildināšanā.

Atbilstības atslēgas vārds: etaloni - Ikaunieci

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība - Fiziskās aktivitātes	4. aktivitāte. Laura Ikaunieci

Skolēnu darbība: Iepazīstas ar interviju un pārrunā:

- Kādi šķēršļi savā sportistes karjerā bija jāpārvar Laurai?
- Kāpēc tas bija tik nozīmīgs pārbaudījums?
- Kādi tikumi Laurai Ikaunieci bija jāizmanto, lai sasniegtu savus mērķus?
- Ko tu vari īstenot savā dzīvē, iedvesmojoties no stāsta par Lauru?
-

7. klase

7. 1. Uz priekšu, apmaldoties un jaunus ceļus meklējot

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veic(raksta) iegūtās informācijas novērtējumu

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība - Fiziskās aktivitātes	4. aktivitāte. Laura Ikaunieci

Skolēnu darbība: Skolēnu darbība: Iepazīstas ar interviju un pārrunā:

- Kādi šķēršļi savā sportistes karjerā bija jāpārvar Laurai?
- Kāpēc tas bija tik nozīmīgs pārbaudījums?
- Kādi tikumi Laurai Ikaunieci bija jāizmanto, lai sasniegtu savus mērķus?
- Ko tu vari īstenot savā dzīvē, iedvesmojoties no stāsta par Lauru?

7. 2. Es, mani draugi un draugu draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumu pieklājīgi izturēties diskusiju laikā, uz klausīt un izvērtēt dažādus viedokļus, skaidri un korekti izteikt savus argumentus, iebildumus vai kritiku. (Tikumi – gudrība, tolerance, savaldība; vērtības – cilvēka cieņa, kultūra)

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība Emocionālā veselība	4. aktivitāte. Labklājības forums

Skolēnu darbība: Skolēniem jāiedomājas, ka viņš ir skolas padomdevējs labklājības jautājumos un viņa pienākums ir sniegt padomu jauniešiem, lai palīdzētu izturēt pārbaudījumus, ar ko viņi saskaras.

Aiciniet skolēnus: "Izvēlies vienu situācijas aprakstu un uzraksti šim cilvēkam vēstuli, sniedzot ieteikumus, kā veiksmīgi pārvarēt sarežģītos apstākļus! Apdomā, kādi tikumi šajā situācijā viņam būtu jāattīsta. Kā viņi varētu tos attīstīt?"

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kas tev ir svarīgi attiecībās?" Lūdziet skolēniem izlasīt variantus prezentācijā un novērtēt tos skalā no "pilnīgi nepiekrītu" līdz "pilnīgi piekrītu". Skolēniem jāpilda šis uzdevums klusumā, veidojot personīgo refleksiju. Tad saruna.

7. 3. Vārda spēks (formālā saziņa)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Novērtē formālās un neformālās saziņas atšķirības; izmanto savas prasmes, īstenojot formālo un neformālo saziņu

Atbilstības atslēgas vārds: demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Demokrātija	1. nodarbība. Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	2. aktivitāte. Vēstuli rakstīšana deputātiem

Skolēnu darbība: Kuri jautājumi, kas skar vietējo kopienu, ir būtiski tev? Pierakstiet idejas uz tāfeles!

Grupās izpētiet vienu no šiem jautājumiem un izveidojiet vēstuli kādam no deputātiem! Jūs varat izmantot arī vietnes

https://titania.saeima.lv/Personal/Deputati/Saeima13_DepWeb_Public.nsf/deputies?OpenView&lang=LV&count=1000 un <https://satori.lv/article/baibas-rubesas-atklata-vestule-Saeimas-deput%C4%81tiem>

7. 4. Sociālie tīkli un tīklošanās

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Mērķtiecīgi meklējot un kritiski izvērtējot dažādus tekstus, var izmantot savu tekstu radīšanas vai tīklošanās (t. sk. dalīšanās) nolūkā.

Atbilstības atslēgas vārds: internets

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	1. nodarbība Palikt drošībā	Ierosme. Tests

Skolēnu darbība: Skolotājs rāda testu par sociālajiem tīkliem ekrānā un aicina skolēnus pārdomāt savas atbildes, tās fiksējot uz kādas lapiņas, ko skolotājs skolēniem var izdalīt aktivitātes sākumā.

Aktivitātes turpinājumā būs nepieciešams 1. materiāls "Palikt drošībā" 1. lapa, kur atrodas atbildes uz jautājumiem. Pirms aktivitātes turpinājuma skolotājs aicina skolēnus uz lapas uzrakstīt savu vārdu un uzvārdu.

Skolēni salīdzina savas atbildes testā ar atbilžu lapu.

Skolotājs pārrunā ar skolēniem, kurus sociālos tīklus skolēni izmanto un kādus riskus sociālo tīklu izmantošana rada.

Komentāri: Ieteicams turpināt aktivitāti ar : Noskatās video

<https://www.youtube.com/watch?v=0I8IbjXe5EM> (9 minūtes) un atbild uz jautājumiem:

- Kādas sociālo tīklu pozitīvās un negatīvās puses šajā video parādītas?
- Kādi ieteikumi sniegti šajā video, lai mazinātu sociālo tīklu negatīvo ietekmi?

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Sociālie tīkli	2. nodarbība. Fiziskais paštēls	2. aktivitāte. Aiz pašbildes

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izvēlēties vienu no situācijas aprakstiem un kopā pārrunā šos jautājumus:

- Kas varētu notikt katra cilvēka prātā?
- Kādas sajūtas un emocijas viņš varētu piedzīvot?
- Kā tiešsaistes pieredze var ietekmēt viņa fizisko paštēlu un pārliecinātību par savu ķermeni?
- Veselība ir daudz svarīgāka par kosmētikas lietošanas vai matu sakārtojumu tendencēm sociālajos tīklos. Kāpēc tas tā ir?
- Vai kāda cilvēka profils tiešsaistē ir tiešs viņa personības atspoguļojums?
- Ko dažkārt cilvēki dara, lai radītu nevainojamu pašbildi? Kāpēc?

Komentāri:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	1. nodarbība .Gudra tehnoloģiju izmantošana	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju:

- Kā tehnoloģiju izmantošana ietekmē tavu ikdienas dzīvi gan pozitīvi, gan negatīvi?
- Kuras tavas vajadzības apmierina tehnoloģiju izmantošana?
- Kādus vārdus tu izmantotu, lai aprakstītu savas sajūtas par tehnoloģiju izmantošanu?

Pārrunā šos jautājumus pāros ar klasesbiedru, tad apkopo idejas klasē.

Komentāri: Kolēģu komentāri:

“Darbu pāros aizstāju ar diskusiju visai klasei, lai ekonomētu laiku, arī Word dokumentu ar tekstu ievietoju mykoob pielikumā un aicināju skolēnus jau pirms tam iepazīties ar to. Klātienē noteikti varētu īstenot arī pāru darbu un kopumā process noritētu raitāk.”

“Ievadnodarbībai ir ļoti labi materiāli (līdz 4. slaida), pārējās aktivitātes prasa kādu tehnoloģisko rīku vai platformu ieviešanu, lai padarītu atraktīvāku nodarbību.”

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	2. nodarbība. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	1. aktivitāte. Reputācija tiešsaistē

Skolēnu darbība: Skolotājs pastāsta, ka labu reputāciju var izveidot gan tiešsaistē, gan dzīvē. Kādās dažādās dzīves jomās mēs varam izkopt savu reputāciju tiešsaistē?

- Kādu informāciju par sevi mēs ikdienā publicējam tiešsaistē (izmantojot foto, video, blogus, komentārus, sociālos tīklus)?
- Kāda informācija varētu sabojāt cilvēka reputāciju tiešsaistē? Vai vari nosaukt piemērus?

Skolotājs atgādina, ka ir svarīgi paturēt prātā, ka visa tiešsaistes saziņa ir publiska. Viss, ko cilvēks publicējis tiešsaistē, visticamāk, pastāvēs tur vienmēr.

Skolēni pārrunā savas idejas pāros ar klases biedru un sniedz dažus piemērus no savas dzīves.

Komentāri: Iespējams, kā mācību materiāls var tikt izmantots šis avots par digitālo veselību.

<https://www.skolanakotnei.lv/digitala-veseliba/>

Arī kādi pazīstami video par digitālo tehnoloģiju ietekmi uz mūsdienu cilvēku, kā, piemēram,

https://satori.lv/article/zalgavja-7-serija-dzive-digitalaja-troksni?fbclid=IwAR20dZeHjpAixCbQwJvxfbqxt_vaNiUt0bAI4HXiob4HmfjnhQeB-xt9eQ.

7. 5. Avīžu un žurnālu valoda

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Meklē informāciju presē, salīdzina dažādus preses izdevumus un to sniegto informāciju, lai izteiktu viedokli, veidotu secinājumus.

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā pārskatīt vietni un uzrakstīt iemeslus, kāpēc šī varētu būt viltus ziņu vietne: <http://zapatopi.Net/treeoctopus/> Pārrunāji savas idejas grupā!

Izmantojot šo vietni, pārdomāji, vai ziņas ir patiesas vai viltus! Pārrunāji atbildes grupā!

- Vai bija viegli noteikt, vai ziņas ir patiesas vai viltus? Paskaidro, kāpēc!
- Vai bija kādas pazīmes, kas liecināja, ka ziņas nav patiesas?
- Kā tu juties, uzzinot, ka ziņas, kam sākumā ticēji, izrādījās nepatiesas?

Komentāri: Nodarbībā ir piedāvātas vēl arī citas vietnes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	2. nodarbība. Kas padara ziņu patērētāju tikumīgu?	3. aktivitāte. Domāšanas jautājumi

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izlasīt materiālu par viltus ziņu ietekmi uz demokrātiju (<https://lvportals.lv/norises/287732-demokratija-un-viltus-zinas-2017>

- ieteicams lasīt sadaļu "īsumā") un pārrunāt problēmjautājumus pārī ar klasesbiedru.
- Vai cilvēki var pieņemt būtiskus lēmumus, ja viņiem pieejamā informācija nav uzticama?
- Vai vairākam vienmēr ir taisnība?
- Kāda ir plašsaziņas līdzekļu nozīme demokrātijā?
- Vai līderim ir vienmēr jāieklausās cilvēkos?

Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus grupās vai pāros un tad dalīties ar savām idejām klasē!

8. klase

8. 1. Dzīve šeit un tīmeklī

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Valoda, kurā notiek komunikācija ar citiem, ir personības vizītkarte, kas veido un ietekmē saziņas partneru attiecības.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaiste

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	1. aktivitāte. Ko tehnoloģijas mums nodara?

Skolēnu darbība: Diskusija:- Vai tehnoloģiju izmantošana var būt kaitīga?- Kā tā var mums kaitēt? -Kādas ir pieaugušo bažas par jauniešu tehnoloģiju izmantošanas paradumiem?-Vai šīs bažas ir pamatotas vai pārspīlētas? Kādos veidos tehnoloģijas var "iesūkt" cilvēku? Vai tas var radīt kaitējumu? Aicina skolēnus noskatīties video par jauniešu atziņām tehnoloģiju izmantošanā:

Komentāri: Saites uz video nodarbības aprakstā

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	2. nodarbība. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	4. aktivitāte. Rīcības plāns tiešsaistes reputācijas veidošanai

Skolēnu darbība: Skolēni aizpilda rīcības plāna lapu. Analizē Daniela platformu. Pārrunā problēmjautājumus, kuri rodas, aplūkojot šo rīcības plānu!

Jāpaskaidro, ka Danielam nevajadzētu publicēt šos ierakstus:

- video, kurā viesnīcas apmeklētājam gadās kļūme – pasmiešanās par kādu tiešsaistē, īpaši bez šī cilvēka atļaujas, neatstās labu iespaidu par Danielu;
- atvainošanās par lidojuma aizkavēšanu – Danielu tas var šķist smieklīgs stāsts, tomēr vai viņš tiešām vēlas, lai visi, tostarp jaunais priekšnieks, uzzinātu, ka viņš ir bezatbildīgs? Ja viņš patiešām vēlas atvainoties, viņam vajadzētu sazināties ar lidsabiedrību.

Skolēni pievieno savas idejas, kā pozitīva reputācija tiešsaistē palīdzēs sasniegt personīgos mērķus skolā, meklējot darbu, tālākā izglītībā, darbā, tiekot izraudzītam par kandidātu vadošā amatā utt.

Komentāri:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tiešsaistes pasaule	1. nodarbība. Tiešsaistes azartspēles un atkarība	1. aktivitāte. Tiešsaistes azartspēļu statistika

Skolēnu darbība: Aplūko prezentācijā sniegtos datus par tiešsaistes azartspēļu statistiku Lielbritānijā un Latvijā! Kas Tevi šajā informācijā pārsteidza? Kāpēc?

Rādiet skolēniem šādus jautājumus prezentācijā:

- Kāds ir tavs viedoklis vai pieredze par tiešsaistes azartspēlēm?
- Vai ir kaut kas, ar ko esi saskaries agrāk? Ja jā, kur un kā?
- Kādās platformās vai ierīcēs tiešsaistes azartspēles ir redzamākas, piemēram, sporta vietnēs?
- Kāpēc, tavuprāt, tiešsaistes azartspēles šajās platformās ir nozīmīgas?
- Kā tiešsaistes azartspēles "iesūc" cilvēkus? Kā un kāpēc tā varētu būt problēma?

Aiciniet skolēnus pārrunāt šos jautājumus ar klasesbiedru! Atceries, ka šie jautājumi ir diezgan personiski! Nevienam nav jāatklāj informācija, ja viņš nejūtas ērti.

Komentāri: 4-6 slaidi

8. 2. Miers un konflikti

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Klausoties un skatoties intervijas, saprot, interpretē un izvērtē dzirdēto informāciju, runātāju viedokli par galveno tematu. Pamana un raksturo saziņas dalībnieku attieksmi viena pret otru. Analizē un vērtē dzirdēto un redzēto, argumentējot savu viedokli.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	4. aktivitāte. Labklājības forums

Skolēnu darbība: Skolēniem jāiedomājas, ka viņš ir skolas padomdevējs labklājības jautājumos un viņa pienākums ir sniegt padomu jauniešiem, lai palīdzētu izturēt pārbaudījumus, ar ko viņi saskaras.

Aiciniet skolēnus: "Izvēlies vienu situācijas aprakstu un uzraksti šim cilvēkam vēstuli, sniedzot ieteikumus, kā veiksmīgi pārvarēt sarežģītos apstākļus! Apdomā, kādi tikumi šajā situācijā viņam būtu jāattīsta. Kā viņi varētu tos attīstīt?"

Komentāri:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	3. aktivitāte. Attiecību pazīmes

Skolēnu darbība: skolēni pāros domā piemēru, kā katra no šīm attiecību pazīmēm var praksē kļūt veselīga vai neveselīga!

1. Kopīga laika pavadīšana.
2. Savstarpēji pazīstami ģimenes locekļi un draugi.
3. Daudz kopīga.
4. Atklātība un godīgums.
5. Pozitīvas emocijas.
6. Savstarpēja sapratne un cieņa.

Lai palīdzētu skolēniem saprast, ka attiecības var būt gan veselīgas, gan neveselīgas, sniedziet kādu piemēru! Piemēram, dāvanu dāvināšana ir patiešām jauka rīcība, lai parādītu, ka tu novērtē cilvēku un rūpējies par viņu, īpaši, ja esi rūpīgi padomājis par dāvanu un pielicis daudz pūļu, lai to pagatavotu vai atrastu. Tomēr, ja dāvanas tiek pasniegtas, gaidot kaut ko pretī, vai lai liktu dāvanas saņēmējam justies parādā, tas var būt neveselīgi vai var tikt uzskatīts par šantāžu.

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Kā rodas konflikti?	1. aktivitāte. Konflikta kāpinātājs

Skolēnu darbība: Lomu spēles mērķis ir reflektēt par to, kā sākotnēji maza nesaskaņa var pāraugt lielā konfliktā. Skolotājs lūdz diviem skolēniem izspēlēt situāciju, kurā diviem cilvēkiem pēc piezīmes izteikšanas gaitenī rodas nesaskaņas, kas tiek sakāpinātas, pasliktinot situāciju.

- Kādas bija konflikta stadijas?
- Kā situācija saasinājās? Kas to sakāpināja?

Papildus skolotājs var piedāvāt noskatīties video par vienu no konflikta situācijām [no 5:00]:

https://www.youtube.com/watch?v=TsVSUMr2TAY&ab_channel=PuMPuRS

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība. Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	3. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izlasīt morālo dilemmu un atbildēt uz jautājumiem:

- Kāda problēma saskatāma?
- Kādi tikumi šeit iesaistīti?
- Kāda ir saprātīga rīcība? Vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?
- Kā tu rīkotos šajā situācijā?
- Vai esi pieredzējis šādu situāciju?

8. 3. Stiprums un vājums

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Pašveidoti saraksti un vārdnīcas palīdz labāk izprast valodas attīstību un bagātina vārdu krājumu.

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6. klase	Rīku kaste	Kas ir tikumi; kā tikumi attīstās	1. aktivitāte. Tikumu definīcijas

Skolēnu darbība: Iedodiet skolēniem tikumu sarakstu (1. materiāls, 1. lpp.) un aiciniet savienot tikumus ar atbilstīgajiem aprakstiem!

Pēc tam skolēniem jāizvēlas 3 no dotajiem tikumiem un jāapraksta, kā tos var izmantot skolas vidē. Komentāri: kolēģu ieteikumi: "Tikumus sasaistīju ar valodas gramatikas jautājumu – īpašības vārdiem." Un "Uzdevumos var izmantot spēļu elementus, kā no puzzles gabaliņiem izveidot tikumu nosaukumus. Nepazīstamo vārdu nosaukumus meklēt elektroniskā vārdnīcā."

8. 6. Krustceles un jauni ceļi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): **Patstāvīgi izvērza mērķi** un organizē teksta plānošanas procesu, izvēloties sev piemērotu ideju un domu pieraksta veidu.

Atbilstības atslēgas vārds: nākotne

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne	1. nodarbība. Laba dzīve	2. aktivitāte. Labas dzīves pazīmes

Skolēnu darbība: Skolēni uzraksta uz 3 lapām "Ļoti svarīgi", "diezgan svarīgi", "nav svarīgi" un secīgi piestiprina tās klases priekšā. Aiciniet skolēnus nostāties pie tās lapas, kura, viņuprāt, atspoguļo tālāk minēto aspektu nozīmi labas dzīves veidošanā!

- Liela alga
- Ilgstošas attiecības ar vīru/sievu
- Daudz draugu
- Būt ietekmīgam
- Būt radošam

Mudiniet skolēnus aizstāvēt savu viedokli un uzklaut pretējus viedokļus un prasīt to pamatojumus! Ko skolēni uzskata par svarīgām labas dzīves sastāvdaļām?

Komentāri:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne	2. nodarbība. Kas tevi dzīvē sagaida?	1. aktivitāte. Dzīves ritējums

Skolēnu darbība: 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?"

Komentāri: Tiek piedāvāta vēl arī papildu aktivitāte šai

9. klase

9. 1. Sociālo mediju lietošana profesionālos nolūkos (kritiski izvērtēt, izmantot profesionāli)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Nosaka pazīmes, pēc kurām vērtēt informācijas uzticamību, analizē informāciju no tās ticamības aspekta; min piemērus; atpazīst dezinformāciju pēc noteiktiem kritērijiem.

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	1. aktivitāte. Ziņu avoti

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem padomāt, kur viņi iegūst jaunākās ziņas.

- Kā viņi tās iegūst?

- Kādus avotus vai formātu viņi izmanto visbiežāk?
 - Kādas var būt priekšrocības un trūkumi ziņu iegūšanai tavos iecienītākajos avotos?
- Ieteicams pārrunāt visus jautājumus, kas rodas, lasot ziņas dažādās ziņu platformās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	2. nodarbība. Kas padara ziņu patērētāju tikumīgu?	2. aktivitāte. Kāpēc tik daudz runā par viltus ziņām?

Skolēnu darbība: Meklē internetā viltus ziņu piemērus.

- Kāpēc šie viltus ziņu piemēri ir nozīmīgi?
- Kādos veidos šie piemēri parāda iesaistīto pušu tikumu trūkumu?
- Kādas negatīvās rakstura iezīmes piemīt iesaistītajiem cilvēkiem?

Komentāri: Piedāvāto materiālu var integrēt ar latviešu valodas stundu. Piemēram, skolēnam iejūsties žurnālista lomā un sagatavot rakstu par aktuālu tēmu."

"Materiāls sagatavots profesionāli, taču ieteiktu dažiem tematiem video sagatavot atbilstoši tautībai, valstij, kurā atrodamies."

Atbilstības atslēgas vārds: sociālie tīkli

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	2. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība:] Skolotāja aicina izlasīt informatīvo materiālu (1. materiāls) par laiku, kas pavadīts pie ekrāna, un pārrunāt problēmjautājumu ar klasesbiedru:

-Kādas priekšrocības un/vai ieguvumus sniedz iespēja jebkurā laikā pieslēgties internetam?

Izveido dienasgrāmatas ierakstu, atspoguļojot savu pieredzi par tehnoloģiju izmantošanu ikdienas dzīvē un pārdomājot, kuriem tehnoloģiju lietošanas paradumiem būtu jāpievērš uzmanība.

Komentāri: Piedāvātais teksts ir ar augstu grūtības pakāpi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	2. nodarbība. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	1. aktivitāte. Reputācija tiešsaistē

Skolēnu darbība: Skolotājs pastāsta, ka labu reputāciju var izveidot gan tiešsaistē, gan dzīvē. Kādās dažādās dzīves jomās mēs varam izkopt savu reputāciju tiešsaistē?

- Kādu informāciju par sevi mēs ikdienā publicējam tiešsaistē (izmantojot foto, video, blogus, komentārus, sociālos tīklus)?

- Kāda informācija varētu sabojāt cilvēka reputāciju tiešsaistē? Vai vari nosaukt piemērus?

Skolotājs atgādina, ka ir svarīgi paturēt prātā, ka visa tiešsaistes saziņa ir publiska. Viss, ko cilvēks publicējis tiešsaistē, visticamāk, pastāvēs tur vienmēr.

Skolēni pārrunā savas idejas pāros ar klases biedru un sniedz dažus piemērus no savas dzīves.

9. 4. Miera un konfliktu valoda (dialogs un komunikācija)

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Apzināti izvēlas valodas līdzekļus atbilstoši saziņas situācijai un izteikumu mērķim (piemēram, paslavēt, atvainoties, izteikt atzinību, līdzjūtību, lūgumu, atteikumu, pateicību); ievēro runātāja un klausītāja kultūru.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Pārvarēt sēras.	1. aktivitāte. Reagēt saskarsmē ar citiem

Skolēnu darbība: Diskusija "Kā tu varētu reaģēt, satiekoties ar draugu vai kādu cilvēku, kurš pārdzīvo smagu zaudējumu vai izjūt sēras par kāda pazušāno no viņa dzīves?" Pārrunā savas idejas pārī ar klases biedru, un pēc tam dalieties ar tām grupā!

Izveidojiet lomu spēli un izspēlējiet situāciju starp diviem draugiem, no kuriem viens piedzīvojis zaudējumu, parādot reakcijas, kas varētu būt pieņemamas šādā situācijā!

- Kādus tikumus tu varētu paust, reaģējot uz kāda cilvēka sērām?
- Kāpēc šie tikumi ir tik būtiski situācijās, kad cilvēks piedzīvo sēras un sāpes?

Skolotājs sniedz ieteikumus, piemēram:

- klausīties bez nosodījuma;
- nemēģināt situāciju padarīt labāku;
- ļaut cilvēkiem skumt tā, kā viņi to vēlas;
- dot cilvēkam laiku un telpu;
- nemēģināt kontrolēt cilvēka emocijas.

Komentāri:

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	3. nodarbība. Vienaudžu izdarītais spiediens.	Ierosme

Skolēnu darbība: "Kas ir vienaudžu izdarīts spiediens?" skolēni pāros izdomā definīciju.

Skolotājs parāda definīciju, vārdnīcā "vienaudžu izdarīts spiediens" tiek skaidrots šādi:

"Spēcīga grupas ietekme, īpaši bērnu vidū, nosakot, ka ikvienam grupas loceklim ir jāuzvedas tieši tāpat kā visiem pārējiem."

Skolotājs pajautā: "Vai vari izdomāt piemēru, kur esi sajutis vienaudžu izdarītu spiedienu? Kādēļ tas bija grūti?". Skolotājs piedāvā dalīties ar dažiem piemēriem klasē un pārrunāt, kāpēc ir grūti pretoties vienaudžu izdarītam spiedienam.

Atbilstības atslēgas vārds: pārbaudījumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	1. nodarbība. Sastopoties ar pārbaudījumiem	1. aktivitāte. Kādi pārbaudījumi var mums būt noderīgi?

Skolēnu darbība: Pārrunā ar klases biedru, kā problēmu risināšana vai saskaršanās ar pārbaudījumiem liek tev justies! Kā tas veicina tavu pašauzanos uz savām spējām? Kā tas tev ļauj augt un attīstīties? Uzraksti situācijas aprakstu, norādot, ar kādu pārbaudījumu tu saskaries, kādas bailes tev bija jāpārvar un kādas emocijas tu izjuti! Pārdomā, kādus citus pārbaudījumus tu varētu piedzīvot atšķirīgos apstākļos.

Komentāri: Ir kolēģu ieteikumi darbam attālināti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2.nodrabība. Pašcieņa	4. aktivitāte. Kā var attīstīt pašcieņu?

Skolēnu darbība: Izveido sarakstu, iekļaujot lietas, ko mēs sev vai citiem sakām vai darām un kas pašcieņas spainī izdur caurumiņus! Pieliec šo sarakstu pie sienas atgādinājumam!

Tas ir saraksts ar lietām, ko mēs varam darīt, lai aizsargātu, paaugstinātu vai atjaunotu savu pašcieņu. Pārrunājiet katru punktu šajā sarakstā! Kā katra no šīm lietām varētu veicināt pašcieņas stiprināšanos? Vai vari izdomāt kādus papildu ieteikumus?

Komentāri: Plašāku aktivitātes aprakstu skatīt nodarbībā.

Mazākumtautību skolām - latviešu valoda un literatūra 1. -9. klasei

1. klase

1.1. MĒS SKOLĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā nosaukt skolā esošos priekšmetus?

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena - skola

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	Uzsākšana: skolas kopiena.

Skolēnu darbība: Aiciniet bērņus uzminēt šīs dienas nodarbības tēmu. Pēc tam varat parādīt attēlus/priekšmetus, kas norāda uz piederību grupīņai un pirmsskolas izglītības iestādei.

Komentāri: Pirmsskolas izglītības iestādes nosaukums, simbolika, grupīņas nosaukums, vienojošā dziesma, iespējams, apģērbs utt. – līdzīgi var būt arī sākumskolā.

1.1. MĒS SKOLĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā sasveicināties un iepazīties?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Draugi	2. nodarbība. Jaunu draugu iegūšana.	1. aktivitāte. Draugu iegūšana.

Skolēnu darbība: Vai atceries, kā iepazīties ar saviem draugiem? Kas notika? Kā mēs iegūstam jaunus draugus?

Izpēlējiet 2 īsas situācijas (vienu kā labo piemēru, otru kā sliktu) ar kādu no bērņiem. Piemēram,

1. Pieejiet pie bērņa uzsmidiet, sasveicinieties un piedāvājiet ar kaut ko padalīties vai aiciniet iet spēlēties.
2. Pieejiet pie bērņa ar neapmierinātu sejas izteiksmi, mazliet uzgrūdieties virsū, vai tēlojat, ka cenšaties kaut ko atņemt.

Pēc tam ar bērņiem pārrunājat šīs situācijas. Noskaidrojiet, kādi ir viņu ieteikumi, kā iegūt draugus?

- Kādi tikumi, tavuprāt, nepieciešami, lai iegūtu jaunus draugus?
- Vai tev ir vēl kādas idejas, kā tu varētu sadraudzēties?

1.1. MĒS SKOLĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā sasveicināties un iepazīties?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	2. nodarbība. Kā rīkojas labi draugi?	Kopīgā noslēguma apspriede: refleksija.

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju: Ko šajā nedēļā esi darījis, lai būtu labs draugs? Kādus tikumus tu pielietoji?

Komentāri: Diskusija par tikumiem: Kuri tikumi tevi padara par labu draugu? - Izvēlies vienu tikumu, ko tu vēlētos attīstīt un kas palīdzētu stiprināt tavas draudzības. Ko tu šodien vari izdarīt, lai praktizētu šo tikumu?

1.2. MĒS MĀJĀS

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par savu ģimeni

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	2. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz bērniem uzzīmēt savu ģimeni un atbildēt uz šiem jautājumiem:

- Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?
- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?

Komentāri: Skolotājs lūdz bērniem parādīt savu zīmējumu partnerim, ja bērni neiebilst. Atkārtojiet iepriekšējās aktivitātes diskusiju par cieņas izrādīšanu citiem cilvēkiem un viņu ģimenēm. Vai ir kādas līdzības/atšķirības starp pašu bērnu ģimenēm?

1.2. MĒS MĀJĀS

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par savu ģimeni

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene.	1. aktivitāte. Kādi cilvēki ir tavā ģimenē?

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz bērniem uzzīmēt savu ģimeni, norādot ģimenes locekļus. Bērni var iekļaut arī mājdzīvniekus, paplašinātās ģimenes locekļus, bērniem svarīgus pieaugušos, kas par viņiem rūpējas. Lūdziet bērniem izvēlēties tikumu, kas vislabāk atbilst katram ģimenes loceklim (piemēram, laipns, dāsns, drosmīgs). Lūdziet bērniem parādīt savus zīmējumus partnerim vai nelielās grupās, ja bērni neiebilst.

Komentāri: Diskusija: Kādi cilvēki ir tavā ģimenē? Kādas īpašības piemīt taviem ģimenes locekļiem?

1.2. MĒS MĀJĀS

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā izteikt apsveikumu

Atbilstības atslēgas vārds: Pateicība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	3. nodarbība. Pateicības izteikšana.	2. aktivitāte. Pateicības kartītes.

Skolēnu darbība: Bērniem jāizveido pateicības kartītes, lai parādītu savu pateicību cilvēkiem, kuri mums palīdz. Jūs varat veidot kopīgu pateicības karti, kurā katrs bērns uzraksta nelielu vēstījumu un uzzīmē zīmējumu, vai izveidot atsevišķu kartīšu kolekciju.

Komentāri: Ja esat kādu uzaicinājuši uz interviju, veidojiet kartītes šim cilvēkam. Ja ne, veidojiet kartītes tuvākajai ugunsdzēsēju stacijai, policijas iecirknim, ģimenes ārstu praksei.

1.3. MĒS SABIEDRĪBĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā nosaukt rotaļlietas, spēles, brīvā laika nodarbes un pastāstīt par tām?

Atbilstības atslēgas vārds: skola

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Mūsu kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	1. aktivitāte. Kuri cilvēki ietilpst skolas kopienā?

Skolēnu darbība: Diskusija: Kurš vēl ietilpst mūsu kopienā? Jūs varat uzzīmēt domu karti uz tāfeles vai lūgt bērniem dalīties ar idejām mazākās grupās, pēc tam sniedzot atgriezenisko saiti. Jūs varat bērniem parādīt uzvedinošas fotogrāfijas.

Komentāri: Mērķis ir iekļaut skolas kopienā tik daudz dažādu locekļu, cik vien iespējams. Padomājiet, cik daudz dažādu lomu/darba pienākumu ir katram no šiem cilvēkiem.

1.4. MĒS SABIEDRĪBĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā nosaukt pilsētas objektus

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Mūsu kopiena	1. nodarbība. Kopienas, pie kurām mēs piederam.	1. aktivitāte. Pie kurām kopienām tu pieder?

Skolēnu darbība: Diskusija: Kādu atšķirīgu kopienu loceklis tu esi (rotaļu laukums, draudze, pulciņš/ārpusskolas aktivitātes, kāda sporta kluba fans, skola, ģimene)? Lūdziet bērniem izvēlēties vienu kopienu un izveidot tās profilu, ietverot daļu no šīs informācijas:

- Kas šīs kopienas locekļiem ir kopīgs/kas tos vieno?
- Kādas aktivitātes šī kopiena dara visi kopā?
- Kāpēc tev patīk būt šajā kopienā?

- Kādus tikumus šīs kopienas locekļi parāda? Kādā veidā?

Komentāri: Jūs varat lūgt bērniem sniegt atgriezenisko saiti vai pastāstīt par savām kopienām visai grupai.

2. klase

2.1. MĒS SKOLĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā izteikt prieku?

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana.	1. aktivitāte. Jūtu nosaukšana.

Skolēnu darbība: Lai nostiprinātu un papildinātu jau esošās zināšanas lūdziet bērniem pāros vai nelielās grupās nosaukt attēlos parādītās jūtas. Šeit nav vienas pareizās atbildes, tāpēc varat lūgt bērniem paskaidrot savus apsvērumus.

Komentāri: Jālūdz bērniem aprakstīt, kāpēc šim bērnam varētu būt šī sajūta un kas varētu būt noticis, pirms tika uzņemta fotogrāfija.

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par savām spējām, prasmēm

Atbilstības atslēgas vārds: spēja

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Draugi	1. nodarbība. Laba drauga tikumi.	Uzsākšana: kas ir svarīgi?

Skolēnu darbība: Uzrakstiet uz tāfeles šīs frāzes un izlasiet tās kopā ar bērniem:

- Viņam ir planšete.
- Viņam patīk tās pašas spēles, kas man.
- Viņš ir pieklājīgs.
- Viņš ir godīgs.
- Mums ir vienāda matu krāsa.

Komentāri: Pārrunājiet ar bērniem, kuri no šiem punktiem, izvēloties draugu, ir svarīgākie? Kuri ir mazāk svarīgi? Kāpēc? Kādas īpašības tu gribētu redzēt savā draugā / Kas cilvēku padara par labu draugu?

2.2. MĒS MĀJĀS - Runāsim par tuvāko apkārtni!

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par savu ielu, pagalmu, pilsētu

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Mūsu kopiena	1. nodarbība. Kopienas, pie kurām mēs piederam.	Uzsākšana: kas ir kopiena?

Skolēnu darbība: Skaidrojošajā vārdnīcā teikts, ka kopiena ir "cilvēku grupa, kas dzīvo kādā vietā un kurus vieno kopīga valoda, izcelsme, reliģija u. tml.". Izmantojot uzvedinošos attēlus [1. materiāls]

lūdziet bērniem nosaukt iespējami daudz dažādu kopienu (sporta spēļu līdzjutēji, reliģiskas kopienas, vietējās kopienas, ģimene, skola, pulciņš).

Komentāri: Diskusija: Kādi tikumi kopienas locekļiem būtu jāizrāda pret citiem? Vai vari izdomāt tikumu piemērus kādās no iepriekš minētajām kopienām?

2.3. MĒS MĀJĀS Runāsim par svētkiem!

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pateikties par dāvanām?

Atbilstības atslēgas vārds: pateicība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	3. nodarbība. Pateicības izteikšana.	2. aktivitāte. Pateicības kartītes.

Skolēnu darbība: Bērniem jāizveido pateicības kartītes, lai parādītu savu pateicību cilvēkiem, kuri mums palīdz. Jūs varat veidot kopīgu pateicības karti, kurā katrs bērns uzraksta nelielu vēstījumu un uzzīmē zīmējumu, vai izveidot atsevišķu kartīšu kolekciju.

Komentāri: Ja skolotājs kādu ir uzucinājis uz interviju, jāveido kartītes šim cilvēkam. Ja ne, jāveido kartītes tuvākajai ugunsdzēsēju stacijai, policijas iecirknim, ģimenes ārstu praksei.

2.4. MĒS SABIEDRĪBĀ Sarunas par veselību

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā sarunāties par savu veselības stāvokli un pašsajūtu?

Atbilstības atslēgas vārds: veselība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Mana Veselība	2. nodarbība. Veselīgs uzturs.	Uzsākšana.

Skolēnu darbība: Uzkodu šķirošana. Iedodiet bērniem attēlus ar dažādām uzkodām (1. materiāls). Ja nepieciešams, paskaidrojiet, kas ir uzkoda. Lūdziet bērniem strādāt pāros un sašķirot produktus grupās pēc brīvas izvēles. Viņi var šķirot pēc šādiem principiem: produkti, kas viņiem garšo/negaršo, produktu krāsa, veids, kā šo produktu ēst, utt. Aiciniet bērnus pamatot savu izvēli.

Komentāri: Klasē pārrunājiet šos jautājumus:

- Vai tu mēdz ēst uzkodas? Ja jā, tad kad tu to dari?
- Kādas ir tavas mīļākās uzkodas?
- Vai tu kādreiz mēdz domāt par to, vai tavas uzkodas ir veselīgas? Kāpēc?

2.4. MĒS SABIEDRĪBĀ Sarunas par veselību

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā izteikt bažas un bailes?

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Jūtas	3. nodarbība. Nepatīkamas jūtas.	1. aktivitāte. Iejūtības praktizēšana.

Skolēnu darbība: Sadaliet bērnus grupās un parādiet viņiem situācijas, kas var likt kādam justies bēdīgam, uztrauktam, dusmīgam (vai just citu negatīvu emociju), un lūdziet tās izspēlēt. Mudiniet bērnus izmantot iekšējās sajūtas, lai pārdomātu, kā šis cilvēks varētu justies un kāpēc. Aiciniet viņus padomāt, kas varētu notikt tālāk.

Komentāri: Atgādiniet, ka justies dusmīgam/skumjam/satrauktam ir normāli, taču izstāstiet, ka ir stratēģijas, kas var mums palīdzēt.

3. klase

3.1. MĒS MĀJĀS Runāsim par ģimeni un ģimenes locekļu ikdienu!

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par ģimenes ikdienu

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	2. nodarbība. Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?	2. aktivitāte. Lomas ģimenē.

Skolēnu darbība: Lai ģimene veidotu vienu mīlestības veselumu, katram tajā ir kāda loma.

- Kādas atšķirīgas lomas vai darbi ir tavā ģimenē?
- Kāda, tavuprāt, ir tava loma?
- Ko tu dari, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas?

Komentāri: Lūdziet bērniem pierakstīt dažas lietas, ko viņi dara savās ģimenēs.

3.2. MĒS SABIEDRĪBĀ Runāsim par profesijām!

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par dažādām profesijām?

Atbilstības atslēgas vārds: karjera

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Karjera	2. nodarbība. Kādu darbu es varētu strādāt?	Uzsākšana: darba alfabēts.

Skolēnu darbība: Sadaliet skolēnus pāros! Lūdziet uz darba lapas - profesijas (1. materiāls) uzrakstīt alfabētu, atstājot pie katra burta brīvu vietu! Dodiet 5 minūtes, kuru laikā, strādājot pāros, pierakstīt pie katra burta profesiju/darbu, ko viņi var iedomāties!

Komentāri: Apkopojiet klases idejas!

- Kuras ir visneparastākās profesijas, par ko skolēni iedomājušies?
- Kā mēs varam atrast informāciju par brīvajām darba vietām?
- Kādi tikumi mums jāpielieto?

3.3. MĒS PASAULĒ Mēs braucam ekskursijā

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā noteikt saziņas dalībnieku emocijas?

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Jūtas	1. nodarbība. Dažādu jūtu nosaukšana.	Kopīgā noslēguma apspriede: uzmini sajūtu.

Skolēnu darbība: Noskaties video no filmas "Prāta spēles" un uzmini, ko jūt filmas varone:
<https://www.youtube.com/watch?v=dOkyKyVFns>

Jūs varat pārrunāt:

- Kas notika?
- Kādēļ meitene šādi jūtas?
- Kā to var zināt?
- Ko viņa varētu darīt pēc tam?

Komentāri: Integrētā satura apguvei varat kopīgi dziedāt un dejot "If you're happy". Šo dziesmu varat izmantot ne tikai šīs nodarbības ietvaros, bet arī rīta cēlienā vai brīvbrīžos.

Dziesma pieejama -

https://www.youtube.com/watch?v=l4WNrvVjiTw&ab_channel=SuperSimpleSongs-KidsSongs

3.4. MĒS SKOLĀ

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā pastāstīt par spēlfilmu

Atbilstības atslēgas vārds: varoņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Varoņi	1. nodarbība. Tikumu supervaroņa veidošana.	1. aktivitāte. Tikumu supervaroņi.

Skolēnu darbība: Iztēlojoties supervaroņus, mēs domājam par drosmi. Paskaidrojiet bērniem, ka viņiem būs jāizveido pašiem savi tikumu supervaroņi. Varoņa superspēja būs kāds tikums, taču bērni var izvēlēties varoņa vārdu, tērpu, pārvietošanās veidu, partneri un iznīcinātāju. Bērni var izvēlēties savam supervaronim vienu no šiem tikumiem: godīgums, dāsnums, pateicība, draudzīgums vai laipnība.

Komentāri: Jūs varat izveidot supervaroni vienam tikumam uz tāfeles, izstāstot bērniem savu domu gaitu par kostīma utt. atbilstību tikumam.

4. klase

4. 1. MĒS SKOLĀ Skola agrāk un tagad

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā uzrakstīt savas sapņu skolas aprakstu?

Atbilstības atslēgas vārds: skola

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	2. aktivitāte. Pateicība skolas kopienai.

Skolēnu darbība: Bērni var uzrakstīt (vai arī izgatavot kartiņas veidā, uzzīmēt kā zīmējumu) īsu pateicību vienam skolas kopienas loceklim, kas parādījis kādu no nodarbībā minētajiem tikumiem.

4. 2. MĒS MĀJĀS Mans vaļasprieks

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā pastāstīt par savu vaļasprieku?

Atbilstības atslēgas vārds: sports

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	2. aktivitāte. Dažādi fizisko aktivitāšu veidi

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus izpētīt vienu fizisko aktivitāšu veidu un izveidot A4 plakātu, reklamējot tā sniegtos ieguvumus, tostarp tikumus, kurus tas palīdz attīstīt, darbam izmanto telefonus vai planšetes ar interneta pieslēgumu. Atgādina, ka viedierīces paredzētas mācību uzdevumam nevis izklaidei. Skolēni var arī aplūkot, kā šīs fiziskās aktivitātes var īstenot savā apkaimē (piemēram, skriešana parkā, peldēšanas pulciņš/nodarbības). Aktivitātei paredzētais laiks 5 minūtes (ja skolēni plakātu nevar paspēt izpildīt, tad to var pabeigt mājās un uz nākamo audzināšanas stundu atnest un veidot visas klases skolēnu plakātu izstādi).

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnu mājās izpētīt kampaņu “Aktīva ik diena!”, kuras sauklis ir “Tu esi radīts kustībai!” <https://aktivadiena.lv/interesanti/>, tādējādi iedrošinot bērnus būt aktīvākiem.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaiste

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība - Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	Uzsākšana: pārsteidzoša statistika?

Skolēnu darbība: skolēni diskutē par Lielbritānijas Drošāka interneta centra 2017. gada aptauju par draudzību tiešsaistē.

4. 3. MĒS MĀJĀS Ģimenes atpūta, kopīgas intereses

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Par ģimenes kopīgām interesēm, pienākumiem

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Ģimene	2. nodarbība Lomas ģimenē	2. aktivitāte. Lomas ģimenē

Skolēnu darbība: Lai ģimene veidotu vienu veselumu, katram tajā ir kāda loma. Apspriediet šos jautājumus ar skolēniem:

- Kādas atšķirīgas lomas vai darbi ir tavā ģimenē?
- Kāda, tavuprāt, ir tava loma?
- Ko tu dari, lai palīdzētu ģimenei būt par laimīgu vietu, kurā cilvēki cits par citu rūpējas?

Aiciniet skolēnus pierakstīt dažus piemērus par to, kāds ir viņu ieguldījums ģimenē!

4. 5. MĒS SABIEDRĪBĀ Lielā talka

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): par piedalīšanos Lielajā talkā

Atbilstības atslēgas vārds: talkas

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Brīvprātīgais darbs	1. nodarbība. Kāpēc cilvēki veic brīvprātīgo darbu?	Kopīgā noslēguma apspriede: nekādu attaisnojumu.

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnus padomāt un atbildēt, vai viņi var izdomāt, kā pārliecināt cilvēku, kurš attaisnojas ar šiem iemesliem, lai izvairītos no brīvprātīgā darba:

- Man nav daudz laika.
- Neprotu neko noderīgu.
- Esmu pārāk kautrīgs.
- Man tas nepatiks.
- Tas ir tikai “pakalpiņiem”.

Komentāri: Uzklauša skolēnu atbildes un nepieciešamības gadījumā komentē.

4. 6. MĒS SABIEDRĪBĀ Vasaras piedzīvojumi kopā ar draugiem

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā aprakstīt piedzīvojumu?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību	Ierosme. Kas ir vissvarīgākais?

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa apgalvojumus par draudzību, pārrunā tos un izdomā, kurš no tiem ir vissvarīgākais. Pievieno sarakstam savus apgalvojumus. Izlasa citātu: "Labs draugs zina visus tavus interesantākos stāstus, labākais draugs ir izdzīvojis tos kopā ar tevi."

Diskusija: Vai piekriti šim citātam? Ko autors mēģinājis ar to pateikt?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ko nozīmē diskutēt?

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Tu esi ezis vai degunradzis?	2. aktivitāte. Tu esi ezis vai degunradzis?

Skolēnu darbība: iepazīšanās ar dažādiem personības tipiem konfliktos (ar video palīdzību)

5. klase

5. 1. MĒS SABIEDRĪBĀ Es zinu, gribu, varu – es piedalos

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā uzrakstīt labu vēstuli?

Atbilstības atslēgas vārds: demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	2. aktivitāte. Vēstuļu rakstīšana deputātiem

Skolēnu darbība: Skolēni izpēta jautājumus, kas skar vietējo kopienu un ir būtiski sev. Grupās izveidojiet vēstuli kādam no deputātiem par šo tēmu!

5. 2. MĒS SKOLĀ Es – zinātnieks

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā interneta vidē meklēt informāciju?

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	1. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā bērniem strādāt pāros 3 minūtes, izmantojot izdales materiālus vai mājaslapu tiešsaistē <https://spoki.lv/testi/Vai-spej-atskirt-viltus-zinas-no/877575>. Skolēniem jāatpazīst, kuri ziņu raksti ir viltus ziņas un kā viņi to saprata, kā arī kādas norādes tur atrodas.

Komentāri: Gadījumā ja skolēniem nav iespējas izmantot ierīces: Aktivitātei nr. 1 nepieciešams darba lapas (1. materiāls) 1. uzdevums.)

5. 4. MĒS MĀJĀS Veselīgs uzturs

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Plāno un veido tekstu (prezentāciju) par ģimenes ēšanas ieradumiem, ievērojot loģisku secību un teksta uzbūves principus

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība - Uzturs	4. aktivitāte. Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: reflektē, pamatojoties uz divu nedēļu ierakstiem dienasgrāmatā, un fiksē savus secinājumus par noteiktu pārtikas produktu ietekmi vai ēšanu noteiktā laikā, piemēram, vēlu vakarā. Šīs aktivitāte var būt retrospektīva, lai veidotu diskusiju.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 5. klases skolēniem,

5. 5. MĒS PASAULĒ Tradīciju daudzveidība

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kas ir folklorā un tradīcijas?

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	3. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolēni 1. materiāla 1. lpp. pieraksta dažādus cilvēku tipus, kas veido viņu kopienas. Skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus, nepieciešamības gadījumā skolēnu atbildes komentē un papildina:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari izmantot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?
- Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt savu raksturu?

6. klase

6. 1. MĒS MĀJĀS Spēles

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā raksta spēles instrukciju?

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība Veidojot draudzību	1. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbības: Skolēni aplūko sniegto situāciju un pāros ar blakussēdētāju izveido lomu spēli, parādot, kā šādos apstākļos vajadzētu un kā nevajadzētu reaģēt. Lomu spēlēs galvenā uzmanība jāvelta pozitīvo tikumu aktivizēšanai. Skolēniem, kas vēro lomu spēli, jānosaka, kuri tikumi tiek pausti un kā tie veicina pozitīvu situācijas iznākumu.

Situācijas:

- Draugs sāk tevi aiz muguras aprunāt.
- Draugs sāk tevi ķircināt par tavu izskatu.
- Draugs sāk kritizēt tavu uzvedību un sūdzas par to, ko tu dari.
- Draugs sāk pavadīt daudz laika ar citu cilvēku grupu

Komentārs: skolēni var uzrakstīt instrukcijas lomu spēlei

6. 3. MĒS PASAULĒ Vārdi un to nozīme

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Vai visai atrastajai informācijai var ticēt? Kā to pārbaudīt?

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7.	Viltus ziņas	1. nodarbība - Kas ir viltus ziņas?	3. aktivitāte. Viltus ziņu atpazīšana

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā pārskatīt vietni un uzrakstīt iemeslus, kāpēc šī varētu būt viltus ziņu vietne: <http://zapatopi.Net/treeoctopus/> Skolēni pārrunā savas idejas grupā! "Izmantojot šo vietni, pārdomājiet, vai ziņas ir patiesas vai viltus! Pārrunājiet atbildes grupā! Vai bija viegli noteikt, vai ziņas ir patiesas vai viltus? Paskaidro, kāpēc! Vai bija kādas pazīmes, kas liecināja, ka ziņas nav patiesas? Kā tu juties, uzzinot, ka ziņas, kam sākumā ticēji, izrādījās nepatiesas?

Komentāri: Tiešsaistē ir pieejami vairāki resursi, lai palīdzētu pārbaudīt faktus vai ziņu patiesumu. Daži piemēri:

1. <https://rebaltica.lv/recheck/> – faktu pārbaudē un viltus ziņu izplatības novēršanā; Re:Check ir Baltijas pētnieciskās žurnālistikas centra Re:Baltica paspārnē strādājoša faktu pārbaudes un sociālo tīklu pētniecības virtuāla laboratorija.
2. <https://www.skolanakotnei.lv> – skolēna digitālais IQ
3. <https://mk.gov.lv/taure> – atgādnis par viltus ziņām.

7. klase

7. 1. MĒS SKOLĀ

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā diskutēt, kā iesaistīties diskusijā?

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Kā rodas konflikti?	1. aktivitāte. Konflikta kāpinātājs

Skolēnu darbība: Lomu spēles mērķis ir reflektēt par to, kā sākotnēji maza nesaskaņa var pāraugt lielā konfliktā. Skolotājs lūdz diviem skolēniem izspēlēt situāciju, kurā diviem cilvēkiem pēc piezīmes izteikšanas gaitenī rodas nesaskaņas, kas tiek sakāpinātas, pasliktinot situāciju.

- Kādas bija konflikta stadijas?
- Kā situācija saasinājās? Kas to sakāpināja?

Papildus skolotājs var piedāvāt noskatīties video par vienu no konflikta situācijām [no 5:00]:

https://www.youtube.com/watch?v=TsVSUMr2TAY&ab_channel=PuMPuRS

7. 3. MĒS SABIEDRĪBĀ Emociju pasaulē

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā izteikt emocijas rakstiski?

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	2. aktivitāte. Kas mainās?

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: Kādas ir galvenās pārmaiņas, ko jaunieši piedzīvo, uzsākot mācības pēdējās pamatskolas klasēs? Skolēniem jāuzraksta katra ideja uz atsevišķas līmlapiņas. Pozitīvajām pārmaiņām izmanto vienas krāsas lapiņas, bet negatīvajām — citas krāsas lapiņas. Šīs izmaiņas var attiekties ne tikai uz skolu, bet arī ietvert sociālās, fiziskās un emocionālās pārmaiņas.

Komentāri: Jāatgādina skolēniem, ka viņi var saņemt palīdzību mājās, skolā (piemēram, pie skolotāja, skolas psihologa vai medmāsas) un ārpus tās — vietējās un nacionālās organizācijās.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. – 9. klase	Rīku kaste	4. nodarbība. Tikumi un emocijas	3. aktivitāte. Piemērs no dzīves

Skolēnu darbība: Aiciniet skolēnus izdomāt piemēru no dzīves, kad viņi izjutuši ļoti spēcīgas emocijas!

Pēc tam skolēniem ir jāizveido dienasgrāmatas ieraksts, fiksējot šo notikumu un cilvēku rīcību. Kādi bija apstākļi, kas ietekmēja šo notikumu?

Pēc tam skolēni var uzrakstīt vēl vienu rindkopu, aprakstot alternatīvu reakciju, tādējādi parādot savu refleksiju par šo situāciju. Kā tas varētu mainīt situāciju uz labo vai sliktu pusi?

Skolēniem ir jāizdomā dažas stratēģijas, kas palīdzētu apstāties un padomāt, pirms viņi rīkojas. Aristotelis uzskatīja, ka "pareiza rīcība" sākas ar pareizu emociju sajušanu.

Komentāri: Skolotājs var pastāstīt par savu pieredzi, lai motivētu skolēnus būt atklātiem.

7. 4. MĒS PASAULĒ Sociālie tīkli

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kas ir digitālā vizītkarte?

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaiste

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģijas	2. nodarbība Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana	2. aktivitāte. Pozitīvas tiešsaistes reputācijas veidošana

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kā varētu proaktīvi izmantot sociālos tīklus un citas tiešsaistes tehnoloģijas, lai sasniegtu savus mērķus?"

Skolotājs aicina veikt ierakstu dienasgrāmatā, norādot 3 mērķus šim mācību gadam. Tie var būt saistīti ar mācību procesu vai nākotnes karjeru.

- Kā sociālie tīkli var tev palīdzēt sasniegt mērķus?
- Kā tu varētu izveidot pozitīvu reputāciju?
- Kādi ieraksti un kuri sociālie tīkli varētu tev palīdzēt?
- Kādi tikumi tev jāizmanto, lai sasniegtu savus mērķus?
- Kā tehnoloģijas var palīdzēt tos sasniegt?

7. 5. MĒS SABIEDRĪBĀ Kā top pasākums?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā atšķiras fakts no viedokļa?

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	1. aktivitāte. Ziņu avoti

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem padomāt, kur viņi iegūst jaunākās ziņas.

- Kā viņi tās iegūst?
 - Kādus avotus vai formātu viņi izmanto visbiežāk?
 - Kādas var būt priekšrocības un trūkumi ziņu iegūšanai tavos iecienītākajos avotos?
- Ieteicams pārrunāt visus jautājumus, kas rodas, lasot ziņas dažādās ziņu platformās.

8. klase

8. 1. MĒS SABIEDRĪBĀ Dzīve šeit un medijos

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ieradumi - Veido ieradumu paust tikai pārbaudītu, uzticamu un pašam saprotamu informāciju.

Atbilstības atslēgas vārds: tiešsaiste

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība. Gudra tehnoloģiju izmantošana	3. aktivitāte. Tikumi un tehnoloģijas

Skolēnu darbība: Skolotājs atgādina, ka, bieži, runājot par tehnoloģijām, tiek uzsvērtā to negatīvā ietekme uz mūsu dzīvi. Tomēr tehnoloģijas sniedz daudz iespēju dažādos veidos attīstīt tikumus, gan pilnveidojot rakstura tikumus, gan pretojoties tehnoloģiju ietekmei un kontrolei pār mums.

- Kurus tikumus tev ļauj attīstīt tehnoloģijas, un kā tu varētu šos tikumus atpazīt un pilnveidot?
- Vai tehnoloģiju, piemēram, viedtālruna un interneta, izmantošana, kopā ņemot, tev palīdz vai rada problēmas?

8. 2. MĒS SABIEDRĪBĀ Miers un konflikti

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā valodā atklājas savstarpējās attiecības?

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Konfliktu risināšana	2. nodarbība. Kā konflikti var mainīt sabiedrību?	1. aktivitāte. Konflikti sabiedrībā

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem pārdomāt dažādus konfliktus sabiedrībā. Tie var būt starptautiski konflikti un kari, kā arī noziegumi, kas izdarīti, draudot ar nazi vai ieroci. Diskusija:

- Vai vari atcerēties kādus piemērus, kur ar konfliktiem saistītie jautājumi aplūkoti ziņās?
- Kas ierosināja notikuma saasināšanu?
- Vai šajā situācijā kāds ir mēģinājis mazināt problēmu? Ja jā, tad kā?
- Vai vari atsaukt atmiņā piemērus (plaši zināmus vai tev personīgi zināmus), kur kādam cilvēkam izdevies mazināt sarežģītas situācijas nopietnību? Ja jā, tad kā?

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība – Kas veido veselīgas attiecības?	3. aktivitāte. Attiecību pazīmes

Skolēnu darbība: analizē, kā katra no attiecību pazīmēm var praksē kļūt veselīga vai neveselīga.

8. 3. MĒS SKOLĀ Stiprums un vājums

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Saziņai ar valsts iestādēm un institūcijām tiek izmantoti lietišķā stila teksti. (V.Li.2.)

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.	Demokrātija	1. nodarbība - Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	2. aktivitāte. Vēstuļu rakstīšana deputātiem

Skolēnu darbība: Skolēni izpēta jautājumus, kas skar vietējo kopien un ir būtiski sev. Grupās izveidojiet vēstuli kādam no deputātiem par šo tēmu!

Komentārs: Aktivitāte paredzēta 4. klases skolēniem, bet to var adaptēt 8. klases skolēniem.

8. 6. MĒS PASAULĒ Krustceles un jauni ceļi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kāda ir latviešu valodas nozīme izglītībā

Atbilstības atslēgas vārds: mācīšanās nākotnei

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9.	Tava nākotne	2. nodarbība - Mācīšanās prasmes un tikumi	1. aktivitāte. Ko nozīmē mācīšanās?

Skolēnu darbība: iedomājas kādu cilvēku, kurš ir eksperts kādā jomā (vai ļoti labi pārzina to). Tie var būt akadēmiski sasniegumi, prasme, karjera, nodarbošanās utt. Pārrunā ar partneri, kā šis cilvēks spējis kļūt tik prasmīgs konkrētajā sfērā. Kādas prasmes viņam bija jānoslīpē, lai kļūtu par ekspertu? Kādi tikumi viņam bija jāpielieto?

9. klase

9. 1. MĒS SABIEDRĪBĀ Sociālie mediji

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā kritiski lasīt vēstījumu sociālajos medijos

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	2. nodarbība. Kas padara ziņu patērētāju tikumīgu?	1. aktivitāte. Izvairīšanās no viltus ziņām

Skolēnu darbība: Skolotājs pārrunā ar skolēniem iepriekšējā nodarbībā aplūkotus viltus ziņu piemērus un to radītās sekas, turpinot diskusiju: "Kā tu varētu izvairīties no viltus ziņām?"

9. 2. MĒS MĀJĀS Literatūra kopā būšanai

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ieradumi - Veido ieradumu cieņpilni rīkoties, pamanot un labojot savas un citu personu valodas kļūdas runā un rakstos.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8.	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolēni novērtē, kas viņiem ir svarīgākais attiecībās (pavadīt laiku kopā, pazīt vienam otra ģimeni un draugus, daudz kopīga, būt atklātam un godīgam, jautrība, nekad nestrīdēties...)

9. 3. MĒS PASAULĒ Miera un dusmu valoda

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā veidot dialogu veiksmīgai komunikācijai?

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Vienaudožu izdarītais spiediens	4. aktivitāte. Kādi ir tavi ieteikumi?

Skolēnu darbība: Skolēni izvēlas mediju (infografiku, plakātu, podkāstu u.c.), kurā apkopot padomus par to, kā nepakļauties apkārtējo spiedienam, iekļaujot situāciju piemērus, grūtības un veiksmīgas stratēģijas. Skolēni tiek mudināti atsaukties uz piemēriem no vēstures un vispārīgiem tikumiem un vērtībām, kas ļauj cilvēkam nepakļauties spiedienam.

Mazākumtautības (krievu) valoda 1. -9. klasei

1. klase

1.1. Sveika, skola!

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Kā mēs varam pastāstīt skolu

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Mūsu kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	1. aktivitāte. Kuri cilvēki ietilpst skolas kopienā?

Skolēnu darbība: Diskusija: Mēs visi esam daļa no pirmsskolas kopienas — mēs šo iestādi apmeklējam (vai tajā strādājam). Kurš vēl ietilpst mūsu kopienā? Jūs varat uzzīmēt domu karti uz tāfeles vai lūgt bērniem dalīties ar idejām mazākās grupās, pēc tam sniedzot atgriezenisko saiti. Jūs varat bērniem parādīt uzvedinošas fotogrāfijas.

Komentāri: Mērķis ir iekļaut skolas kopienā tik daudz dažādu locekļu, cik vien iespējams. Padomājiet, cik daudz dažādu lomu/darba pienākumu ir katram no šiem cilvēkiem.

1.2. Mana ģimene

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Veido savas dzimtas koka shēmu; veido mutvārdu monologu, aprakstot ģimeni. Veido tekstus atbilstoši adresātam un saziņas mērķim (piemēram, apsveikumu).

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 5 gadi	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene.	Idejas nodarbības dažādošanai un/vai papildināšanai.

Skolēnu darbība: 1. Iepriekš vienojoties ar ģimeni varat aicināt bērnus uz nodarbību atnest ģimenes vai atsevišķu ģimenes locekļu fotogrāfijas. Mudiniet bērnus pastāstīt par saviem ģimenes locekļiem.

2. Nodarbības noslēgumā vai brīvbrīžos kopā ar bērniem varat izveidot "akmeņu ģimenīti". Katrs salasa noteiktu skaitu vidēja izmēra akmentiņus, apglezno tos, vai uzraksta uz tiem vārdus. Ļaujiet bērniem ar "akmeņu ģimenēm" spēlēties un izdomāt dažādus scenārijus.

1.3. Draugiem par draugiem

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Veido nelielu monologu par saviem draugiem un viņu aizraušanos.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Draudzība	1. nodarbība. Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte. Labs draugs.

Skolēnu darbība: Izdaliet skolēniem cilvēku siluetus (1. materiāls). Siluetam apkārt jāuzraksta tikumi, kas nepieciešami, lai kļūtu par labu draugu.

Komentāri: Kad bērni ir pabeiguši, viņi var pierakstīt veidus, kā labs draugs var parādīt šos tikumus.

1.3. Draugiem par draugiem

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Stāsta par savu draugu/draudzeni/saviem draugiem.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Draugi	1. nodarbība. Laba drauga tikumi.	1. aktivitāte. Labs draugs ir...

Skolēnu darbība: Lūdziet bērniem iztēloties kādu, kurš viņiem ir labs draugs. Kāds šis cilvēks ir? Kas viņu padara par labu draugu? Mudiniet pievērst uzmanību tikumiem. Lūdziet bērniem uzzīmēt zīmējumu vai izveidot plakātu par "labu draugu". Veidojiet darbu izstādi un apskatiet tos kopīgi.

Komentāri: Varat izmantot arī šo interaktīvo materiālu par draugu īpašībām (latviešu valodā): <https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/vertibizglitiba/default.html> (1.–3. klase, 6. tēma "Atšķirības").

1.4. Mana dzimtā zeme

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Veido ieradumu domāt un rakstīt radoši, uzdrīkstēties fantazēt.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirms skola, 6 gadi	Mūsu kopiena	1. nodarbība. Kopienas, pie kurām mēs piederam.	2. aktivitāte. Morālā dilemma.

Skolēnu darbība: Kopīgi aplūkojiet šo morālo dilemmu:

Tu esi iesaistījies teātra pulciņā, kurš tev ļoti patīk. Pārējie bērni uzsāka vienlaikus ar tevi, un jūs visi esat labi draugi. Jūs kopā daudz jokojat un smejaties. Kādā nodarbībā tava draudzene saka, ka viņa vairs nevar draudzēties ar vienu no teātra pulciņa meitenēm, jo viņa pieder pie citas tautības.

- Kādu problēmu tu saskati šajā dilemmā?
- Kā tā liek tev justies?
- Kādi ir iespējamie rīcības virzieni? Kurš no tiem (ja vispār) ir vislabākais?
- Kādi tikumi tev būs vajadzīgi?

3. klase

3.1. Novads, kurā es dzīvoju

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Izmanto apgūtās lasīšanas un rakstīšanas stratēģijas. Veido

domu karti, lai apkopotu informāciju un iepazīstinātu ar to citus.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kur ir mana vietējā kopiena?	2. aktivitāte. Cilvēki, kas strādā kopienas labā.

Skolēnu darbība: Izmantojot kopienas karti, lai noteiktu, kur kopienas locekļi strādā kopienas labā (autobusa šoferi, veikala pārdevēji, atkritumu savācēji, pavāri, skolotāji utt.).

Skolotājs aicina skolēnus izvēlēties vienu no cilvēkiem, par ko tika runāts iepriekš, un pārrunā šos jautājumus:

- Ko šis cilvēks dara kopienas labā?
- Kādas prasmes viņš izmanto? Kādus tikumus?
- Kā viņš mums palīdz?
- Kā mēs varam palīdzēt viņam?

Komentāri: Skolotājs aicina skolēnus pāros izveidot A4 plakātu. Atgādina, ka, pasakoties tiem, kas strādā mūsu labā, mēs palīdzam mūsu kopienai un mums pašiem uzplaukt.

3.3. Vienotība daudzveidībā

Norāde uz tēmas apguves norises aprakstu: Pilnveido tekstus, papildinot tos ar īpašības vārdiem.

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Kopienas	3. nodarbība. Dzīvot daudzveidīgā kopienā.	1. aktivitāte. Iespējas un pārbaudījumi

Skolēnu darbība: Diskusija:

- Kādas ir dažas no iespējām? (Piemēram, iespēja pusdienot, nobaudot dažādu tautu ēdienus, iepazīt dažādu kultūru tradīcijas vai svētkus, apgūt dažādas prasmes utt.)
- Kādi varētu būt pārbaudījumi?
- Kādi tikumi nepieciešami, lai labi dzīvotu daudzveidīgās kopienās?

Komentāri: Skolēnu atbildes skolotāja ieraksta tabulā "Iespējas un pārbaudījumi".

4. klase

4. 1. Kā sazinās pasaule?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumu uzmanīgi uz klausīt saziņas partneru izteikumus diskusijas laikā, būt iecietīgam pret atšķirīgiem viedokļiem.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības tiešsaistē

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Attiecības tiešsaistē	1. nodarbība. Kas cilvēku padara par labu tiešsaistes draugu?	2. aktivitāte. Tikumi, kas nepieciešami draugam dzīvē un tiešsaistes draugam

Skolēnu darbība: Darba lapa "Drauga tikumi dzīvē" (2. materiāls)] Piedāvātās darba lapas izmantošanas iespējas:

1. Sagriezt aizpildītos rombus un aicināt skolēnus sakārtot tikumus atbilstoši viņu domām tukšajā romba veidnē.
2. Tukšajā romba veidnē sarakstīt dotos tikumus atbilstoši viņu domām.
3. Jūs varat lūgt bērniem pašiem izvēlēties 9 tikumus un tos sarindot. Aiciniet bērnus pārrunāt un pamatot, kāpēc viņi izvēlējās tieši šādu dalījumu!

Diskusija:

- Ja tev lūgtu sakārtot pēc nozīmes tikumus, kas nepieciešami tiešsaistes draugam, vai tavas prioritātes mainītos?
- Vai kādas īpašības šim sarakstam tiktu pieliktas vai noņemtas? Kāpēc?
- Kā tev šķiet, vai šos tikumus ir vienkāršāk vai grūtāk praktizēt dzīvē vai tiešsaistē? Kāpēc?

Komentāri: Izmantojot mentimeter, skolēniem ir iespēja uzrakstīt 3 īpašības, kāds ir labs draugs, un tur parādās, kuras ir biežāk pieminētās.

5. klase

5. 2. Kā izvēlēties precīzus vārdus savai runai vai tekstam?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumu aktīvi demonstrēt savu dalību un attieksmi sarunas laikā – ar stāju, acu kontaktu, žestiem un mīmiku.

Atbilstības atslēgas vārds: demokrātija

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Demokrātija	1. nodarbība. Piedalīšanās demokrātijas veidošanā	1. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Iepazīsties ar situācijas aprakstu un pārrunā ar klasesbiedru pāri uzdotos jautājumus, izstāstiet savas idejas situācijas risināšanai klasesbiedriem.

- Kur ir saskatāma problēma?
- Kā Tu justos tādā situācijā?
- Kādi tikumi un kā pretdarbojas šajā morālajā situācijā?
- Kāds, Tavuprāt, ir saprātīgs risinājums? Kā tu domā, vai šai situācijai ir vairāk nekā viens risinājums?

Komentāri: Aktivitātes izpildei ir nepieciešams dilemmas apraksts no prezentācija 4. slaida.

8. klase

8. 1. Kā izvēlēties dialoga stratēģiju, lai saziņa būtu efektīva?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumu respektēt citu kultūru cilvēku saziņas tradīcijas un runas uzvedību starpkultūru dialogā.

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	2. aktivitāte. Kas mainās?

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: "Kādas ir galvenās pārmaiņas, ko jaunieši piedzīvo, uzsākot mācības pēdējās pamatskolas klasēs?" Uzraksti katru ideju uz atsevišķas līmlapiņas. Pozitīvajām pārmaiņām izmanto vienas krāsas lapiņas, bet negatīvajām – citas krāsas lapiņas! Paturi prātā, ka šīs izmaiņas var attiekties ne tikai uz skolu, bet arī ietvert sociālās, fiziskās un emocionālās pārmaiņas!

Komentāri: Aktivitātes izpildei ieteicams laiks ir 10 minūtes.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	1. aktivitāte. Papīra debates

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izmantot A3 lapas ar uzvedinošiem jautājumiem – padot tās apkārt pa klasi un pierakstīt uz tām savas idejas.

Tev ir atļauts:

- atbildēt uz sākotnējo jautājumu, paskaidrojot savu ideju vai viedokli;
- atbildēt uz ideju vai viedokli, ko uzrakstījis kāds cits (piekrītot vai nepiekrītot);
- uzdot jautājumu vai atbildēt uz jautājumu, ko uzrakstījis kāds cits.

Jāatgādina, ka visiem komentāriem jābūt rakstītiem ar cieņu pret citu klases biedru viedokli, un tie nedrīkst saturēt nepiemērotu valodu vai ietvert personīgo pieredzi. Pārrunāji atbildēs dominējošās tēmas.

Komentāri: Aktivitātes izpildei ieteicams laiks ir 15 minūtes.

9. klase

9. 1. Kā ar valodu izteikt sevi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumu pieklājīgi izturēties diskusiju laikā, uz klausīt un objektīvi novērtēt dažādus viedokļus, skaidri un korekti izteikt savus argumentus, iebildumus vai kritiku.

Atbilstības atslēgas vārds: pašcieņa

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2. nodarbība. Pašcieņa	1. aktivitāte. Kur rodas pašcieņa?

Skolēnu darbība: Apspriediet ar skolēniem, kā pašcieņa ietekmē cilvēku! Kur rodas pašcieņa? Dažkārt cilvēki saka, ka pašcieņa vai tās trūkums būtiski ietekmē to, kādus lēmumus cilvēks pieņem. Vai tā ir taisnība? Ja jā, tad kāpēc?

- Vai vari atcerēties kādu reizi, kad pareiza lēmuma pieņemšana lika tev justies labi pašam par sevi?
- Vai vari atcerēties kādu reizi, kad nepareiza lēmuma pieņemšana lika tev justies slikti pašam par sevi?
- Vai pareizas izvēles var palīdzēt stiprināt pašcieņu?

Izstāsti savu piemēru grupai!

Komentāri: Aktivitātes izpildei ieteicams laiks ir 10 minūtes.

9. 2. Kā spriest un runāt par sarežģīto?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Veido ieradumus izturēties iecietīgi un pielāgot savu runu klausītājiem, kas šo valodu labi nepārvalda vai sazinās ar grūtībām.

Atbilstības atslēgas vārds: grūtības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	1. nodarbība. Sastopoties ar pārbaudījumiem	2. aktivitāte. Cilvēki-morālās autoritātes

Skolēnu darbība: Skolotājs piedāvā izlasīt prezentācijā sniegtos īsos stāstus par slaveniem cilvēkiem. Viņi visi pieredzējuši pārbaudījumus, kas bija jāpārvar, lai gūtu panākumus izvēlētajā jomā.

- Ko mēs varam no viņiem mācīties? Kādus tikumus viņi dzīvē izmantojuši, lai gūtu panākumus?

Komentāri: Ir vērtīgi iekļaut pieredzes stāstus ar Latvijā zināmiem cilvēkiem. Skolotājs arī var dalīties ar savu dzīves pieredzi.

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Pārvarēt sāpīgas	2. aktivitāte. No sāpēm līdz skumjām

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina noskatīties videointerviju (angļu valodā; transkripcija latviešu un angļu valodā pieejamā 1. materiālā) par sērošanas stadijām un atbildēt uz jautājumiem
<https://www.youtube.com/watch?v=UBATctkFHRE>

- Vai piekriti, ka sēras ir ceļš no sāpēm līdz skumjām? Kāpēc jā/ kāpēc nē?
- Kāpēc, saskaņā ar sievietes pausto videomateriālā, cilvēka nāve nav beigas?
- Paskaidro, kādas ir priekšrocības un trūkumi, ja sēras tiek uzskatītas par ceļu!
- Vai piekriti sievietes apgalvojumam, ka tuva cilvēka nāve “nav beigas”?
- Vai sērām ir arī kāds pozitīvs aspekts?

Komentāri: Aktivitātes izpildei ieteicams laiks ir 15 minūtes.

Mazākumtautības literatūra (krievu) 4. -9. klasei

4. klase

4. 1. Māksla

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): paust savas pārdomas un jūtas

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas -stress

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Stress	1. nodarbība. Kas ir stress?	Ierosme. Kas ir stress?

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina bērnus iztēloties un domāt plašāk par vienkāršu definīciju, piemēram, kādas sajūtas tas ietver? Kā tas izskatās? Kā tas skan? Kā tas smaržo? Kā tas garšo?

Skolotājs jautā: Kas var izraisīt stresu? Izveidojiet uz tāfeles domu karti kopā ar skolēniem!

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

4. 2. Mājas. Tradīcijas. Laiks

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ģimenes tradīcijas

Atbilstības atslēgas vārds: ģimene

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
6. klase	Ģimene	1. nodarbība. Kas ir ģimene?	1. aktivitāte. Tava ģimene

Skolēnu darbība: Palīdziet skolēniem iztēloties savu ģimeni un padomāt par ģimenes būtību:

- Kas veido tavu ģimeni?
- Kādi šie cilvēki ir?
- Ko tev patīk darīt kopā ar savu ģimeni?
- Vai tavā ģimenē ir īpašas tradīcijas, svētki vai paradumi?

Paskaidrojiet, ka Latvijas Republikas Satversmes 110. pantā rakstīts, ka “valsts aizsargā un atbalsta laulību – savienību starp vīrieti un sievieti –, ģimeni, vecāku un bērna tiesības”. Izstāstiet skolēniem, ka jauna ģimene sākas ar sievieti un vīrieti, kuri abpusēji piekrīt dibināt stabilu un mīlošu savienību, un ka laulībā ietvertas juridiskas tiesības un aizsardzība, kas nav ietvertas neregistrētā kopdzīvē. Parasti ģimenei ir kopīgas mājas, taču ne vienmēr.

Mudiniet bērnus padomāt par tikumiem ģimenē!

- Vai ir kādi īpaši tikumi, kas ir ļoti svarīgi tavā ģimenē?
- Vai ir kādi tikumi, kas tev ģimenē jāpauž? Kā tu tos izmanto?

Aiciniet skolēnus pārrunāt pāros viņu ģimenes īpatnības, kādu labumu viņi sniedz citiem ģimenes locekļiem, piemēram, kā viņi palīdz cits citam un kā izrāda pateicību vecākiem par saņemto mīlestību un rūpēm!

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

4. 5. Draugi un skola

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): literārā varoņa rīcība

Atbilstības atslēgas vārds: varoņi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība. Kādas īpašības piemīt labam draugam?	Kopīgā noslēguma apspriede

Skolēnu darbība: Skolēni izlasa un pārdomā Aristoteļa un Akvīnas Toma atziņas. Ko ar saviem citātiem viņi ir domājuši? Skolēni dalās ar savu viedokli. Pēc tam atbild uz šādiem jautājumiem:

- Kuras īpašības vai tikumus viņi varētu attīstīt, lai kļūtu par labiem draugiem?
- Vai tu gribētu būt pacietīgāks, iejūtīgāks, dāsnāks utt.?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): spriest par cilvēka raksturu?

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 4.-6. klasei	3. nodarbība. Kas ir tikumi?	Ierosme

Skolēnu darbība: Atgādiniet skolēniem, ka iepriekšējā nodarbībā (Rīku kastes 2. nodarbība) pārrunājāt, kas ir "labā dzīve", un aplūkojāt dažas Aristoteļa idejas par šo tēmu. Uzsākot nodarbību, pajautāriet skolēniem:

- Kas ir tikums?
- Kas ir rakstura iezīme?
- Kādas iezīmes vai tikumi palīdz attīstīt labu raksturu?
- Vai var attīstīt tikumus?
- Kā tos var attīstīt?

Iepazīstiniet skolēnus ar tālāk sniegtajām rakstura un tikuma definīcijām:

- Raksturs – personīgu iezīmju kopums, kas rada emocijas, veido motivāciju un vada rīcību.
- Tikums – pozitīvas cilvēka stiprās puses, kuras apvienojot veido cilvēka raksturu.

Komentāri: Lai tiktu līdz jēdziena "tikums" labākai izpratnei, var izmantot latviešu tautas dziesmu "Balta nāca tautumeita Kā ar sniegu apsnigusi; Nav ar sniegu apsnigusi, Nāk ar savu tikumiņu." Kā arī vārdu savienojumu "darba tikums", pretstatīju vārdus "tikums – netikums".

4. 6. Pasaule

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): dažādas dzīves problēmas

Atbilstības atslēgas vārds: konflikti

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Konfliktu risināšana	1. nodarbība. Tu esi ezis vai degunradzis?	2. aktivitāte. Tu esi ezis vai degunradzis?

Skolēnu darbība: Skolotājs pastāsta par to, ka mūsu personība ietekmē veidu, kā mēs instinktiīvi reaģējam uz konfliktu. Skolotājs parāda bērniem attēlu ar ezi un degunradzi (var degunradža vietā rādīt lāci).

Skolotājs var parādīt īsus video ezi un degunradzi savvaļā:

- par degunradzi [0:15] <https://www.youtube.com/watch?v=R02QrS2aCDM>
- par ezi [no 0:38 – 0:50] <https://www.youtube.com/watch?v=DAj17LMjzGA>

Skolotājs piedāvā bērniem piedalīties diskusijā un apskatīt jautājumus slaidā.

- Ko dara ezis, kad sajūt apdraudējumu?
- Ko dara degunradzis?
- Kā, tavuprāt, cilvēks ar “eža” personību reaģē uz konfliktu? (Izvairīšanās, klusēšana, pasīvā agresija.)
- Kā reaģē “degunradzis”? (Kliegšana, fiziska reakcija, emocionalitāte.)
- Kādi ir šo pieeju iespējamie ieguvumi?
- Kādas ir šo abu pieeju problēmas un/vai ierobežojumi?
- Kādi tikumi būtu jāattīsta katra tipa cilvēkam?

Skolotājs lūdz bērnus pie eža un degunradža attēliem pierakstīt dažādas katra tipa reakcijas uz konfliktsituāciju. Tad aiciniet bērnus pārdomāt, kura tipa cilvēki ir viņi! Kā sevis pazīšana palīdz mums risināt konfliktsituācijas?

Komentāri: 2. aktivitātei nepieciešams darba lapas (1. materiāls) 1. uzdevums.

5. klase

5. 1. Māksla

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): [izprast citu cilvēku](#)

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	1. aktivitāte. Daudzveidība un dažādība

Skolēnu darbība: Skolotājs skaidro skolēniem, ka mūsdienu sabiedrību veido cilvēki, kas auguši dažādos apstākļos un dzīvē gājuši atšķirīgus ceļus. Aicina skolēnus 1. materiāla 1. lpp. pierakstīt dažādus cilvēku tipus, kas veido viņu kopienas.

Skolotājs uzdod skolēniem šādus jautājumus, nepieciešamības gadījumā skolēnu atbildes komentē un papildina:

- Kādus ieguvumus sniedz dzīve daudzveidīgā sabiedrībā?
- Vai ir kādi aspekti, kas rada spriedzi?
- Kādus tikumus tu vari izmantot, lai palīdzētu daudzveidīgai kopienai uzplaukt?
- Kā iekļaušanās kopienā palīdz pozitīvā veidā attīstīt savu raksturu?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

5. 5. Draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): [attieksme pret draudzību](#)

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība. Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte. Šķirošana

Skolēnu darbība: Aktivitātei nepieciešams materiāls “Kādas īpašības piemīt labam draugam” (1. materiāls). Skolēni 1. aktivitāti veiks pāros, tāpēc pārim nepieciešams viens materiāla eksemplārs.

Skolotājs aicina skolēnus padomāt par draugiem, kas šobrīd ir viņu dzīvē, un draudzībām, kas viņiem bijušas agrāk. Pārrunā šādus jautājumus:

- Kādas īpašības piemīt labam draugam?
- Kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi?
- Vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem?
- Kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem?

Skolēni pāros aplūko, kādas īpašības ir uzskaitītas kartītēs izdalītajā materiālā “Kādas ir laba draugs īpašības?” un sagrupē tās pēc nozīmes. Padomā, kāpēc negatīvās iezīmes sarežģa draudzību? Pievieno sarakstam citas draudzības pozitīvās īpašības, ko var iedomāties.

Komentāri: Piedāvāta aktivitāte “Draudzības recepte”, kurā skolēni, izmantojot padlet sienu, raksta savas draudzības receptes; ideja – <https://www.youtube.com/watch?v=H7w7yXkJTu0&t=34s>

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	2. nodarbība. Veidojot draudzību	1. aktivitāte. Lomu spēles

Skolēnu darbība: Skolēni aplūko sniegto situāciju un pāros ar blakussēdētāju izveido lomu spēli, parādot, kā šādos apstākļos vajadzētu un kā nevajadzētu reaģēt. Lomu spēlēs galvenā uzmanība jāveltī pozitīvo tikumu aktivizēšanai. Skolēniem, kas vēro lomu spēli, jānosaka, kuri tikumi tiek pausti un kā tie veicina pozitīvu situācijas iznākumu.

Situācijas:

- Draugs sāk tevi aiz muguras aprunāt.
- Draugs sāk tevi ķircināt par tavu izskatu.
- Draugs sāk kritizēt tavu uzvedību un sūdzas par to, ko tu dari.
- Draugs sāk pavadīt daudz laika ar citu cilvēku grupu

Komentāri: Tiešsaistes nodarbībā lomu spēli var aizvietot ar kopīgām pārrunām un piedāvāt situācijas rīcības soļus.

5. 6. Pasaule

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): radīt savas klases hroniku

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena - klase

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība. Kopiena un darbs kopienas labā	5. aktivitāte. Dienasgrāmatas ieraksts

Skolēnu darbība: Aicina skolēnus padomāt, kā viņi varētu izmantot savu unikālo raksturu, prasmes un iezīmes, lai sniegtu ieguldījumu savā kopienā? Skolēni izmanto materiāla “Kopiena un darbs kopienas labā” uzdevumu “Kas es esmu?”, lai pārskatītu savus talantus un rakstura iezīmes, un izveido dienasgrāmatas ierakstu, kas parāda:

- kāds ir tavs ieguldījums dažādās kopienās, pie kurām tu patlaban pieder;
- praktiskus veidus, kā tu varētu strādāt savu kopienu labā;
- tikumus, kurus tu vēlētos attīstīt, lai sniegtu atbalstu savai kopienai.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

6. klase

6. 1. Māksla

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): izprast sevi

Atbilstības atslēgas vārds: pašcieņa

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Garīgā veselība	2. nodarbība. Pašcieņa	1. aktivitāte. Kur rodas pašcieņa?

Skolēnu darbība: Apspriediet ar skolēniem, kā pašcieņa ietekmē cilvēku! Kur rodas pašcieņa?

Dažkārt cilvēki saka, ka pašcieņa vai tās trūkums būtiski ietekmē to, kādus lēmumus cilvēks pieņem. Vai tā ir taisnība? Ja jā, tad kāpēc?

- Vai vari atcerēties kādu reizi, kad pareiza lēmuma pieņemšana lika tev justies labi pašam par sevi?
- Vai vari atcerēties kādu reizi, kad nepareiza lēmuma pieņemšana lika tev justies slikti pašam par sevi?
- Vai pareizas izvēles var palīdzēt stiprināt pašcieņu?

Izstāsti savu piemēru grupai!

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

6. 4. Spēle. Fantāzija

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): katrs lasītājs izprot citādi

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	2. nodarbība. Kopiena, daudzveidība un dažādība	3. aktivitāte. Morālā dilemma

Skolēnu darbība: Skolotājs aicina skolēnu izlasīt morālo dilemmu un atbildes uz zemāk uzdotajiem jautājumiem pārrunāt grupas ietvaros. Jautājumi grupai:

- Ko tu darītu Jāņa vietā?
- Vai esi kādreiz nonācis šādā situācijā?
- Vai tu šobrīd nožēlo savu lēmumu vai lepojies ar to?
- Vai esi kādreiz saņēmis aizrādījumu, ka dari kaut ko nepareizi?
- Kāda bija tava tūlītējā reakcija?
- Vai atceries, kā tu juties par savu uzvedību šajā reizē?

Komentāri: Aktivitātē skolēni turpina strādāt iepriekš izveidotajās grupās. Jāizmanto prezentācijas 5. un 6. slaidu.

6. 5. Draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): pozitīvie un negatīvie varoņi

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 4.-6. klasei	2. nodarbība. Kā dzīvot labu dzīvi?	Ierosme

Skolēnu darbība: Uzdodiet skolēniem jautājumus pārrunāšanai pāros:

- Kas ir “laba dzīve”?
- Kas dara tevi laimīgu?
- Kas ir dzīves galvenais mērķis?
- Kādiem mērķiem cilvēki velta savu dzīvi?

Aiciniet skolēnus padomāt par savu dzīvi un pārrunāt pāros vai nelielās grupās šādus jautājumus un sniegt atgriezenisko saiti visai klasei:

- Nosaukt kādu cilvēku viņu dzīvē, kura dzīvi viņi uzskata par labu!
- Kas jums šajā cilvēkā patīk?
- Kādus šī cilvēka dzīves aspektus jūs vēlētos iegūt savā dzīvē?

Komentāri: Tiešsaistes nodarbībā var izmantot Padlet.com, kur skolēni raksta savu viedokli, kas, viņuprāt, ir laba dzīve, kas ir laime.

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4.-6. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 4.-6. klasei	3. nodarbība. Kas ir tikumi?	1. aktivitāte. Tikumu definīcijas

Skolēnu darbība: Iedodiet skolēniem tikumu sarakstu (1. materiāls, 1. lpp.) un aiciniet savienot tikumus ar atbilstīgiem aprakstiem!

Pēc tam skolēniem jāizvēlas 3 no dotajiem tikumiem un jāapraksta, kā tos var izmantot skolas vidē.

Komentāri: ‘Uzdevumos var izmantot spēļu elementus, kā no puzzles gabaliņiem izveidot tikumu nosaukumus. Nepazīstamo vārdu nosaukumus meklēt elektroniskā vārdnīcā.

7. klase

7. 1. Māksla

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kādā veidā savas jūtas un domas pauž

Atbilstības atslēgas vārds: jūtas

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Ievads rakstura izglītībai: Rīku kaste 7. klasei	4. nodarbība. Tikumi un emocijas	3. aktivitāte. Piemērs no dzīves

Skolēnu darbība: Aiciniet skolēnus izdomāt piemēru no dzīves, kad viņi izjutuši ļoti spēcīgas emocijas!

Pēc tam skolēniem ir jāizveido dienasgrāmatas ieraksts, fiksējot šo notikumu un cilvēku rīcību. Kādi bija apstākļi, kas ietekmēja šo notikumu?

Pēc tam skolēni var uzrakstīt vēl vienu rindkopu, aprakstot alternatīvu reakciju, tādējādi parādot savu refleksiju par šo situāciju. Kā tas varētu mainīt situāciju uz labo vai sliktu pusi?

Skolēniem ir jāizdomā dažas stratēģijas, kas palīdzētu apstāties un padomāt, pirms viņi rīkojas. Aristotelis uzskatīja, ka “pareiza rīcība” sākas ar pareizu emociju sajušanu.

Komentāri: Skolotājs var pastāstīt par savu pieredzi, lai motivētu skolēnus būt atklātiem.

7. 4. Spēle. Fantāzija

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): fantastikas vai reālistiskas

Atbilstības atslēgas vārds: viltus ziņas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
7. klase	Viltus ziņas	1. nodarbība. Kas ir viltus ziņas?	2. aktivitāte. Kas ir viltus ziņas?

Skolēnu darbība: Skaidrojiet skolēniem jēdzienus “viltus ziņas”, “pēcpatiesība” un “alternatīvie fakti”, kas pēdējā laikā tiek izmantoti ļoti bieži!

„Viltus ziņas” apzīmē ne tikai pilnībā izdomātus tekstu, bet arī propagandu, manipulatīvas kāda fakta interpretācijas vai arī informāciju, kas nesaskan ar kādas personas līdzšinējiem priekšstatiem vai ataino šo personu kritiskā veidā.

“Pēcpatiesība” attiecas uz apstākļiem, kuros sabiedrības viedokļa veidošanā objektīvi fakti ir mazāk ietekmīgi nekā vēršanās pie emocijām un personīgiem uzskatiem.

“Alternatīvie fakti” ir pretstats realitātei (kas ir maldi) vai pretstats patiesībai (kas ir nepatiesība).

Pārrunājiet ar skolēniem:

- Kas ir viltus ziņas?
- Kas ir viltus ziņu vietne?
- Kāpēc cilvēki publicē viltus ziņas?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

7. 5. Draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Kā es uztveru un vērtēju cilvēkus - autoru

Atbilstības atslēgas vārds: attiecības

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: “Kādus vārdus tu izmantotu, lai aprakstītu pozitīvu, laimīgu attiecību iezīmes?” Skolēni pārrunā savas idejas pāros ar klasesbiedru.

Tālāk jāizmanto līmlapiņas, lai klases priekšā izveidotu “grafiti sienu”.

Skolotājs lūdz skolēniem pierakstīt īsu kopsavilkumu ar visbiežāk izmantotajiem vārdiem, piemēram, atklātība, uzticība, cieņa, mīlestība un sapratne. Lai saprastu, kādas ir neveselīgu attiecību pazīmes, ir svarīgi, lai skolēniem būtu skaidra izpratne par to, kādas ir pozitīvas, veselīgas attiecības un ko cilvēkam ir tiesības no attiecībām sagaidīt.

Komentāri: Tiešsaistē šo aktivitāti var veikt, izmantojot Google Jamboard.

8. klase

8. 4. Spēle. Fantāzija

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): komiski un traģiski notikumi

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība. Emocionālā veselība	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju “Ko nozīmē būt emocionāli veselam?” Skolēns pārrunā savas idejas ar klasesbiedru.

Kas cilvēka uzvedībā un rīcībā varētu liecināt par emocionālo veselību vai tās traucējumiem?

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

8. 5. Draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Dažādas pasaules uztveres

Atbilstības atslēgas vārds: dažādība attiecībās

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība. Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: Skolotājs pajautā: “Kas tev ir svarīgi attiecībās?” Lūdziet skolēniem izlasīt variantus prezentācijā un novērtēt tos skalā no “pilnīgi nepiekrītu” līdz “pilnīgi piekrītu”. Skolēniem jāpilda šis uzdevums klusumā, veidojot personīgo refleksiju.

- Pavadīt laiku kopā
- Pazīt vienam otra ģimeni un draugus
- Daudz kopīga
- Būt atklātam un godīgam
- Jautrība
- Nekad nestrīdēties

Aiciniet skolēnus, kuri vēlas, dalīties ar savu viedokli! Jūs varat arī klasē apspriest šādus jautājumus:

- Kuras no šiem uzskatiem, visticamāk, palīdzēs veidot veselīgas attiecības?
- Kāpēc vai kā tu to zini?
- Vai šeit ir uzskati, kas varētu būt par pamatu neveselīgām attiecībām?
- Kāpēc vai kā tu to zini?

Jautājiēt skolēniem, kā šie uzskati varētu ietekmēt cilvēka uzvedību savstarpējās attiecībās!

Komentāri: 2. aktivitātē var piedāvāt skolēniem padomāt par sev svarīgām vērtībām, par vienu pastāstīt, pamatot, kāpēc tā ir tik svarīga.

8. 6. Pasaule

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): par dzīves patiesajām vērtībām

Atbilstības atslēgas vārds: vērtības

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Laba dzīve	3. aktivitāte. “Labas dzīves” izpratne

Skolēnu darbība: Paskaidrojiet skolēniem, ka filozofi jau tūkstošiem gadu skaidrojuši, ko nozīmē dzīvot “labu dzīvi”. Lai iepazīstinātu ar dažādām filozofijām par labu dzīvi, varat izmantot video “The Good Life: Aristotle” par Aristoteļa uzskatiem šajā jautājumā (2. materiālā pieejama transkripcija latviešu un angļu valodā) (<https://www.youtube.com/watch?v=VFPBf1AZOQg> [5:57]) vai video sarunu ar operdziedātāju Marīnu Rebeku “Par labā pārsvaru pār ļauno pasaulē” (<https://www.youtube.com/watch?v=2EcMthQ6K5U>) (3:29).

Varat kopīgi atcerēties galvenos pārrunātos domāšanas virzienus: eksistenciālistiem dzīvē nav citas nozīmes kā tā, ko tu pats dzīvei piešķir; hedonistiem dzīves mērķis ir gūt baudu, savukārt ticīgajiem cilvēkiem dzīvei jēgu piešķir augstākstāvoša būtne – Dievs. Aristotelis par labu dzīvi uzskatīja tādu dzīvi, kuras laikā cilvēks meklē veidus, kā kļūt tikumīgākam, attīstot tikumus.

Veidojiet diskusiju ar skolēniem, izmantojot šādus jautājumus:

- Kurš no šiem uzskatiem tev šķiet vilinošāks?
- Vai šiem uzskatiem ir kādi ierobežojumi? Ņem vērā, ka šīs pieejas cita citu neizslēdz (piemēram, ticīgs cilvēks var arī vēlēties būt tikumīgs, un eksistenciālists var arī būt hedonisma piekritējs).

Komentāri: Lai domātu par labo dzīvi, var arī izmantot eksperimentālo sarunu “Laba dzīve un jēga” ar Kārli Freibergu (“Kas ir laba dzīve” – video ilgums 56:51; var skatīties no 51:45)

https://www.youtube.com/watch?v=hOc7hdMYh6E&ab_channel=Eksperiment%C4%81l%C4%81ssaunas

9. klase

9. 5. Draugi

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): eksperimentālu tekstu par draudzību

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Kas veido veselīgas attiecības?	4. aktivitāte. Aptauja par draugiem un ģimeni “Manas vērtības”

Skolēnu darbība: Skolotājs lūdz skolēniem izveidot piecu jautājumu aptauju draugiem un ģimenei par viņu vērtībām attiecībā. Mudiniet bērnus rūpīgi izvēlēties jautājumus un cilvēkus, kam šie jautājumi tiks uzdoti! Jautājumiem jārosina debates par to, kas veido veselīgas attiecības. Šī aptauja skolēniem ir daļa no mājasdarba, tajā jāiesaista līdz desmit dalībnieku un jāuzraksta īss rezultātu kopsavilkums, norādot biežāk minētās tēmas.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 5 minūtes.

9. 6. Pasaule

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Ko man var iemācīt rakstnieki un literārie varoņi?

Atbilstības atslēgas vārds: varoņi

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
9. klase	Tava nākotne, tava pasaule	1. nodarbība. Rakstura stingrība nākotnei	Ierosme

Skolēnu darbība: Skolotājs uzsāk diskusiju:

- Vai vari iedomāties, kāda ir saikne starp cilvēka darba pienākumiem un viņa personīgajām stiprajām pusēm vai rakstura iezīmēm?
- Vai vari nosaukt piemērus savā ģimenē vai draugu vidū, kur šī saikne ir redzama?
- Kā tu jūties, darot kaut ko, kas tev patiešām padodas vai interesē?
- Pārrunā savas idejas pāros ar klasesbiedru un izveido domu karti, ietverot visus atbilstošos vārdus.

Komentāri: Aktivitātes ieteicamais laiks ir 10 minūtes.

VESELĪBAS UN FIZISKAS AKTIVITĀTES MĀCĪBU JOMA

Pirmsskola (3. posms)

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, kustība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	3. nodarbība. Fiziskās aktivitātes.	Uzsākšana. Fizisko aktivitāšu iedarbība.

Skolēnu darbība: Bērni piedalās spēlē, kas ietver kustību. Piemēram, pārvietojas pa klases telpu vai gaiteni un pēc skolotāja norādes sadalās grupās, kur katrā ir noteikts skaits bērnu. Bērni, kas nav nevienā grupā, no spēles izstājas. Bērni var spēlēt jebkuru citu grupas spēli, piemēram, "Sasaldētie". Vai 40 sekundes veikt kādu noteiktu vingrinājumu (piemēram, lēcieni zvaigznītē).

Komentāri: Skolotājs lūdz bērniem pievērst uzmanību un pēc tam izstāstīt, kas aktivitātes laikā mainījies viņu ķermenī (piemēram, sirds sitas ātrāk, trūkst elpas, kļūst karsti).

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, kustība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	3. nodarbība. Fiziskās aktivitātes.	1. aktivitāte. Kāpēc jāsporto?

Skolēnu darbība: Bērni apskata attēlu ar kauliem, muskuļiem, smadzenēm, sirdi un plaušām, nosauc šīs ķermeņa daļas, stāsta, kur tās atrodas un kam tās vajadzīgas. Atbild uz jautājumiem: Kādus tikumus var attīstīt fiziskās aktivitātes? Kā fiziskās aktivitātes var palīdzēt mums praktizēt komandas darbu, drosmi, neatlaidību, godīgumu? Kopā ar skolotāju nonāk pie secinājuma, ka fiziskās aktivitātes ir noderīgas ne tikai ķermenim — tās var palīdzēt arī attīstīt raksturu.

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	3. nodarbība. Fiziskās aktivitātes.	2. aktivitāte. Fizisko aktivitāšu veidi.

Skolēnu darbība: Klausoties skolotāja teiktajā, bērni uzzina, ka ir vēlams būt aktīviem apmēram 60 minūtes katru dienu. Tām nav jābūt 60 minūtēm pēc kārtas. Bērni apzinās, ka gana daudz aktivitāšu viņi dara, pat nedomājot — spēlējoties laukumīnā, dodoties uz bērnudārzu utt.

Komentāri: Skolotājs var lūgt bērniem pāros apmainīties ar idejām un nosaukt tik daudz fizisko aktivitāšu veidu, cik viņi var. Pēc tam apkopot idejas (“prāta vētra”) visā grupā. Var arī lūgt atsevišķiem bērniem pastāstīt vairāk par aktivitātēm, kurās tie iesaistās. Var izspēlēt mēmo šovu, rādot aktivitātes, nenosaucot tās, lai bērniem būtu iespēja minēt. Ir ieteicams mudināt bērnus domāt par tikumiem, ko šīs fiziskās aktivitātes varētu attīstīt.

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, kustību rotaļa

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	1. nodarbība. Būt daudzveidīgā kopienā.	Uzsākšana: Tāds pats, bet atšķirīgs.

Skolēnu darbība: Bērni piedalās kustību rotaļā “Kas mums ir kopīgs?”. Bērni sastājas aplī ar skatu uz centru, uzmanīgi klausās spēles vadītāja norādījumus un veic atbilstošas darbības.

Komentāri: Skolotājs vai kāds no bērniem vada rotaļu – nosauc kādu pazīmi un darbību, ko veikt bērniem, uz kuriem attiecas nosauktā pazīme. Daži piemēri: tie, kuriem apgērbā ir kaut kas zils, mainās vietām; meitenes, kurām ir gari mati, ienāk apļa vidū; tie, kuru vārds sākas ar R, sastājas kolonnā cits aiz cita; tie, kuriem ir zilas acis, pietupstas; tie, kuriem ir melnas acis, palecas. Bērns vēro sevi un grupas biedrus, saskatot kopīgo un atšķirīgo.

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, sportošana

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	Uzsākšana: Sasaldētie.

Skolēnu darbība: Bērni piedalās spēlē, kas ietver kustību. Piemēram, pārvietojas pa klases telpu vai gaiteni un pēc skolotāja norādes sadalās grupās, kur katrā ir noteikts skaits bērnu. Bērni, kas nav nevienā grupā, no spēles izstājas. Bērni var spēlēt jebkuru citu grupas spēli, piemēram, “Sasaldētie”.

Komentāri: Pēc kustību aktivitātes skolotājs uzdod bērniem jautājumu: “Kādas fiziskas pazīmes liecina, ka ķermenim ir bijusi piepūle?”

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, sportošana, kustība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
-------	------	-----------------------------	------------------------------

3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	2. aktivitāte. Dažādi fizisko aktivitāšu veidi.
----------	----------------------	----------------------------------	--

Skolēnu darbība: Bērni aplūko prezentācijas slaidā doto faktu par fizisko aktivitāšu nepieciešamību un piedalās diskusijā, sniedzot atbildes uz šādiem jautājumiem: Cik daudz, tavuprāt, tu katru dienu sporto? Ar kādām fiziskajām aktivitātēm tu nodarbojies? Kādi fizisko aktivitāšu veidi pastāv? Vai ir tādas fiziskās aktivitātes, kas ir “labākas” par citām? Tad bērni noskatās video par zumbu un tai čī, kopā ar skolotāju apspriež, kādu ieguvumu cilvēkam dod šādas aktivitātes.

Komentāri: Video par zumbu (https://www.youtube.com/watch?v=ofU4B_h23Hc&feature=youtu.be) un tai čī (<https://www.youtube.com/watch?v=-1pFu0hd9IA&feature=youtu.be>).

Satura vienība: Fiziskās aktivitātes

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Pārvietojas sev un citiem drošā veidā dažādās šķēršļu joslās un kustību rotaļās; apvieno soļošanu, skriešanu, rāpošanu, rāpšanos, notur līdzsvaru, izvēlas pārvietošanās veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes, tikumi

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība. Kāpēc ir jāsporto?	Kopīgā noslēguma apspriedē: refleksija.

Skolēnu darbība: Bērni kopā ar skolotāju pārrunā šādus jautājumus: Kuru tikumu ar fiziskajām aktivitātēm tu vēlētos attīstīt visvairāk? Kā tu mērķtiecīgi attīstīsi šo tikumu caur sevis izvēlētajām fiziskajām aktivitātēm?

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ikdienā regulāri ievēro personīgo higiēnu.

Atbilstības atslēgas vārds: roku higiēna

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	1. nodarbība. Tīras rokas.	Uzsākšana: baktērijas.

Skolēnu darbība: Bērni skatās SPKC veidoto animācijas filmiņu par roku higiēnas nozīmi “Par Janča puncī un tīrām rokām” un tad kopā ar skolotāju pārrunā šādus jautājumus: Kas ir baktērijas? Kāpēc dažas baktērijas ir kaitīgas cilvēkiem? Kā mēs varam novērst baktēriju vairošanos?

Komentāri: Animācijas filma “Par Janča puncī un tīrām rokām” https://www.youtube.com/watch?v=vDlFPEoCnRo&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrolescentrs

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ikdienā regulāri ievēro personīgo higiēnu.

Atbilstības atslēgas vārds: roku mazgāšana

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 5 gadi	Mana veselība	1. nodarbība. Tīras rokas.	1. aktivitāte. Roku mazgāšana.

Skolēnu darbība: Bērni skatās “Drogas Latvija” veidoto mācību video vai LTV Ziņu dienesta video par roku mazgāšanu. Bērni var noskatīties un kopīgi dziedāt pareizai roku mazgāšanai veltīto dziesmiņu “Mistera Ziepiņa roku mazgāšanas dziesmiņa”, vēlreiz atkārtojot, kad un kā ir jāmazgā rokas.

Komentāri: “Drogas Latvija” veidotais mācību video (<https://youtu.be/oHrOBtGI1xs>); LTV Ziņu dienesta video par roku mazgāšanu (https://youtu.be/Jv_r5QdW5RA); “Mistera Ziepiņa roku

mazgāšanas dziesmiņa" (https://www.youtube.com/watch?v=T6iR7LG33tw&ab_channel=Slim%C4%ABbuprofilaksesunkontrolescentrs).

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Ar prieku iesaistās fiziskajās aktivitātēs, veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: pateicības vingrinājumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola, 6 gadi	Kopiena	2. nodarbība. Mūsu kopienas skolā.	Idejai! Veidojot starppriekšmeta saikni ar sporta skolotāju...

Skolēnu darbība: Bērni apgūst pateicības vingrinājumus, kas vienlaikus māca gan pateicību, gan nomierina.

Komentāri: Veicamos vingrinājumus var apskatīt šeit - <https://www.bestow.com/static/47354c18d879c76ff5e79bd4f454e657/gratitude-activities-for-kids.printable.3a.pdf>

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: pie ekrāna pavadītais laiks, brīdinājuma pazīmes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	3. aktivitāte. Brīdinājuma pazīmes.

Skolēnu darbība: Bērni meklē atbildi uz skolotāja uzdoto jautājumu: "Kādas pazīmes liecina, ka pavadi pie ekrāna pārāk daudz laika?" un nonāk pie secinājuma, ka tās var būt fiziskas pazīmes, piemēram, galvassāpes, kakla sāpes, nogurušas acis, vai sociālas pazīmes, piemēram, ja izlaid kopīgās ģimenes maltītes vai tev nepietiek laika mājasdarbiem.

Komentāri: Ir darba lapas (1. materiāls).

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: ieradumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	1. nodarbība. Kas ir pie ekrāna pavadītais laiks?	Kopīgā noslēguma apspriede: neviens nepiedzimst par meistarību.

Skolēnu darbība: Bērni izvēlas vienu ieradumu, kas palīdzētu samazināt pie ekrāna pavadīto laiku, un apņemties pielietot to šajā nedēļā. Bērni šo ieradumu uzraksta uz lapiņas un lapiņu nodod skolotājam.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: ieradumi, līdzsvars

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Ekrāns	2. nodarbība. Kā es varu kontrolēt pie ekrāna pavadīto laiku?	2. aktivitāte. Labi ieradumi.

Skolēnu darbība: Aplūkojot ekrāna laika žurnālu, bērni var izdomāt, kuri ieradumi palīdzētu viņiem nedaudz samazināt pie ekrāna pavadīto laiku. Bērni nosauc idejas, piemēram, nolikt planšetdatoru nodarbību pirms gulētiešanas, 30 minūtes lasīt grāmatu uzreiz pēc atnākšanas no skolas, nelietot ierīces ēšanas laikā utt.

Komentāri: Skolotājs var piefiksēt bērnu idejas uz tāfeles.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: sabalansēts uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plānošana.

Skolēnu darbība: Bērniem jāizveido viena ēdienreize, izmantojot sabalansēta šķīvja paraugu. Viņi var zīmēt vai rakstīt uz iepriekš sagatavotajiem papīra šķīvjiem, vai arī uzzīmēt tos paši.

Komentāri: Skolotājs aicina bērnus sadalīt maltīti, parādot produktu grupas, ko tā satur.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: sabalansēts uzturs, ēšanas dienasgrāmata

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	1. nodarbība. Kas ir sabalansēts uzturs?	Kopīgā noslēguma apspriedē: ēšanas dienasgrāmata.

Skolēnu darbība: Bērni veido ēšanas dienasgrāmatu, norādot vakar ēstos produktus, analizējot, vai, viņuprāt, uzturs bija sabalansēts?

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: sabalansēts uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība. Ieguvumi no veselīga uztura.	Uzsākšana: ieguvumi no sabalansēta uztura.

Skolēnu darbība: Bērni noskatās kādu no piedāvātajiem video par veselīgu uzturu, kopīgi ar skolotāju pārrunā par to, kādus ieguvumus sniedz sabalansēts uzturs; kādi apdraudējumi rodas, ja cilvēka uzturs nav sabalansēts.

Komentāri: Animēts video par veselīgu uzturu <https://www.youtube.com/watch?v=N989KXM2QwA> Sižets "Vai bērni zina, kas ir veselīgs uzturs?" <https://www.youtube.com/watch?v=hooMxqwysZM> (bērnu viedoklis).

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: sabalansēts uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība. Ieguvumi no veselīga uztura.	2. aktivitāte. Sabalansēta uztura plakāts.

Skolēnu darbība: Bērni veido sabalansēta uztura plakātu, izmantojot cilvēka kontūru, vienā pusē cilvēkam attēlojot visus sabalansēta uztura ieguvumus, piemēram, veselīga āda, spēcīgi muskuļi, mirdzoši mati. Otrā pusē cilvēkam attēlojot nesabalansēta uztura izraisītās sekas, piemēram, trausli kauli, neveselīga āda, lūstoši mati, nogurums utt.

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: sabalansēts uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. klase	Uzturs	2. nodarbība. Ieguvumi no veselīga uztura.	Kopīgā noslēguma apspriede: mēs esam tas, ko mēs ēdam.

Skolēnu darbība: Kopīgi ar skolotāju bērni pārrunā, kā cilvēka uzturs ietekmē viņa uzvedību.

Komentāri: Skolotājs noskaidro, vai skolēni zina, kā viņus ietekmē izsalkums un produkti, kas satur daudz cukura. Kā tie ietekmē uzvedību, noskaņojumu, aktivitāti?

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: vajadzību piramīda

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Ģimene	2. nodarbība. Kā ģimenes locekļi cits pret citu izturas?	1. aktivitāte. Vajadzību apmierināšana.

Skolēnu darbība: Kopīgi ar skolotāju bērni aplūko Maslova vajadzību piramīdu un noskaidro, ka cilvēka pamatvajadzības atrodas piramīdas apakšā un ka vispirms jāapmierina tās un tikai tad var virzīties augšup.

Komentāri: Skolotājs ar bērniem var pārrunāt visus līmeņus, uzsverot ka var rūpēties par vairāku līmeņu vajadzībām paralēli, nevis secīgi, un ka piramīdas augstākās vajadzības ir īpaši svarīgas laimīgai dzīvei, tāpēc nevajadzētu apstāties pie pamatvajadzību apmierināšanas.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: kaitīgas vielas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	1. nodarbība. Kas ir kaitīgas vielas?	Uzsākšana: kas nonāk mūsu ķermenī?

Skolēnu darbība: Bērni apskata attēlus un sagrupē tos, parādot, kuras no šīm vielām mums vajadzētu: 1) neierobežotā daudzumā/daudz, 2) ierobežotā daudzumā, 3) nekā. Bērni paskaidro savu izvēli, piemēram, kāpēc nevajadzētu ēst saldumus neierobežotā daudzumā. Izdomā vismaz vēl vienu piemēru katrā kategorijā.

Komentāri: Vispirms skolotājs pastāsta un kopīgi ar bērniem pārrunā 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.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: kaitīgas vielas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	1. nodarbība. Kas ir kaitīgas vielas?	1. aktivitāte. ZGU (Zinu – Gribu uzzināt – Uzzināju) tabula.

Skolēnu darbība: Bērni padomā par vielām, kas cilvēka ķermenim ir kaitīgas (īpaši alkohols un cigaretes) un aizpilda ZGU tabulu, lai parādītu, ko viņi zina un ko gribētu uzzināt. .

Komentāri: ZGU tabulas piemērs pieejams prezentācijā.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: kaitīgas vielas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	1. nodarbība. Kas ir kaitīgas vielas?	2. aktivitāte. Informācijas avoti.

Skolēnu darbība: Bērni kopā ar skolotāju apspriež vairākus jautājumus: kur var iegūt informāciju par alkoholu, narkotikām un cigaretēm; kā var zināt, ka šī informācija ir patiesa; kādi garīgie tikumi nepieciešami, lai spētu dzīvot veselīgi un atteikties no produktiem un vielām, kas ir kaitīgi.

Komentāri: Skolotājs var apkopot klases idejas kopīgā plakātā, vai aicināt skolēnus izveidot darba grupas un uztaisīt plakātu, kurā tiek atainoti gan kaitīgie produkti un vielas, gan tie, kas palīdz būt stiprākiem un veselīgākiem.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	1. nodarbība. Kas ir kaitīgas vielas?	Kopīgā noslēguma apspriede: šodien apgūtais.

Skolēnu darbība: Bērni cenšas atsaukt atmiņā tikumus, kuri ir nepieciešami, lai viņi spētu dzīvot veselīgi.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: smēķēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība. Kādi ir riski?	1. aktivitāte. Veselīgs, kaitīgs.

Skolēnu darbība: Bērni strādā divās grupās: vienai grupai jāapraksta attēls, kurā bērns smēķē, bet otrai, kurā bērni ir priecīgi un veselīgi. Bērni izsaka savu viedokli par to, kas šajos attēlos labs, kas nē, kādu ietekmi uz veselību un pašsajūtu varētu atstāt šāds dzīvesveids.

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: atkarība, kaitīgi ieradumi, tikumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	2. nodarbība. Kādi ir riski?	2. aktivitāte. Ieradumi.

Skolēnu darbība: Bērni kopā ar skolotāju apspriež, kāpēc lielākā daļa cilvēku, kuri smēķē, lieto arī alkoholu. Šie cilvēki zina par to kaitīgo ietekmi, tomēr turpina tās lietot. Kāpēc? Nonāk pie secinājuma, ka šos ieradumus ir ļoti grūti mainīt, jo cigaretēm un alkoholam piemīt atkarību izraisošas īpašības, un tas nozīmē, ka cilvēkiem ir gandrīz neiespējami atmest to lietošanu. Šajā gadījumā viņiem jāmeklē profesionāla palīdzība pie ārsta.

Komentāri: Skolotājs var iniciēt diskusiju par tēmu "Kādi tikumi jāattīsta, lai izvairītos no smēķēšanas un alkohola lietošanas?"

Satura vienība: Drošība un veselība

Norāde uz sasniedzamo rezultātu (Skola2030): Veido veselīga dzīvesveida ieradumus.

Atbilstības atslēgas vārds: kaitīgas vielas, kaitīgi ieradumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
2. klase	Kaitīgas vielas	3. nodarbība. Pareiza izvēle.	2. aktivitāte. Nākotnes es.

Skolēnu darbība: Bērni iztēlojas, par kādu pieaugušo viņi vēlētos kļūt. Pieraksta vārdus/frāzes ap cilvēka siluetu darba lapā — tas var ietvert sasniegumus, piemēram, darbu, ko vēlas, vai tikumus, piemēram, dāsnums. Kopīgi ar skolotāju pārrunā - kā kaitīgās vielas var ietekmēt šos mērķus? (Piemēram, ja tērē daudz naudas cigaretēm, būs grūtāk sakrāt naudu mājai; pārmērīga alkohola lietošana var padarīt uzvedību neparedzamu un sabojāt draudzību.)

Komentāri: Ir atbalsta materiāls (1. materiāls).

Sports un veselība 1. -9. klasei

1. klase

1. 1. Kā orientēties skolā un tās apkārtnē, ievērojot savu un citu drošību?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ar skolotāja palīdzību noorientē karti un pārvietojoties seko līdzī savai atrašanās vietai kartē; analizē, kā šīs prasmes varētu noderēt citās dzīves situācijās, piemērot, braucot ar mašīnu vai dodoties ceļojumā. Prognozē, kā būtu jārikojas gadījumā, ja plānotais sasniedzamais objekts kartē neatbilst īstenībai. Piemēram, nosauc paņēmienus, kā pārvaldīt savas emocijas, kontrolēt elpošanu, racionālu domu domāšanu un rīcību.

Atbilstības atslēgas vārds: drošība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmskola (5 gadu vecums)	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	1. nodarbība- Kurš mums var palīdzēt?	Uzsākšana: kuri cilvēki mums var palīdzēt?

Skolēnu darbība: analizē attēlus ar ārstu/medmāsu, policistu, sētnieku, ugunsdzēsēju un skolotāju. Pārrunā šos jautājumus un tad dalīties ar savām idejām grupā, kā šie cilvēki var palīdzēt, ja skolēnam ir sanācis apmaldīties (skolā, lielveikalā, dzīvojamā rajonā).

Komentāri: aktivitāte ir plānota pirmskolas 5 gadu veciem bērniem, taču šo aktivitāti var pielāgot arī 1. klases skolēnam. Viņiem esot pirmajā gadā skolā ir jāiepazīst skola, tās vides un jāiemācās, kā rīkoties, ja gadās apmaldīties skolā vai tās apkārtnē, kam lūgt palīdzību.

Atbilstības atslēgas vārds: drošība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmskola (5 gadu vecums)	Cilvēki, kuri mums var palīdzēt	2. nodarbība- Ārkārtas situācija	2. aktivitāte. Gatavošanās ārkārtas situācijai

Skolēnu darbība: analizē, kāds ir rīcības plāns ugunsgrēka gadījumā. Kāda ir ugunsgrēka trauksmes un citu piesardzības pasākumu nozīme (piemēram, ugunsdzēsmašīnas aparāti, trauksmes signāls, avārijas izeja). Kādi tikumi nepieciešami ugunsgrēka trauksmes vai evakuācijas gadījumā. Kāpēc? Izveido plakātu vai video instrukciju, parādot citiem bērniem kā rīkoties ugunsgrēka trauksmes gadījumā.

Komentāri: aktivitāte ir plānota pirmskolas 5 gadu veciem bērniem, taču šo aktivitāti var pielāgot arī 1. klases skolēnam. Skolēniem ir jābūt instruētiem par to, kā rīkoties, ja skolā ir bīstama situācija un ir jāevakuējas.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
Pirmsskola (6 gadu vecuma)	Mūsu kopiena	2. nodarbība – Mūsu kopiena skolā	1. aktivitāte. Kuri cilvēki ietilpst skolas kopienā?

Skolēnu darbība: apgūst to, ka visi pieder, kuri mācās skolai pieder kopienai — mēs šo iestādi apmeklējam (vai tajā strādājam). Veido domu karti par to, kas ietilpst šajā kopienā. Analizē, cik daudz dažādu lomu/darba pienākumu ir katram no šiem cilvēkiem.

Komentāri: aktivitāte domāta pirmskolas (6 gadu) vecuma bērniem, taču ir pielāgojama arī 1. klases skolēniem.

1. 2. Kādus apkārt esošos objektus varu izmantot fiziskajās aktivitātēs?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ar skolotāja atbalstu izvirza mācīšanās mērķi uz veselību orientētas fiziskās sagatavotības uzlabošanai, seko iepriekš izvirzītu sasniegumu kritēriju izpildei, novērtē savu darbību un apgūst dažādus vingrinājumus.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība – Mans fizisko aktivitāšu plāns	2. aktivitāte. Plāna izstrāde

Skolēnu darbība: domā par šādiem jautājumiem - cik daudz, tavuprāt, tu katru dienu sporto, ar kādām fiziskajām aktivitātēm tu nodarbojies, kādi fizisko aktivitāšu veidi pastāv, vai ir tādas fiziskās aktivitātes, kas ir "labākas" par citām. Pārrunā ar savu blakussēdētāju, kādā veidā viņi šobrīd iesaistīties fiziskās vai sporta aktivitātēs.

Komentāri: aktivitāte domāta 5. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 1. klases skolēniem. Ieteicams šo aktivitāti realizēt teorētiskajā nodarbībā, lai skolēnu šo darbu var veikt sēžot pie mācību kabineta galdiem.

1. 3. Kā varu kustībās atainot un mūzikas pavadījumā parādīt dažādas dabas norises un savas emocijas?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): piedalās kustību rotaļās ar muzikālo pavadījumu saskaņā ar mācību nodarbības uzdevumus, piemēram, atdarinot pazīstamus tēlus un spilgtas emocijas. Dejas laikā uztur pozitīvas attiecības ar citiem un sadarbojas uzdevuma veikšanai.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Rīku kaste 1. -3 klasei - tikumi un emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	4. nodarbība – Tikumi un emocijas	2. aktivitāte. Emociju kontrole

Skolēna darbība: klausās apgalvojumu, tie, kas piekrīt nosauktajam apgalvojumam, sper soli uz priekšu. Tie, kuri nepiekrīt, paliek uz vietas. Skolēni pastāsta kāpēc šādu viedokli izvēlējušies.

Komentāri: aktivitāte plānota pirmskolas (5 gadu) vecuma bērniem, taču ir pielāgojama 1. klases skolēniem. Šo aktivitāti vēlams izmantot pirms deju apguves. Ja skolotājs ir plānojis, ka skolēni paši veido deju soļu kombinācijai, vai apgūst deju pāros, šī aktivitāte noder, lai skolēni apgūtu savu emociju kontroli.

2. klase

2. 2. Kā ar vispārattīstošo vingrošanu varu attīstīt visas muskuļu grupas, koordināciju un stāju?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ar skolotāja atbalstu izpilda vingrinājumus kustību koordinācijas vingrinājumu, kas attīsta vispārējo koordināciju, stāju un visas muskuļu grupas.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte ir domāta 5. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 2. klases skolēniem.

2. 3. Ar kādām fiziskajām aktivitātēm varu nodarboties ārā vēsā laikā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ar skolotāja atbalstu apgūst kustību koordinācijas vingrinājumus, kas uzlabo spēju orientēties telpā. Piemēram, visas rotaļlietas, kuru izpildes laikā notiek pārvietošanās ierobežotā laukumā, attīsta prasmi izvairīties no sadursmēm ar citiem cilvēkiem ekstremālās dzīves situācijās.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība – Kāpēc ir jāsporto?	1. aktivitāte. 9 rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte ir domāta 3. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 2. klases skolēniem.

2. 4. Ko nozīmē godīgi spēles noteikumi?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): rotaļu, spēļu laikā mācās ievērot vienkāršu noteikumus. Pastāsta un vienojas par drošības noteikumu ievērošanu rotaļās un spēlēs.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
1. -3. klase	Rīku kaste	3. nodarbība – Kas ir tikumi?	2. aktivitāte. Zelta vidusceļš

Skolēnu darbība: izvēlas vienu no tikumiem un pārrunā, kā izpaustos, ja šī tikuma būtu pārāk daudz (pārmērība) vai pārāk maz (trūkums).

Komentāri: aktivitāte plānota 1. -3. klases skolēniem. Pirms spēles, šī aktivitāte būtu noderīga, lai ar skolēniem, ka godīgas spēles ievērošana ir viens no tikumiem, kurš skolēnam ir jāattīsta.

3. klase

3. 1. Kādus pārvietošanās veidus varu izmantot fiziskajās aktivitātēs?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): ar skolotāja atbalstu sadarbojoties pāri vai mazā grupā, izmanto radošās domāšanas stratēģijas, rada jaunas idejas spēlēm, rotaļām, to nosacījumiem un kopīgi izvēlas labāko risinājuma uzdevuma veikšanai, piemēram, rotaļā "Kaķis un peles" izdomā "kaķa" vai "peles" pārvietošanās veidus.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
3. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība – Kas cilvēkus attur no fiziskām aktivitātēm?	1. aktivitāte. Šķēršļi, kas traucē nodarboties ar fiziskām aktivitātēm

Skolēnu darbība: skolēni analizē, kādi iemesli var būt cilvēkiem, kāpēc viņi atturas nodarboties ar fiziskām aktivitātēm. Piedāvā problēmu risinājumus.

Komentāri: aktivitāte plānota 3. klases skolēniem. Šī aktivitāte palīdz skolēniem saskatīt iespējamās alternatīvas, kuras attīsta prasmi veidot jaunas idejas un stratēģijas spēlēm, meklējot alternatīvas dažādiem to uzdevumiem.

3. 5. Vai spēju kontrolēt savu rīcību un emocijas, darbojoties rotaļās un spēlēs?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): apgūst prasmi sadarboties grupā, piemēram, sarunājoties pārliecināties, vai partneris ir sapratis teikto, kā arī paust savas emocijas, rēķinoties ar citu jūtām un vajadzībām, vienlaikus ievērojot personīgo un citu drošību un godīgas spēles noteikumus.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6. klase	Rīku kaste	3. nodarbība- Kas ir tikumi?	2. aktivitāte. Tikumu grupēšana

Skolēnu darbība: skolēni grupē tikumus, pēc sevis izveidotiem kritērijiem. Pamato savu viedokli.

Komentāri: aktivitāte plānot 4. -6. klašu skolēniem, taču ir pielāgojama 3. klases skolēniem. Aktivitāte ir noderīga pirms spēļu izspēles, kas atgādina skolēniem, kādi tikumi ir nepieciešami, lai spēle būtu godīga un tā visiem sagādātu pozitīvas emocijas.

4. klase

4. 1. Kā labāk pārvarēt šķēršļus?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): apzinās faktorus, kas rada trauksmi/stresu, veicot šķēršļu pārvarēšanas vingrinājumus, un mācās stresa pārvaldīšanas vingrinājumus.

Atbilstības atslēgas vārds: pārvarēšana

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. klase	Stress	2. nodarbība – Stresa pārvarēšana	1. aktivitāte. Paņēmieni stresa mazināšanai.

Skolēnu darbība: kopā ar skolotāju analizē un definē, tos stresa mazināšanas paņēmienus, kurus skolēni var izmantot stresa un trauksmes mazināšanai.

Komentāri: aktivitāte plānota 4. klases skolēniem.

4. 4. Kā patstāvīgi uzlabot savas fiziskās spējas?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Patstāvīgi izvērza savu mācīšanās mērķi, plāno tā īstenošanu, analizē kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu darbības taktikas vai stratēģijas un uzlabotu savu sniegumu skriešanas un soļošanas trasēs.

Izvērtē paveikto pēc paša radītiem kritērijiem un apsver turpmākos soļus savu prasmju pilnveidei.

Saskata daudzveidīgas iespējas, kur izmantot apgūtos vingrinājumus, piemēram, brīvā laika pavadīšanā organizētās un neorganizētās fiziskajās aktivitātēs. Piemēram, spēlē Kinn-ball skolēni paši vienojas par spēlētāju skaitu laukumā, noteikumiem un spēles gaitu.

Atbilstības atslēgas vārds: attīstība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	1. nodarbība - Attīstība caur fiziskajām aktivitātēm	1. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: skolēni sakārto fizisko aktivitāšu ieguvumus no vissvarīgākā uz vismazāk svarīgo 9 rombu kartē

Komentāri: ņemiet vērā, ka aktivitāte ir domāta 5. klases skolēniem, bet ir pielāgojama 4. klases skolēniem.

Atbilstības atslēgas vārds: attīstība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Fiziskās aktivitātes	2. nodarbība – Mans fizisko aktivitāšu plāns	2. aktivitāte. Plāna izstrāde

Skolēnu darbība: domā par šādiem jautājumiem – cik daudz, tavuprāt, tu katru dienu sporto, ar kādām fiziskajām aktivitātēm tu nodarbojies, kādi fizisko aktivitāšu veidi pastāv, vai ir tādas fiziskās aktivitātes, kas ir “labākas” par citām. Pārrunā ar savu blakussēdētāju, kādā veidā viņi šobrīd iesaistāties fiziskās vai sporta aktivitātēs.

Komentāri: aktivitāte domāta 5. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 4. klases skolēniem. Ieteicams šo aktivitāti realizēt teorētiskajā nodarbībā, lai skolēnu šo darbu var veikt sēžot pie mācību kabineta galdiem.

Atbilstības atslēgas vārds: attīstība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6. klase	Rīku kaste	5. nodarbība – Tikumu attīstīšana	3. aktivitāte. Pašrefleksija

Skolēnu darbība: reflektē par to, kādus tikumus skolēni attīsta, izmantojot sporta nodarbībās iegūtas zināšanas savā dzīvē. Kādi tikumi skolēniem palīdz uzturēt savu fizisko veselību kārtībā arī pēc skolas. Skolēni refleksijai var izmantot darba lapu “Tikumu vairog” (2. materiāls) atzīmējot: tikumus, ko viņi ir labi apguvuši; tikumus, kas vēl jāapgūst; kā šie tikumi izpaužas; kā viņi šos tikumus attīstīs.

Komentāri: aktivitāte pielāgojama 4. -6. klašu skolēniem.

5. klase

5. 1. Kā pirms fiziskajām aktivitātēm lietotais uzturs ietekmē manas darba spējas?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): Atbildīgi un patstāvīgi sagatavoja fiziskajām aktivitātēm

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība - Uzturs	4. aktivitāte. Ēšanas dienasgrāmata: skaties, ko tu ēd!

Skolēnu darbība: reflektē, pamatojoties uz divu nedēļu ierakstiem dienasgrāmatā, un fiksē savus secinājumus par noteiktu pārtikas produktu ietekmi vai ēšanu noteiktā laikā, piemēram, vēlu vakarā. Šīs aktivitāte var būt retrospektīva, lai veidotu diskusiju.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 5. klases skolēniem, lai aktualizētu jautājumu par to, ko ir ieteicams ēst pirms sporta nodarbībām, lai tas nenodarītu kaitējumu organismam un veselībai.

5. 4. Kā drošināt citam citu šķēršļu joslā?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): darbojoties priekšmetu pārvietošanas vingrinājumos, paredz bīstamas situācijas, atpazīst riskus un to iespējamās sekas, pieņem drošus lēmumus

un uzņemas atbildību par savas un citu drošības un veselības saglabāšanu.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai ‘e-TAP’

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Draudzība	1. nodarbība – Kādas īpašības piemīt labam draugam?	1. aktivitāte. Šķirošana

Skolēnu darbība: domā par draugiem, kas šobrīd ir viņu dzīvē, un draudzībām, kas viņiem bijušas agrāk. Pārrunā šādus jautājumus - kādas īpašības piemīt labam draugam, kādā veidā šīs īpašības palīdzējušas tev būt par labu draugu kādam citam un otrādi, vai šīs īpašības vari sasaistīt ar kādiem noteiktiem tikumiem, kādi tikumi palīdz tev kļūt par labu draugu citiem.

Komentāri: aktivitāte plānota 5. klases skolēniem. Ieteikums realizēt šo aktivitāti pirms nodarbībām, kad plānots, kāds grūtāks uzdevums, kurā skolēnam vienam otru būtu jāmotivē.

Atbilstības atslēgas vārds: kopiena

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
5. klase	Kopienas	1. nodarbība – Kopiena un darbs kopienas labā	4. aktivitāte. Deviņi rombi

Skolēnu darbība: izmantojot kārtis deviņu rombu uzdevumā sakārtot / sanumurēt šo deviņus rombus pēc to nozīmības (1- nenozīmīgs, 9 – nozīmīgs).

Komentāri: aktivitāte plānota 5. klases skolēniem. Var izmantot, lai aktualizētu skolas kā kopienas būtību, un katra iesaisti tās vērtību stiprināšanā.

6. klase

6. 2. Kā sagatavot organismu slodzei atbilstoši tās specifikai?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): atbildīgi un patstāvīgi sagatavoja fiziskajām aktivitātēm.

Atbilstības atslēgas vārds: miegs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	3. nodarbība - Miegs	2. aktivitāte. Miegs: fakti

Skolēnu darbība: analizē veselīga miega ieguvumus.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem, taču tā ir pielāgojama arī 6. klases skolēniem. Aktivitāti var izmantot, lai aktualizētu kvalitatīva miega nozīmi, nodarbojoties ar sportu.

Atbilstības atslēgas vārds: uzturs

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	1. nodarbība - Uzturs	3. aktivitāte. Sabalansēts uzturs

Skolēnu darbība: diskutē par sabalansēta uztura nepieciešamību, lai neapdraudētu savu organismu fiziskas slodzes laikā.

Komentāri: aktivitāte plānot 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 6. klases skolēniem.

6. 4. Vai pamatprasmju kvalitāti ietekmē vingrinājumu izpildes ātrums?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): analizē kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu darbības taktikas vai stratēģijas un uzlabotu savu sniegumu.

Atbilstības atslēgas vārds: ieradumi

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
4. -6. klasei	Rīku kaste	5. nodarbība – Tikumu attīstīšana	3. aktivitāte. Pašrefleksija

Skolēnu darbība: izprot, kādus tikumi skolēnam piemīt un pie kuriem tikumiem, vēl ir jāpiestrādā.

Komentāri: aktivitāte plānot 4. -6. klašu skolēniem, noder, lai aktualizētu skolēniem, kuri tikumi ir svarīgi, lai attīstītu savas prasmes un nepadotos.

7. klase

7. 4. Kādas fiziskās aktivitātes ir nepieciešamas kaulu un muskuļu sistēmas veselībai?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): analizē, izvērtē un pieņem lēmumus vingrinājumu slodzes un apjoma dozēšanai un sporta inventāra izvēlei atbilstoši savām fiziskajām spējām un veselībai, videi un drošībai.

Atbilstības atslēgas vārds: fiziskās aktivitātes

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Fiziskā veselība	2. nodarbība – Fiziskās aktivitātes	2. aktivitāte. Kā tu sporto?

Skolēnu darbība: apdomā, kā skolēni šobrīd sporto un kādas idejas var izmantot, lai izstrādātu savu treniņu plānu. Jāizveido dienasgrāmatas ierakstu, norādot, kā viņi patlaban veic fiziskās aktivitātes, kā tās ietekmē viņu dzīvi un kā varētu izstrādāt savu treniņu plānu.

Komentāri: aktivitāte ir plānota 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 7. klases skolēniem, lai aktualizētu to, kādu fiziski slodzi viņi uzliek savam ķermenim un vai tā ir atbilstoša. Pēc tam var veikt salīdzināšanu ar sporta nodarbībās darīto.

7. 5. Kā veiksmīgi darboties un sadarboties komandu fiziskajās aktivitātēs?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): sadarbojas pāri un grupā, iesaistās kopīgā darbā, izrāda pozitīvu attieksmi kolektīvā un rūpējas par pieklājīgām, draudzīgām attiecībām ar apkārtējiem.

Atbilstības atslēgas vārds: sadarbība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība – Kas veido veselīgas attiecības?	3. aktivitāte. Attiecību pazīmes

Skolēnu darbība: analizē, kā katra no attiecību pazīmēm var praksē kļūt veselīga vai neveselīga.

Komentāri: aktivitāte plānota 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 7. klases skolēniem, lai aktualizētu, kāda īpašības nodarbībā var kaitēt, sadarbojoties grupā/komandā.

8. klase

8. 3. Kā izdejot sirsnību, smaidu un draudzību?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): skatot dažādu stilu mūzikai, pāri vai mazā grupā spontāni izdejo emocijas, atveido dažādus tēlus vai situācijas no savas dzīves pieredzes atbilstoši savām tā brīža izjūtām un domām.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	1. nodarbība – Emocionālā veselība	Mācību aktivitātes. Uzsākšana

Skolēnu darbība: analizē, ko nozīmē būt emocionāli veselam.

Komentāri: aktivitāti var izmantot, lai aktualizētu to, ka savu emociju pārvaldīšana, apzināšanās un to izrādīšana, var likt justies labi un atbrīvoti.

Atbilstības atslēgas vārds: draudzība

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība – Kas veido veselīgas attiecības?	Mācību aktivitātes. Uzsākšana

Skolēnu darbība: apraksta pozitīvu un labu attiecību pazīmes.

Komentāri: aktivitāti var izmantot, lai uzsvērtu, ka klases kolektīvā ir jābūt cieņpilnām, draudzīgām attiecībām un skolēniem nav jākautrējas vienam no otra savu emociju izrādīšanā.

9. klase

9. 1. Kādas digitālās tehnoloģijas izmantoju savas dienas plānošanai un fizisko aktivitāšu apjoma kontrolēšanai?

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): patstāvīgi izvērtē, izvēlas un lieto viedtālrunu mobilās aplikācijas, ar to palīdzību kontrolē slodzes intensitāti un gūst motivāciju nodarboties ar veselību veicinošām fiziskajām aktivitātēm.

Atbilstības atslēgas vārds: tehnoloģijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Tehnoloģiju pasaule	1. nodarbība – Gudra tehnoloģiju izmantošana	3. aktivitāte. Tikumi un tehnoloģijas

Skolēnu darbība: diskutē, kā tehnoloģiju izmantošana attīstīta tikumus, gan pilnveido rakstura tikumus. Analizē, kā pretoties tehnoloģiju ietekmei un kontrolei pār mums.

Komentāri: aktivitāte paredzēta 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 9. klases skolēniem.

9. 3. Kā pārvaldu domas, emocijas un uzvedību, sadarbojoties ar partneri

Norāde uz temata apguves norises aprakstu (Skola2030): izvērtē citu cilvēku emocijas un rīcības motīvus un pielāgo savu uzvedību un komunikācijas veidu atbilstoši situācijai.

Atbilstības atslēgas vārds: emocijas

Atbilstība programmai 'e-TAP'

Klase	Tēma	Nodarbības nr. un nosaukums	aktivitātes nr. un nosaukums
8. klase	Veselīgas attiecības	2. nodarbība - Kas veido veselīgas attiecības?	2. aktivitāte. Manas vērtības

Skolēnu darbība: analizē, kuri apgalvojumi ir svarīgi veselīgās un draudzīgās attiecībās. Diskutē, kā šie uzskati varētu ietekmēt cilvēka uzvedību savstarpējās attiecībās?

Komentāri: aktivitāte ir plānota 8. klases skolēniem, taču ir pielāgojama 9. klases skolēniem.