Pirmsskola 5 gadi

Tēma: Ģimene

2. nodarbība - Pārmaiņas ģimenē

**Nodarbības atsegums**

**Plānotie bērnam sasniedzamie rezultāti**

***Bērnam veidojas priekšstats par to,***

* kādas izmaiņas ģimene varētu piedzīvot;
* kādas izjūtas šīs izmaiņas varētu radīt;
* kādi tikumi nepieciešami, lai pieņemtu pārmaiņas.

***Bērnam sākas veidoties morālais ieradums***

* dalīties priekos un bēdās ar saviem ģimenes locekļiem;
* apzināties un pārvaldīt savas emocijas ģimenes jautājumos;

**Nodarbībā aplūkotās vērtības un tikumi**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **No Pirmsskolas izglītības vadlīnijām** | **Papildus no programmas “e-TAP”** |
| **Vērtības** | Cilvēka cieņa, ģimene, laulība | Mīlestība, rūpes, saskaņa |
| **Tikumi** | Laipnība, līdzcietība, drosme | Atvērtība jaunajam, empātija, līdzjūtība |

**Atslēgvārdi:** pārmaiņas, zaudējums, dusmīgs, bēdīgs, apjucis, sajūtas.

**Mācību materiāli:**

* pārmaiņu attēli (1. materiāls);
* bilžu un stāstu grāmatas par emocijām un pārmaiņām ģimenē, piemēram:
* Annas Ļenasas grāmata [“Krāsu mošķis” (Latvijas Mediji, 2020)](https://veikals.la.lv/shop/product/901) - labs palīglīdzeklis pirmsskolas vecuma bērniem emociju šķetināšanai. Krāsu mošķis mācās nošķirt prieku, skumjas, dusmas, bailes, mieru, iekrāsojot tās dienas notikumus noteiktā krāsā.
* Evas Madejskas grāmatas [“Brillītes”](http://www.petergailis.lv/peter/index.php?route=product/product&product_id=657) un [“Karalis”](http://www.petergailis.lv/peter/index.php?route=product/product&keyword=karalis&category_id=0&product_id=670) (Pētergailis, 2019) par mazo meiteni Fraņu un viņas ikdienu ģimenē un rotaļu laukumā. Šie izdevumi ar bagātīgām ilustrācijām ir vērtīgs solis iekļaujošas sabiedrības veidošanā – atšķirīgo cienot, nevis noniecinot. Palīdz bērnam izprast attiecību veidošanu ar saviem vienaudžiem.
* Meklējot īstos vārdus, kas būtu bērnu vecumam un izpratnei piemēroti, un paturot prātā dzīves skumjo pusi, kurā viens no lieliem vārdiem ir “nāve”, pārsteidzoši skaista un vērtīga ir Mihaela de Koka un Kristīnes Ārtsenas grāmata [“Kā vecmamma vislaik samazinājās?” (Pētergailis, 2017)](http://www.petergailis.lv/peter/index.php?route=product/product&keyword=vecmamma&category_id=0&product_id=611).
* Emīlija Menendesa-Aponte ["Mazulis nāk"](https://www.janisroze.lv/lv/gramatas/sadzive-izklaide-valasprieki/bernu-audzinasana/mazulis-nak.html). (Jumava, 2011). Šī grāmata palīdzēs ģimenēm ar bērniem veiksmīgāk pārdzīvot pārmaiņas, kad ģimenē ienāk vēl viens mazulis.

**Atslēgas jautājumi:**

1. Kādas pārmaiņas tu redzi/zini? Kā pārmaiņas liek tev justies?
2. Vai vari iedomāties kādas pārmaiņas, kas lika tev justies priecīgam/ skumjam/ sajūsminātam?
3. Kādi tikumi mums varētu būt vajadzīgi, lai pieņemtu pārmaiņas?
4. Kādi tikumi mums varētu būt vajadzīgi, lai palīdzētu saviem draugiem pieņemt pārmaiņas viņu ģimenēs?
5. Ko mēs varam darīt, ja pārmaiņas ģimenē liek mums justies apjukušiem, dusmīgiem vai bēdīgiem?

Bērna un skolotāja darbības plānotā rezultāta sasniegšanai

Ierosme. Pārmaiņas mums apkārt

[1. materiāls] Pārmaiņas notiek nepārtraukti — kādas pārmaiņas vari saskatīt attēlos? Kādas citas pārmaiņas tu vari iedomāties?

Kolēģu komentāri:

“Izdevās bērniem pēc attēliem parādīt, kā tad jūtas, kad ir pārmaiņas un ka pie katras situācijas jūtas citādāk.”

1. aktivitāte. Pārmaiņas un jūtas

Kā pārmaiņas liek mums justies? Kā tu jūties, kad tavā dzīvē notiek pārmaiņas?

Tu varētu justies priecīgs, bēdīgs, uztraucies, dusmīgs, apjucis vai sajūsmināts?

Vai vari iedomāties pārmaiņas, kas tev lika/liktu justies priecīgam/ skumjam/ sajūsminātam?

Kolēģu komentāri:

“Sarunas laikā izmantoju emociju kartiņas. Tas palīdzēja atpazīt un raksturot sajūtas.”

“Vairāk runāja par pozitīvām emocijām, par pozitīvām pārmaiņām ģimenē: māsu un brāļu piedzimšana, vecāku jaunās ģimenes. Priecē, ka bērniem šīs pārmaiņas raisa pozitīvas izjūtas.”

2. aktivitāte. Pārmaiņas ģimenēs

Dažkārt ģimenē var notikt pārmaiņas: piedzimt bērniņš, kāds var pārcelties dzīvot citur, kāds cits var pārcelties uz dzīvi tavā ģimenē, kāds var nomirt. Šīs pārmaiņas var būt grūtas, un mēs varam just daudz spēcīgu emociju, piemēram, skumjas, satraukumu, apjukumu vai dusmas. Jūs varat izmantot šīs vai kādas citas bilžu un stāstu grāmatas, lai parādītu, kā var izpausties pārmaiņas vai zaudējums: Anna Ļenasa “Krāsu mošķis”, Eva Madejska “Brillītes”, “Karalis”, Mihaels de Koks, Kristīne Ārstena “Kā vecmamma vislaik samazinājās”, Emīlija Manendesa-Aponte “Mazulis nāk”.

Kopā varat pārrunāt šādus jautājumus:

* Kādas pārmaiņas notiek grāmatā?
* Kā jūtas grāmatas varoņi?
* Ko grāmatas varoņi dara?

Atrodiet grāmatā tikumu piemērus!

* Kādi tikumi mums var palīdzēt pieņemt pārmaiņas?
* Kādi tikumi mums varētu būt vajadzīgi, lai palīdzētu draugiem pieņemt pārmaiņas viņu ģimenēs?

Kolēģu komentāri:

“Izdevās bērnos radīt saprašanu par to, ka ir dabīgi just spēcīgākas emocijas un ir iespēja šīs emocijas nomierināt sarunu veidā un zīmējot. Bērniem ļoti patika uzdevumi no grāmatas ''Krāsu mošķis''. “

“Maniem bērniem bija grūti izteikt savas emocijas par tuvinieku nāvi, bet ļoti patika iekrāsot dienas notikumus noteiktā krāsā.“

“Gatavojoties nodarbībai, atradu daudz materiālus par ģimeni - bērniņa gaidīšanu, svētkiem ģimenē-, bet .. ļoti maz ir materiāli, attēli par cilvēka nomiršanu, apbedīšanu, arī literatūrā tikpat kā nav. Pieredze rāda, ka vecāki un pedagogi nerunā par šādām pārmaiņām.”

“Diemžēl mums nebija grāmatas, ko parādīt, tāpēc tā vietā izdomājām savu stāstu.”

“Tā kā tika piedāvāti vairāki literārie darbi, es arī izmantoju iespēju, lai bērni varētu noklausīties un pārrunāt/analizēt saturu.”

Kopīgā noslēguma apspriede. Jūtu pārvaldīšana

Dažkārt, piedzīvojot pārmaiņas, mēs varam justies skumji, apbēdināti, dusmīgi vai apjukuši. Šīs izjūtas ir normālas, un ar laiku tās kļūs vājākas. Ko tu varētu darīt, ja šādi jūties?

Ja bērniem nepieciešamas uzvedinošas idejas, jūs varat ierosināt:

* parunāt ar kādu pieaugušo, kam tu uzticies;
* parunāt ar draugu;
* uzzīmēt vai uzrakstīt, kā tu jūties;
* darīt kaut ko, kas tev sagādā prieku.

Noslēgumā varat kopīgi padejot pie kādas noskaņojumu uzmundrinošas dziesmas vai uzspēlēt kādu rotaļu, kas bērnus ieinteresē un iepriecina.

Kolēģu komentāri:

“Dejošana beigās bija fantastiska nodarbības daļa, kas parādīja tik daudz dažādas emocijas bērnos, ka, mūzikai skanot, atvērās arī kautrīgie, sabijušies, tāpēc ļoti liels uzsvars ir uz bērnu emocijām.”

“Dejojām deju "Tu un es, draugi esam mēs". Sarīkojām ballīti ,tas bērnus iepriecināja.”

“Šī tēma var izvērsties ļoti emocionāla. Sarunājoties ar bērniem, mēs nonācām arī līdz tēmai – kā ir, kad zaudē kādu no ģimenes locekļiem.”

“Saruna par kāda ģimenes locekļa nomiršanu īsti nerisinājās. Bērniem nav šāda pieredze; neizprot notiekošo. Tāpēc neprot raksturot un pastāstīt par savām izjūtām, bet zina, ka tas ir bēdīgi un skumji.”

“Šī tēma bija tik aktuāla mūsu grupa, ka runājot bērniem radās papildus jautājumi, ko tas nozīmē, līdz ar to nodarbība bija garāka par 20 minūtēm.”