

uzvediba.lv

VEBINĀRS

# POZITĪVS GADA SĀKUMS SAREŽĢĪTĀ KLASĒ

16:00-18:00  
*Līga Bērziņa*



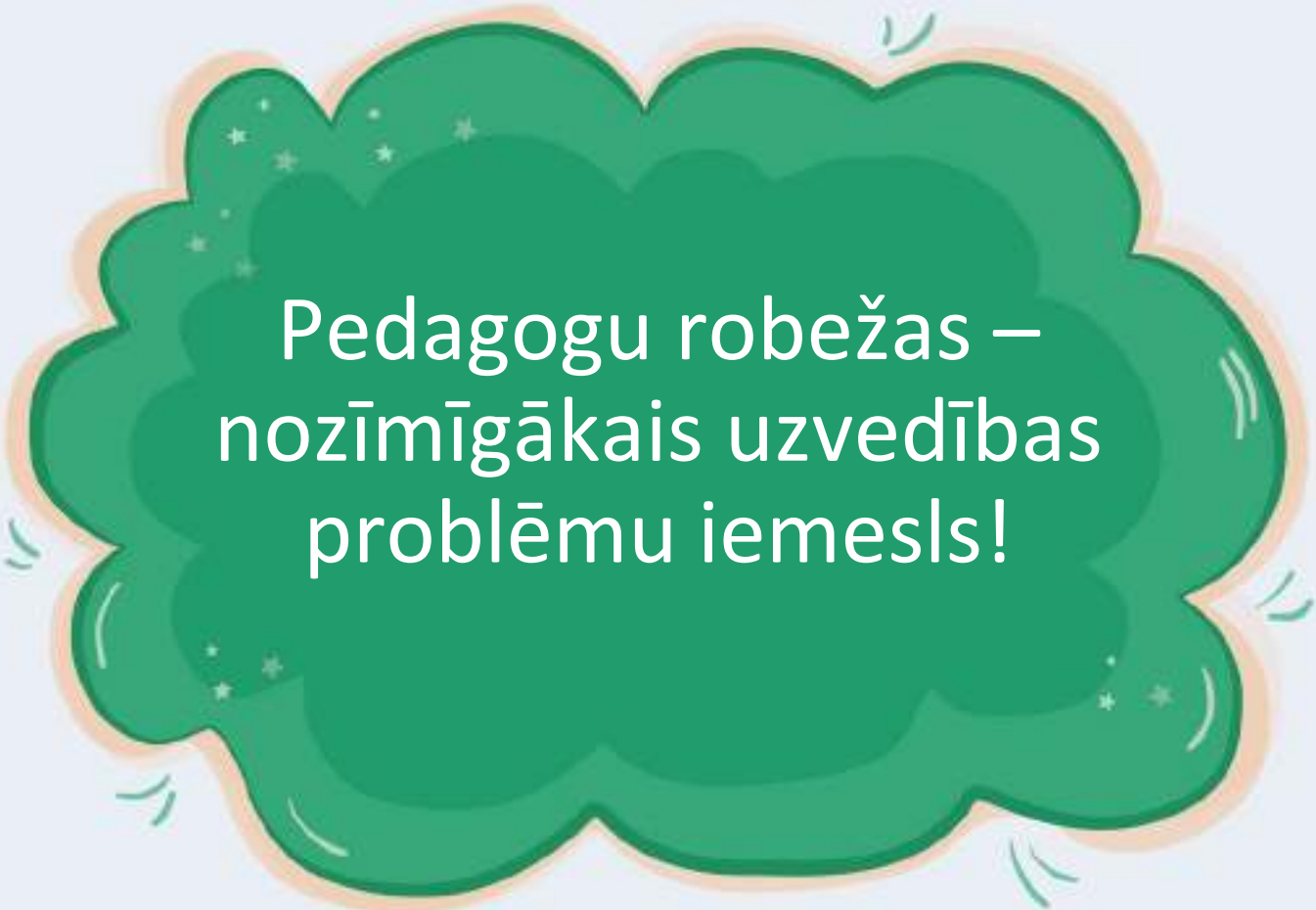
Ceri uz labāko,  
gatavojies sliktākajam



- Kad bērni nemāk lasīt, mēs mācām
  - Kad bērni nemāk rakstīt, mēs mācām
  - Kad bērni nemāk runāt, mēs mācām
- 
- Kad bērni nemāk uzvesties, mēs.... sodām...

Nereālistisku padomu  
došana arī ir īpaša  
vardarbības forma





Pedagogu robežas –  
nozīmīgākais uzvedības  
problēmu iemesls!

# Vardarbība parasti sākas, pārbaudot robežas

- Pienākumu;
- Laika;
- Ķermeņa, izskata;
- Izvēles;
- Pieklājības;
- Kārtības;
- Personisko lietu;
- Attiecību;
- Komunikācijas;
- Emociju;
- Reliģijas;
- Atpūtas un privātās telpas;
- Inventāra;
- Dzimuma;
- Dažādības;
- Drošības;
- Subordinācijas.

# Veidojiet paši droši vidi

- Nemiet vērā ne tikai fizisko, bet arī emocionālo vidi
- Sagatavojiet bērnus pārmaiņām un ko darīt pārmaiņās
- Piedāvāriet droši vidi bērniem, kuriem viegli veidojas sensorā pārslodze
- Nesodiet bērnus par uzvedību, kas patiesībā ir traumas simptomi

# Rūpējieties par saviem kolēģiem

- Ja labi jutīsies pedagogi, labi jutīsies arī bērni
  - Kas jums patīk skolas telpās?
  - Kas jums nepatīk skolas telpās?
  - Kas jums pietrūkst skolas telpās?
  - Ko jūs skolas telpās vēlētos savādāk?



# Man nav jāpatīk bērnam, man viņi ir jāmāca!

- Ja jūs nepatiksiet bērniem, jūs to ātri uzzināsiet!

# Veidojiet paši droši vidi

- Nemiet vērā ne tikai fizisko, bet arī emocionālo vidi
- Sagatavojiet bērnus pārmaiņām un ko darīt pārmaiņās
- Piedāvāriet droši vidi bērniem, kuriem viegli veidojas sensorā pārslodze
- Nesodiet bērnus par uzvedību, kas patiesībā ir traumas simptomi

# Pieaugušo favorītisms



# Pazīmes, kam jāpievērš uzmanība:

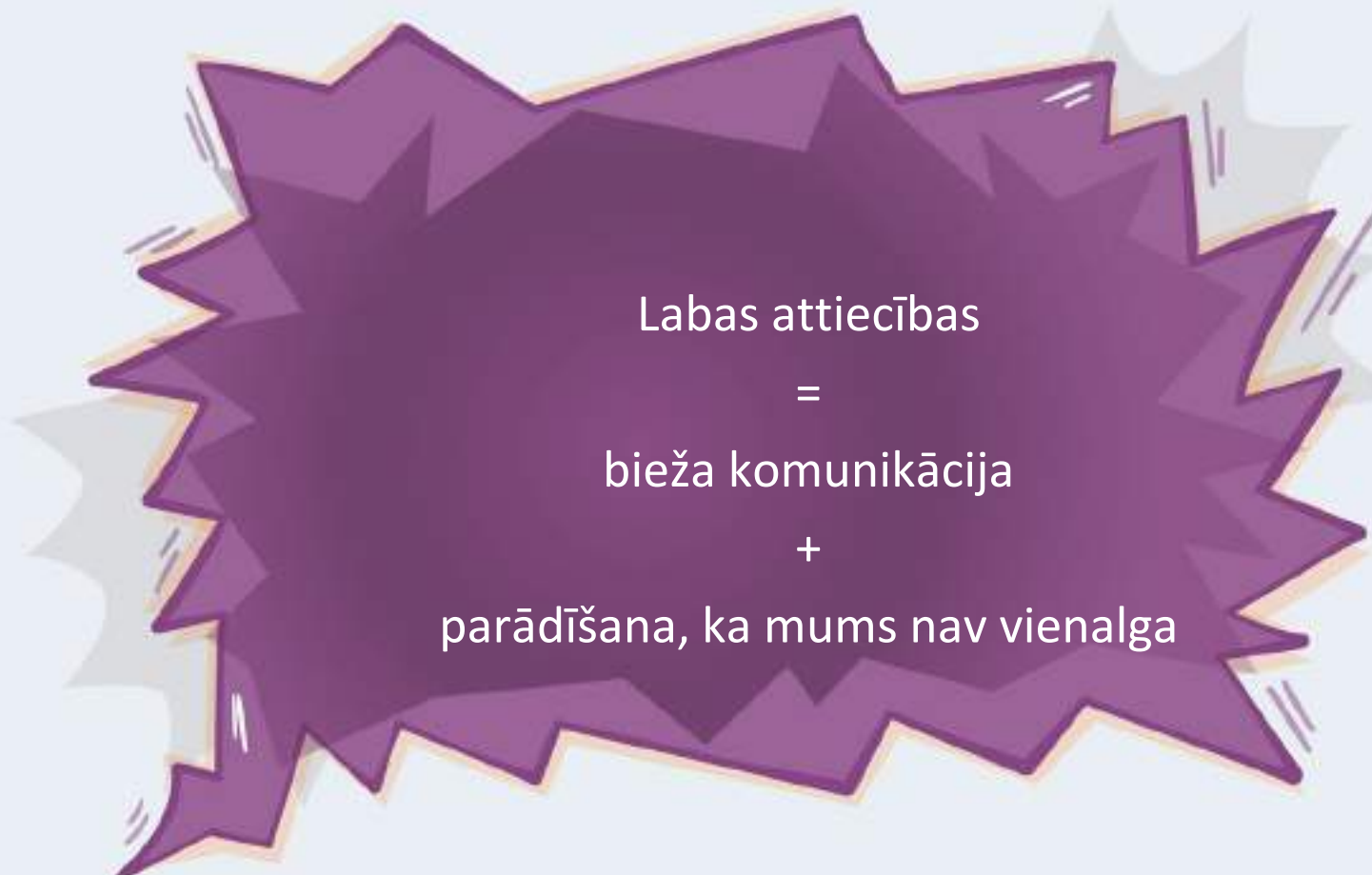
- Retorika vardarbībā, iesaukas
- Acu skatiens un noskaņojums. Ne vienmēr var ticēt, ka viss ok
- Noslēgšanās
- Stāsta, ka viņu bieži pārtrauc, neļaujot pateikt sakāmo līdz galam,
- Neparasti aktīvs vai gluži otrādāk - «*Viss ok*».
- Mainās sekmes, nespēja koncentrēties
- Mainās ķermeņa atrašanās telpā – daudz atrodas ārpus grupām, iešana gar sienām, sēdēšana malā, viens pats

# Neveselīgas vides pazīmes:



- Citu pārtraukšana, neļaušana izteikties
- Sūdzēšanās un stučīšanas kultūra
- “Kapeņu” stāsti
- Stipras iekšējās mikrogrupas
- Naidīga jauno biedru sagaidīšana
- Veiksmes piesavināšanās
- Vardarbības atbalstīšana, vardarbīgi joki un komunikācija





Labas attiecības  
=  
bieža komunikācija  
+  
parādīšana, ka mums nav vienalga

Ir konflikts – ir  
komunikācija  
Nav konflikta – nav  
komunikācijas

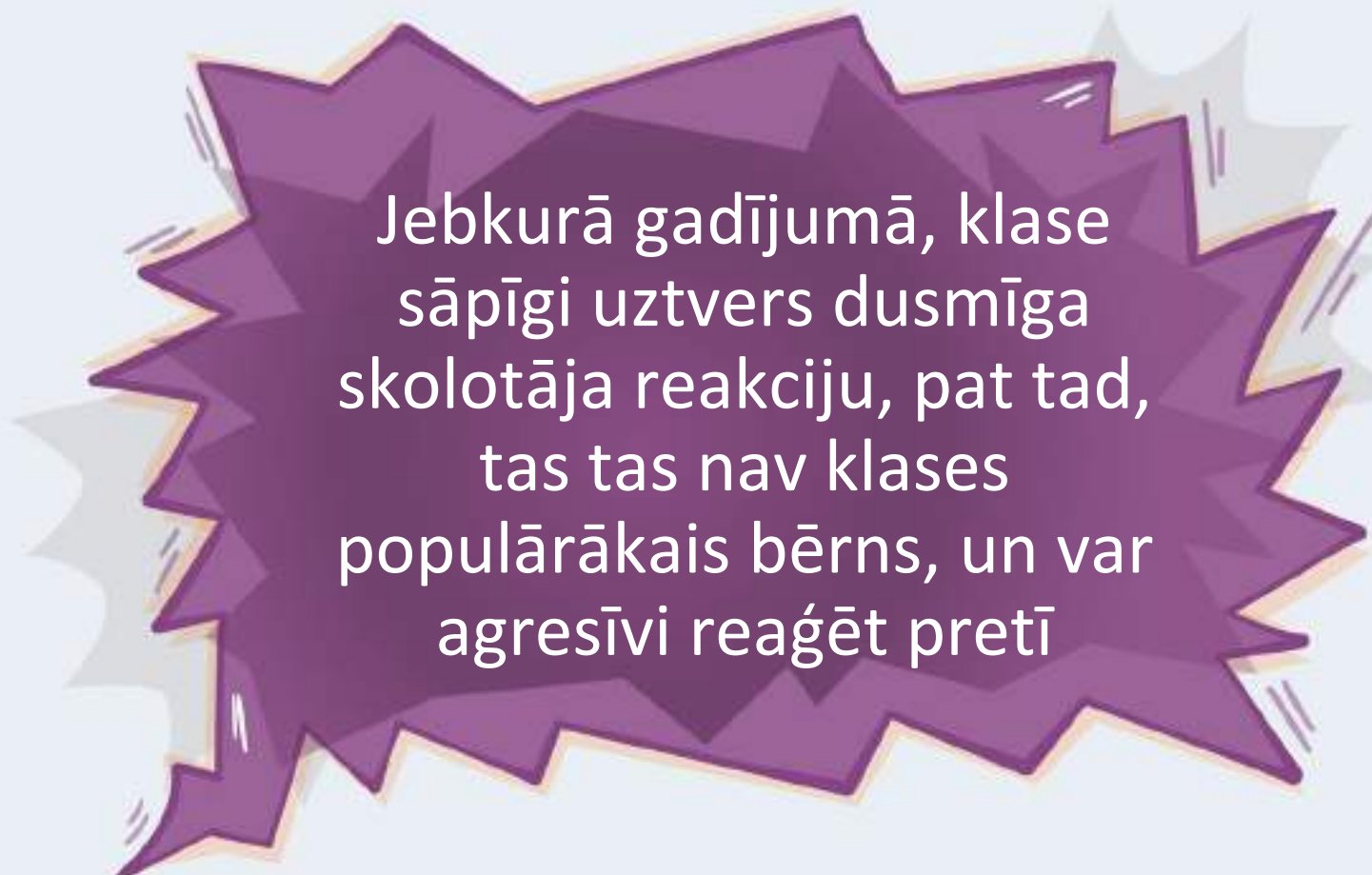
[www.uzvediba.lv/metodologija/pasaki-sev-pasaki-citiem](http://www.uzvediba.lv/metodologija/pasaki-sev-pasaki-citiem)

KOMPLIMENTU SPĒL  
**PASAKI**  
**SEV | CITIEM**

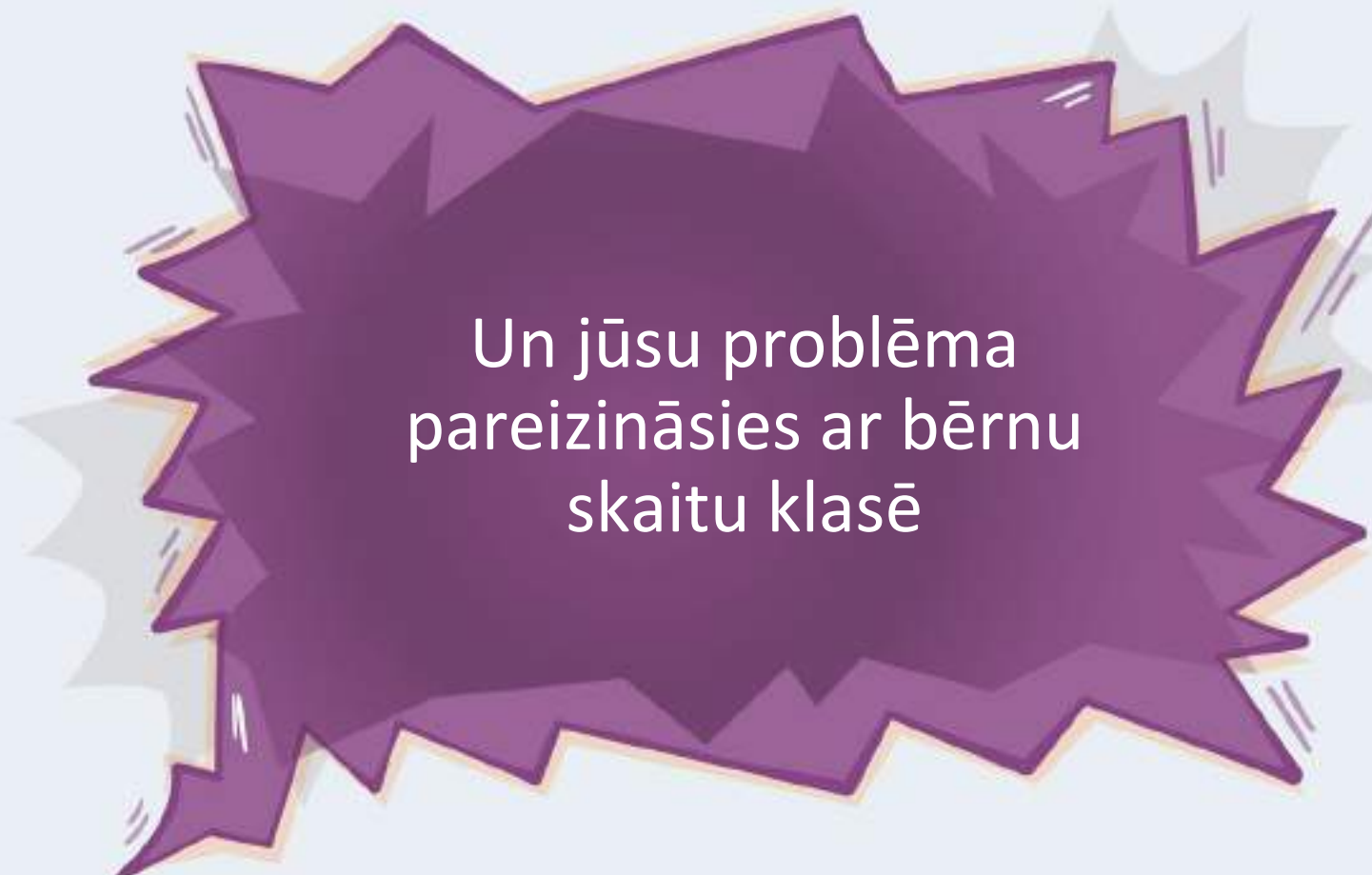


- **Jūsu uzvedībai, reaģējot uz stundas pārtraukšanu ir jābūt mazāk traucējošai nekā paša traucētāja uzvedība.**
  - Ja 29 bērni strādā un viens sapņo, aizrādot skaļi, visi 30 pārtrauks strādāt
  - Nerunājiet ar kavētājiem klases priekšā, kamēr viņi ir pie durvīm utt.





Jebkurā gadījumā, klase  
sāpīgi uztvers dusmīga  
skolotāja reakciju, pat tad,  
tas tas nav klases  
populārākais bērns, un var  
agresīvi reaģēt pretī



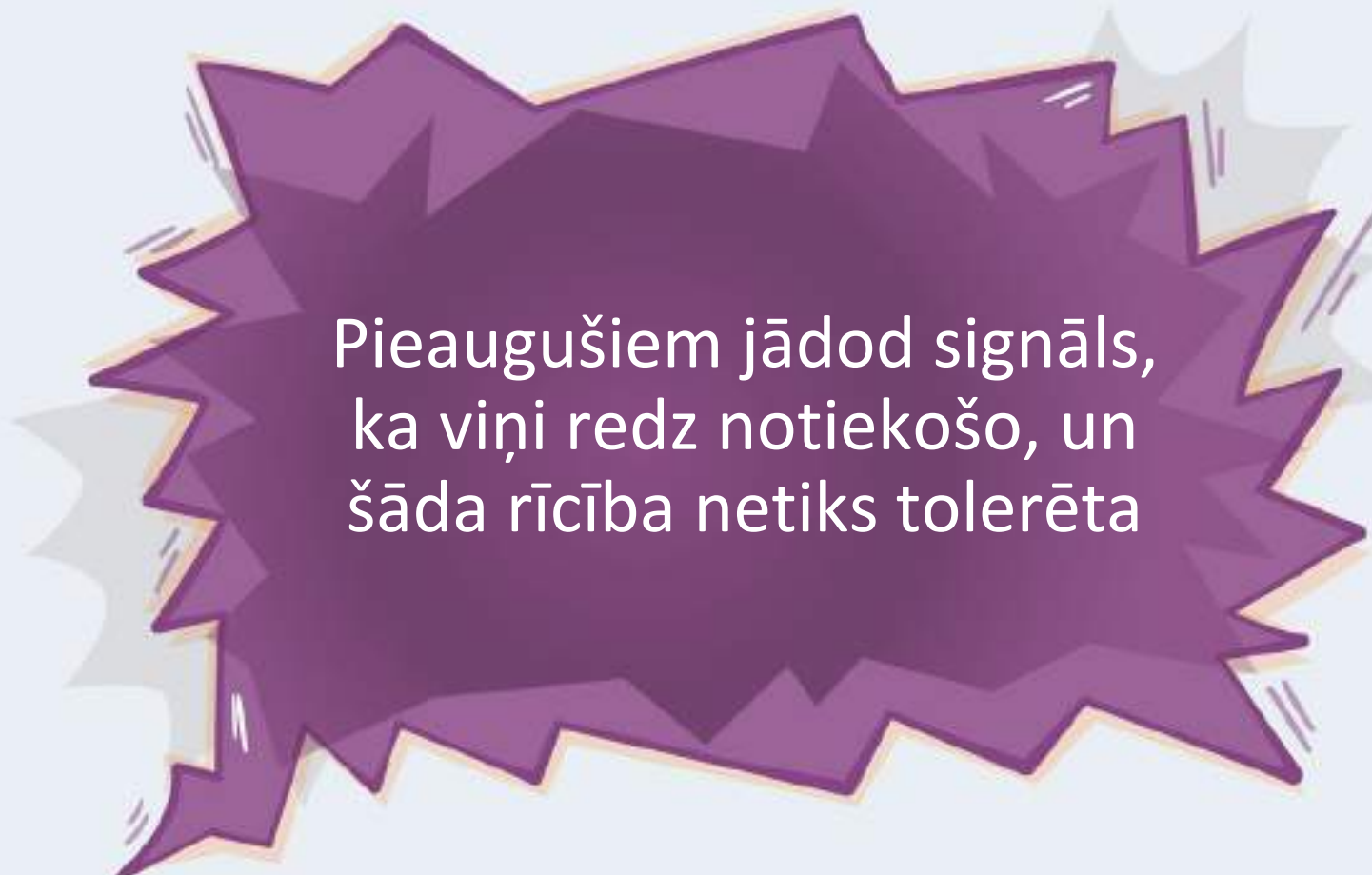
Un jūsu problēma  
pareizināsies ar bērnu  
skaitu klasē

# Brīdinājuma signāli



- *Es ar tevi nedraudzēšos,*  
*Es ar tevi draudzēšos, ja...*
- Iesaukas
- *Ko tu lūri?*
- Piezīmes par izskatu, svaru, apģērbu
- *Sīkā, jauniņais*
- Sačukstēšanās
- Klusēšana un neskatīšanās virsū
- Pārtraukšana teikuma vidū, neļaušana pabeigt nevienu domu





Pieaugušiem jādod signāls,  
ka viņi redz notiekošo, un  
šāda rīcība netiks tolerēta



Mēs levērojam  
notaikumus

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs pievēršam lielu  
uzmanību mācībām

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīva  
pasākumos ikviens  
ir gaidīts

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā pieņemts  
palīdzēt, kad kādam  
ļūnāk

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs esam jautri

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mūsu kolektīvā nav  
pieņemts meklēt  
vainīgo

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mums ir draudzīgas  
attiecības ar citām  
klasēm

3 2 1 0 -1 -2 -3

Mēs zinām, ka par  
mums nesmsies

3 2 1 0 -1 -2 -3





10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

0

-1

-2

-3

-4

-5

-6

-7

-8

-9

-10

LAIKS/VIETA

SITUĀCIJA

CĒLOMS

SAJŪTAS ĶĒRĒNĪ

KAS VARĒTU PALĪDZĒT?

KAS NEPALĪDZ?

# Atkārtot sarunāšanās noteikumus

- Pacelt roku, lai runātu
- Nolaist roku, kad runā citi
- Nepārtraukt
- Nenoniecināt un neizsmiet
- Ievērot konfidencialitāti
- Aktīva un cieņpilna klausīšanās
- Piemērots balss tonis un balss skaļums



# Vienojieties par svarīgākajiem noteikumiem kopā

LIELSKS KLASĒSBIEDRS	
<b>IR</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• LAIPNS</li><li>• IZPALDZĪGS</li><li>• PRAUDZĪGS</li><li>• ATBILDĪGS</li></ul>	<b>NAV</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• RUPĒS</li><li>• NEĒAUKS</li><li>• NEPAOIETĪGS</li><li>• SLINKS</li></ul>
<b>DARA</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• NEAPRŪNĀ CĪTUS</li><li>• PALDZ CĪTIEM</li><li>• DALĀS</li><li>• CĪTĪGI STRĀDĀ</li><li>• CIENA CĪTUS</li></ul>	<b>SAKA:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• "PALDIES"</li><li>• "LŪDZU!"</li><li>• "KĀ VARU PALDZĒT?"</li><li>• "PIEDOD.."</li></ul>

DARBS GRUPĀS	
<b>IZSKATĀS</b> ☀ <ul style="list-style-type: none"><li>• VISI STRĀDĀ</li><li>• VISI SADARBOJĀS</li><li>• VISI IR IZPALDZĪGI</li><li>• NEVIENS NEĒT ĀRĀ NO KLASĒS (JA UNV ĀRKĀRTĀC SITUĀCIJĀ)</li></ul>	<b>IZKLAUSĀS</b> 🗣 <ul style="list-style-type: none"><li>• RUNĀJAM MIERĪGI UN KLUSI</li><li>• RUNĀJAM PAR VEDEVĪBU</li><li>• NEBLAĪJAM</li><li>• JA IR JAVTĒJUMS, PACEĻAM ROBU</li></ul>
<b>TAIS DARBS</b> 🧑🏫 <ul style="list-style-type: none"><li>• PILDĪT VEDEVĪBU</li><li>• SADARBOTIES</li><li>• KLAUSĪTIES</li><li>• ĪĒSĪTIES</li><li>• STRĀDĀT SAVĀ VIETĀ</li></ul>	<b>SROLOTĀJAS DARBS</b> 🧑🏫 <ul style="list-style-type: none"><li>• ATBILDĒT UZ JAVTĒJUMIEM</li><li>• ĪENĀCĪT KO JAVUNU</li><li>• PALDZĒT</li><li>• KLAUSĪTIES UN ĪĒSĪTIES NO JAVNES!</li></ul>



## 7 IDEJU PLAKĀTI POZITĪVAI UZVEDĪBAI

uzvediba.lv

Vizuāls uzskates līdzeklis ar ieteikumiem un padomiem rīcībai saspringtās situācijās, lai veicinātu skolēnu saskarsmes prasmes un spēju izprast sociālās situācijas.



Sīkāka informācija:  
uzvediba.lv  
metodoloģija  
plakāti



# Vārdu spēle

- Lūdziet klases fotogrāfiju
- Lūdziet pedagogu palīdzību sarakstīt, kur katrs bērns sēž
- Lieciet bērniem vārdu kartītes vismaz pirmās nedēļas
- Spēlējiet iepazīšanās spēles klasē
- Mājās modelējiet iepazīšanās sarunas



# Precīzs rīcības plāns “Karstajiem punktiem”

- Ieiešana klasē
- Stundas sākums
- Materiālu, burtnīcu izdalīšana
- Galda sakārtošana pēc radošajiem darbiem
- Palīdzības lūgšana
- Pārslēgšanās starp aktivitātēm
- Ko darīt, ja darbiņš pabeigts ātrāk
- Ko darīt, ja tu kavē
- Ko darīt, ja skolotāji kavē
- Grupu darbs
- Mājasdarbu iesniegšana
- Klases darbu, ieskaišu iesniegšana
- Iešana pie tāfeles
- Iešana pusdienās utt

# Biežākie izaicinājumi

- Katram bērnam uz galda tiek nolikta sanumurēta kartīte
- Pedagoģs prasa, kam ir kartīte Nr1? Tas bērns nolasa jautājumu. Piemēram, kad ir piemērotākais laiks asināt zīmuli?
- Skolotāja atbild – paldies par jautājumu, un kopā ar klasi atrunā konkrēto noteikumu

**Lai bērns ievērotu  
noteikumus, pirmkārt,  
vajadzīgs, lai  
noteikumi būtu.**



Jo vecāki ir bērni, jo  
svarīgākas būs tieši  
kopīgo interešu jomas





# Uzdod jautājumus par hobijiem

- **Meklējiet kopīgās intereses**
- **Spēlējiet spēles**, kur var uzzināt daudz viens par otru
- **Meklējiet kopīgas lietas** (māsas brāļi, mīļākā krāsa, mīļākais ēdiens, hobiji, mīļākās aktivitātes, muzikālā gaume utt.)
  - *Sper soli uz priekšu tas, kuram...*
  - *Dalieties pāros un intervējiet viens otru*
  - *Mainās vietām tie, kuriem...*
  - *Foto albūmu dienas*



**Komplimenti  
nav pielīšana,  
un komplimentu teikšana  
ir trenējama prasme**





# “Pasaki sev. Pasaki citiem” spēle

Kas es esmu?....  
Kas esi tu?



# KĀ SĒDINĀT BĒRNUS KLASĒ?

AR UZVEDIBA.LV SPĒLI  
"PASAKI SEV. PASAKI CITIEM"



NEPIECIEŠAMS:

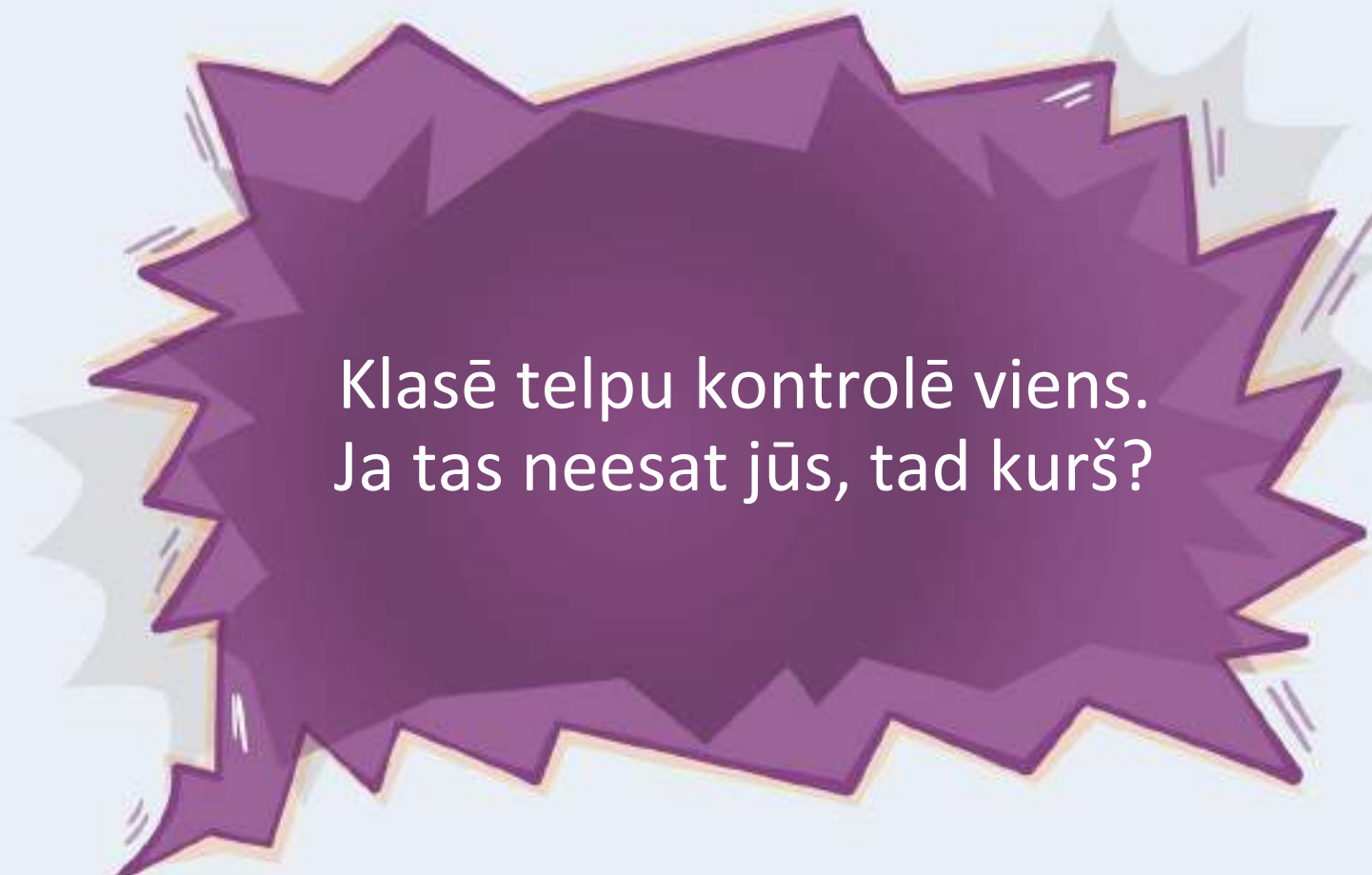
- 2 ĢAB "PASAKI SEV";
- LIELS ĢALDS;
- KLASES TELPA

VECUMS: NO 7 ĢADI

ILĢUMS: ~30 MIN



<https://www.uzvediba.lv/blogs/params/post/1875175/ka-sedinat-bernus-klase>

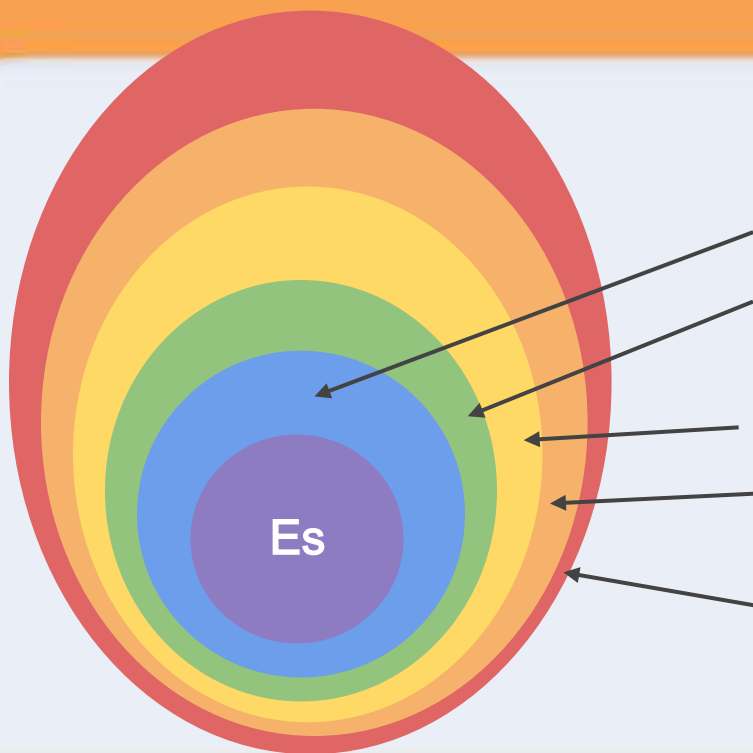


Klasē telpu kontrolē viens.  
Ja tas neesat jūs, tad kurš?

# Kā sēdināt bērnus klasē?

- **Salikt bērnu vārdus uz galdiem**
- **Pāru izloze**
- **Pēc problēmu risināšanas veidiem**
- **Jautrā hierarhija.** pēc kādām konkrētām pazīmēm – pēc alfabēta, pēc dzimšanas dienas datuma pēc tā, cikos ceļas, lai dotos uz skolu, kurš atnāk pirmais
- **Pēc interesēm**
- **Aptaujas rezultātiem**
- **Pēc mācīšanās stiliem.**
- **Izlozējot** (datorprogrammas, aplikācijas, loterija)

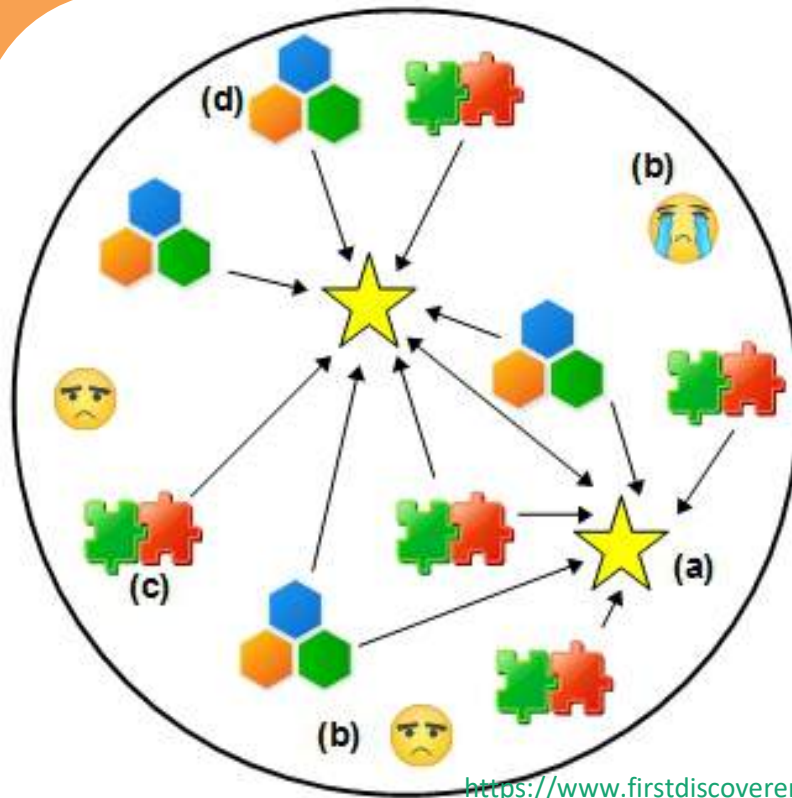
# Sociālais kapitāls



## Lai bērni zīmē sociālos apļus

- Bērni, kas ir tavi vistuvākie draugi
- Bērni, kas ir tavi draugi, bet ne tik tuvi kā vistuvākie
- Bērni, ar kuriem tev patīk sadarboties
- Bērni, ar kuriem tev ir vienkārši labas attiecības
- Bērni, ar kuriem tev ir neitrālas attiecības

# Sociometrija



(a) *stars*

(b) *isolates*

(c) *pairs*

(d) *triangles*

<https://www.firstdiscoverers.co.uk/group-play-children/>

Vardarbība ir  
sīkaitīva –  
tā nenotiek vienmēr  
un tā nenotiek visur





# Riska zonu kartēšana

- Vai bērns spēj sarakstīt riska zonas (wc, naidīgas grupas)?
- Vai klase var sarakstīt riskantās vietas?
- Vai bērns lasa sociālos signālus?
- Vai bērns prot harmoniski pievienoties grupai?
- Vai bērns prot uz klausīt un akceptēt pretējus viedokļus?
- Vai bērns prot pielāgoties citu idejām?
- Vai bērns ir pašpietiekams (klusie bērni ir dažādi)?





VEIKALS

# Biežākās vietas, kur notiek apcelšana

- Sporta ģērbtuves
- Ģērbtuves
- Tualete
- Skolu autobusi
- Skolu pagalmi
- Ēdnīca
- Citas vietas, kur nav pieaugušo
- Gaitenī - grupas



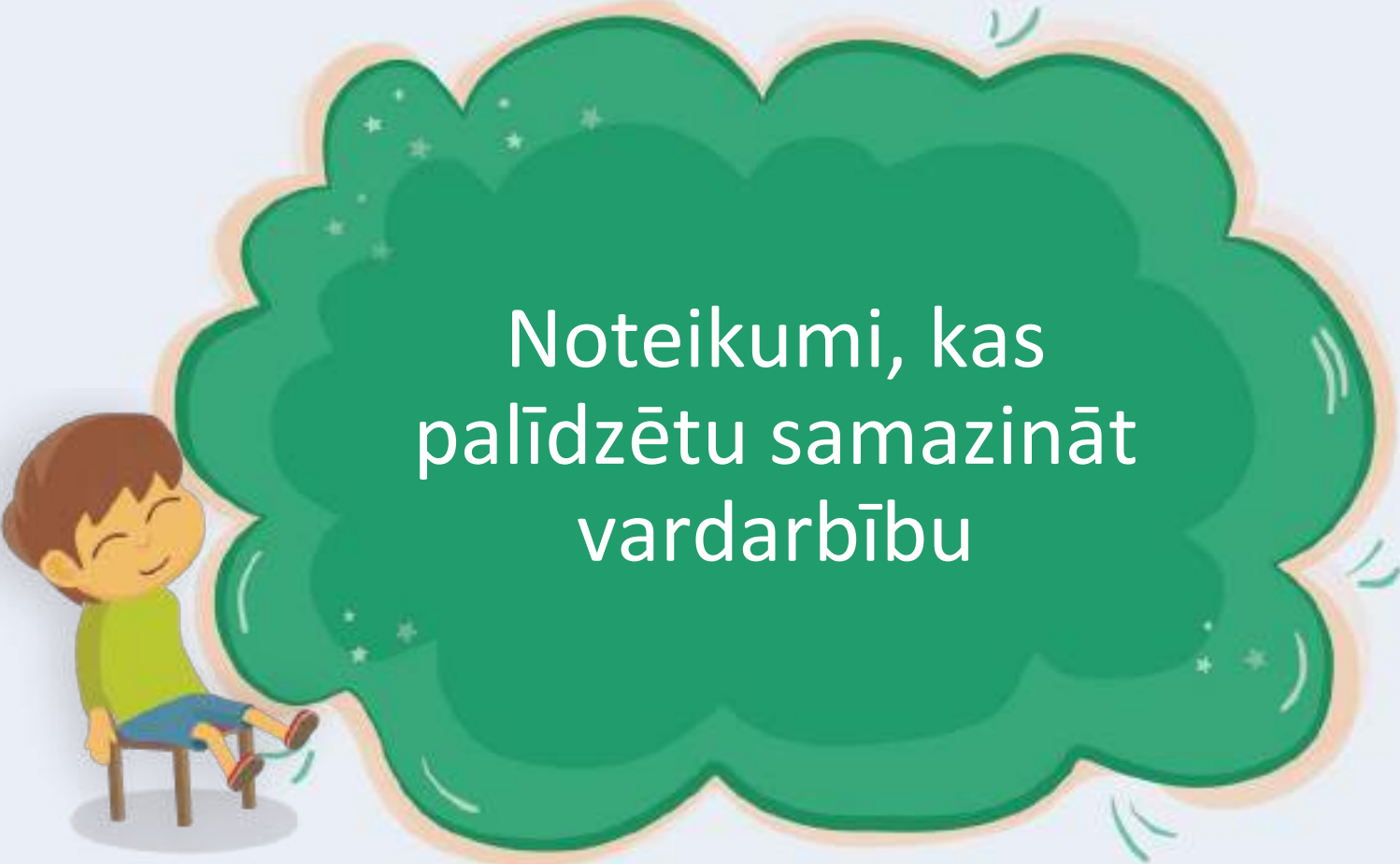
# VIDE kā agresijas pastiprinātājs

- Telpas novietojums;
- Ieejas un izejas;
- Apgaismojums;
- Gaisa temperatūra;
- Trokšņu līmenis;
- Diennakts laiks;
- Darbības konkrētajā telpā;
- Noteikumi konkrētajā vietā esošajiem cilvēkiem;
- Sadarbības noteikumi;
- Lomu sadalījums;
- Apkārt esošie cilvēki;
- Utt.

# Sapulces – klases stundas, kuras tiek veidotas kā rutīna

- ❑ Izsludināti jaunumi un izmaiņas
- ❑ Konflikta risināšana
- ❑ Vardarbības gadījumu izskatīšana
- ❑ Uzvedības problēmas, kuras atkārtojas
- ❑ Atzīmēt individuālus un kolektīvus pozitīvus sasniegumus





Noteikumi, kas  
palīdzētu samazināt  
vardarbību



Starpbrīži kā riska zona

# AKTĪVĀ PAUZE



## AKTĪVĀ PAUZE !!

IZVĒDINI TĒLPU

UZLIEC TAIMERI

PIECELIES KĀJĀS UN IZSTAIPIES

UZTAISI 10 PIETUPIENUS

PADZERIES ŪDENI

UZSPĒLĒ BALONU TENISU

SAGATAVO SEV TEJU

10 REIZES LĒNĀM IEELPO CAUR DEĢUNU, IZELPO CAUT MUTI

NODĒDJI VIENU DEJU PIE SAVAS JEMĪLOTĀS MŪZIKAS

IZSŪC VAI IZSLAUKI ISTABU

UZLOKI TRĪS DAŽĀDAS PAPIĀRA LĪDMAŠĪNAS, KURĀ AIZLIDOJA TĀLĀK?

MĒTĀ BALONU, NEIZMANTOJOT ROKAS

SARAKSTI, KO DARĪSI PĒC MĀCĪŠANĀS

APĻO ROKAS KĀ ZĪMĒJOT DIVAS SAULES

SKRIEN UZ PIRKSTGALIEM

LEC UZ VIENAS KĀJAS

CIK ILGI TU VARI NOSTĀVĒT UZ VIENAS KĀJAS AR PACELTĀM ROKĀM?

LEC AR LECAMAUKLU

APĻO AR VINGROŠANAS RINKI

NOMAZGĀ TRAUKUS

SAKĀRTO VIENU PLĀUKTU

CIK ILGI TU SPĒJ NOSTĀVĒT UZ VIENAS KĀJAS?

NOGULIES UZ GRĪDAS UN KLAUSIES SAVĀ ELPĀ

SAKĀRTO VIENU PLĀUKTU

SKRIEN UZ VIETAS IESPĒJAMI ĀTRI

PĀRVIETOJIES PA MĀJU KĀ ROBOTŠ

CIK ILGI TU VARI NOTURĒTIES PLANKINGĀ?

PIESKĀRIES SAVIEM KĀJU PIRKSTGALIEM

PIETUPIES UN PALECIES! CIK REIZES TAS IZDĒDĒVĀS?

VAI TU SPĒJ 5 MINŪTES NEDARĪT PILNĪGI NEKO?

APSKAUJ SEVI 10 SEKUNDES

VAI MĀKI UZTAISĪT ŠPAGATU?

EĶ PIECDESMIT SOĻUS ATPAKAĻGĀITĀ

UZSPĒLĒ "KĀRTOŠANAS SPĒLI"



# Klases kultūras idejas

- Nenoniecinašana (*put-downs*) kā norma;
- Nenoniecinašanas plakāti;
- Ārkārtas situāciju sapulces, kur visu idejas skaitās, visi tiek uzklausīti;
- Idejas tiek uzrakstītas un noformētas kā protokols

3.a klase oktobris

## IDEJAS

\* neaprunāt citus;

\*

\*

\*

\*

Apliecinu, ka piedalījos:

---

# Un te bērni ir lieliski modelētāji –

## Kas notiek?

Tev ņem mantas nost? →

Tevi kaitina? →

Tev saka, ka lupatas virsū? →

Smejas par tavu rokrakstu? →

## Ko teikt?

*Ejam spēlēties kopā!*

*Es varu iedomāties, cik tu vientuļi jūties? Ko mēs varam kopā padarīt?*

*Es priecājos, ka tu tik labi proti saskaņot krāsas*

*Cik tev labi izdodas pašam zīmēt!!!  
Iedosi padomu, kā uzzīmēt...*

# Uzstādiet robežas

- *Ko tu biji ar to domājis?*
- *No šīs vietas sīkāk*
- *Pie manas figūras atgriezīsimies vēlāk...*
- *Pastāstīsi, lūdzu...*
- *Šis gan bija sāpīgi*
- *Mēs varam turpināt sarunu vēlāk.*
- *Man vajadzīga pauze*



# Vēsture

**Izskatiet sāpīgākos notikumus – pagājušā nedēļa, pagājušais gads utt. Aiciniet bērniem tos uzrakstīt vai uzzīmēt**



# Tēmas sarunai ar bērniem – grupu darbs un individuāli



- *Vai tu esi redzējis, ka kādam dara pāri?  
Kas notika (nesauc vārdā nevienu)? Kā tu juties?  
Vai kāds palīdzēja? Kā?*
- *Vai tev kādreiz kāds ir darījis pāri? Vai kāds tev palīdzēja?  
Ko viņi darīja? Vai tas palīdzēja?*
- *Vai tas ir pareizi neko nedarīt, ja redzi, ka kādam dara pāri? Kāpēc?  
Kāda būtu skola, dārziņš, ja neviens nevienam nepalīdzētu?*
- *Vai tu domā, ka bērni var izmainīt situāciju,  
iesaistoties vardarbības apturēšanā? Kā?*

# Tēmas sarunai ar bērniem – grupu darbs un individuāli



- *Vai tev ir izdevies apstādināt pāridarīšanu? Kā?*
- *Vai tu esi redzējis, ka kādam citam bērnam izdodas pārtraukt vardarbību? Kā?*
- *Kāpēc bērni izvairās iesaistīties, ja redz, ka kādam dara pāri? Kas palīdzētu viņiem palīdzēt vairāk?*
- *Ko pieaugušie varētu darīt, lai būtu drošāk?*
- *Kā bērni varētu palīdzēt bērnam, kuram dara pāri?*

*Ko tu domā par  
klasesbiedriem,  
kuri regulāri  
izplata baums?*

uzvediba.lv

*Ko tu domā par  
baumotājiem un  
tiem, kuri citus  
aprunā?*

*Kāpēc ir tik grūti aiziet,  
kad kāds stāsta ko  
interesantu, bet, iespējams,  
nepatiesu par citiem?*

*Ko darīt, ja  
kāds tev stāsta  
sliktas lietas  
par tevi?*



*Kā tu domā,  
ko baumotāji  
vēlas panākt?*

*Kāda ir atšķirība  
starp papļāpāšanu  
un baumošanu?*

*Kas palīdz  
baumām  
izplatīties?*

*Kā var apturēt  
baumas?*

*Ko darīt, ja  
baumo bariņā?*

*Kāda ir baumu  
ietekme?*

*Kā var palīdzēt  
apturēt baumas?*

*Kāpēc cilvēki  
vispār baumo?*

*Ko labu baumas  
un aprunāšana  
var izdarīt?*

- Zīmējiet asociatīvos zīmējumus
- Veidojiet statujas
- Veidojiet 3D objektus

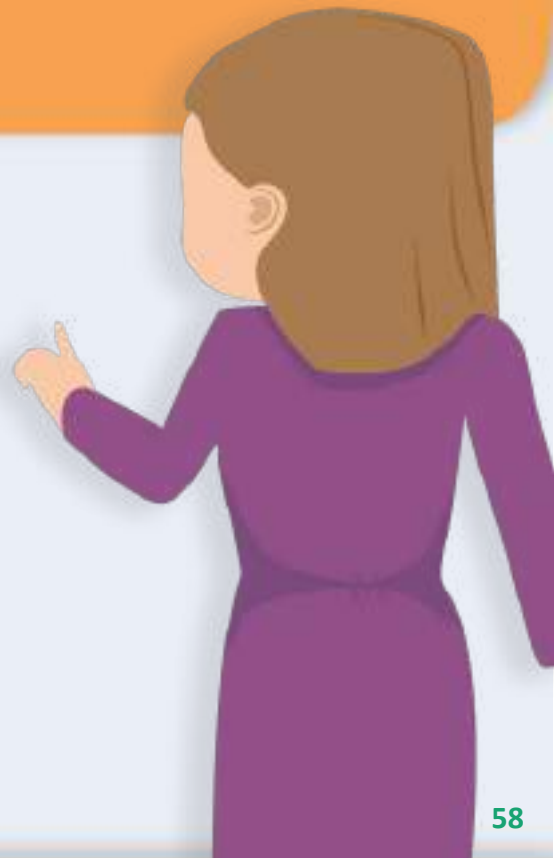


# Mērķis!

Kāda ir atšķirība starp  
sūdzēšanos un ziņošanu?

# Sakiet:

- *Paldies, ka tu pastāstīji par to*
- *Es zinu, ka nav viegli runāt par to, paldies, ka uzticējies*
- *Tu rīkojies pareizi, ka pastāstīji un meklēji pieaugušo palīdzību*
- *Paldies, ka tu meklē palīdzību*
- *Nevienam nav tiesību sāpināt otru cilvēku*



# Uzdod pareizos jautājumus:

*Kas notika?*

*Vai tas ir noticis iepriekš ar tevi vai ar citiem bērniem?*

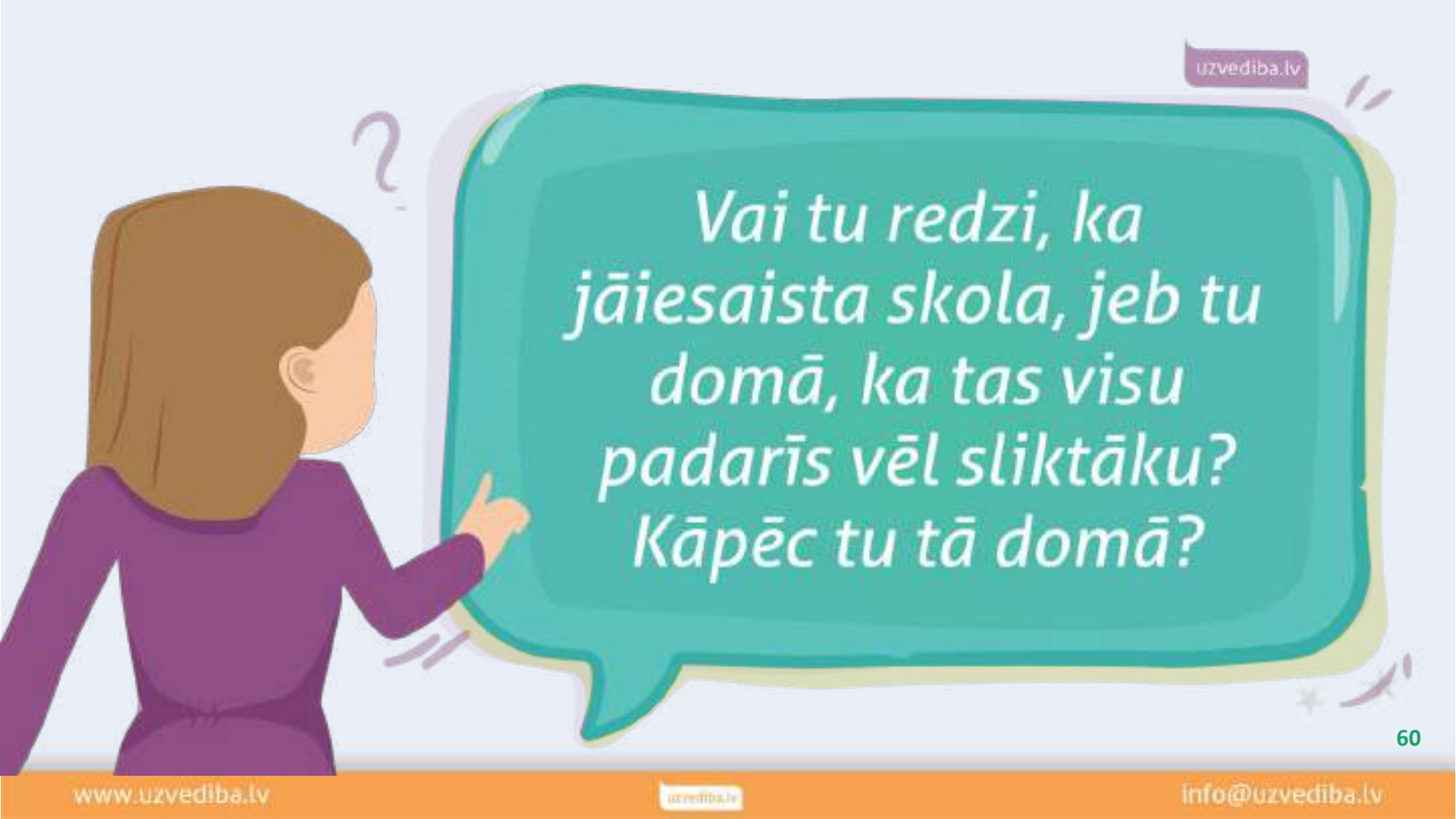
*Kas vēl bija klāt?*

*Ko darīja citi bērni?*

*Ko darīja pieaugušie?*

*Kā situācija tika pārtraukta?*





*Vai tu redzi, ka  
jāiesaista skola, jeb tu  
domā, ka tas visu  
padarīs vēl sliktāku?  
Kāpēc tu tā domā?*



*Kā tu domā, kas būtu labākā un sliktākā ideja šajā situācijā?*

*Vai tev ir idejas, kā citi atrisina šādas situācijas?*

*Ko tu darītu pedagoģu vietā?*

*Vai tu būtu gatavs mēģināt?*

*Ko baumotāju vietā?*



# Veidojiet rīcības plānu kopā



?

- *Kā es tev varētu palīdzēt?*
- *Kas tev palīdzētu justies droši? Padomāsim kopā par to*
- *Kā tu jūties? Vai tev ir nepieciešams ārsts? Vai tu vēlies pasēdēt kādā klusākā vietā? Vai tu vēlies, lai es palieku ar tevi?*
- *Tev ir kādas idejas, ko darīt nākamajā reizē, lai šādas situācijas neatkārtotos?*
- *Vai ir vēl kas, par ko tu vēlies pastāstīt?*

# Veidojiet drošības plānu kopā

- Paldies, ka padalījies ar notikušo. Ko tu teiktu, ja mēs tagad kopā ar tevi izveidotu drošības plānu?*
- Vai tu varētu uzzīmēt vai uzrakstīt, kas notika?*
- Padomājam kopā, kas tev varētu palīdzēt justies drošāk
- Padomājam kopā, ko tu varētu darīt vai teikt, lai tu nākamreiz justos drošāk.
- Padomājam, ko labāk nedarīt un neteikt
- Es sarunāju tikšanos ar psihologu, kas palīdzēs kopīgi izdomāt, kā tev palīdzēt justies labāk skolā un labāk koncentrēties*
- Te ir pāris idejas, ko vēl bērni var darīt, lai pasargātu sevi





Kāds paņēma bez atļaujas!

ES NOMIERINĀŠOS!



Atcerēšos kaut ko patīkamu.

ES DRAUDZĒŠOS!



Vienosimies.

ES RUNĀŠU!



Izrunāšos ar audzinātāju.

ES RĪKOŠOS!



Darīšu kaut ko citu.















# Kā bērns var palīdzēt, ja redz, ka kādam dara pāri, bet nevēlas konfrontēt situāciju

- **Piedāvāt sēdēt kopā;**
- **Piedāvāt aiziet kopā pastaigāties;**
- **Teikt:**
  - *Neviens nav pelnījis, lai pret viņu tā izturētos*
  - *Man ir ļoti žēl, ka tev tam ir jāiet cauri*
  - *Kā es varu tev palīdzēt?*
  - *Man arī tā ir bijis*
  - *Vai tev viss kārtībā?*



# Ko darīt?

- Šķīdināt mikrogrupas
- Spēles bez sacensību elementiem
- Nesalīdzināšana (ne tieša, ne netieša)
- Sarunas, sarunas, sarunas, spēles, kas iepazīstina bērnus dziļāk vienu ar otru



# Uzstādiet kooģus mērķus klasei



nedēļa

	Pirmdiena	Otrdiena	Trešdiena	Ceturtdiena	Piektdiena	Sestdiena	Svātdiena
<b>ŠONEDĒĻ APŅĒMĒS(-AMIES)</b>							
<b>UN</b>							
<b>KĀ ARĪ</b>							

Kā veicās šonedēļ?

Ko varētu paveikt nākamnedēļ?

Nāvēdiba ir bezmaksas. [www.uzvediba.lv](http://www.uzvediba.lv)

# MĀCĪBU GADA NOSLĒGUMS

uzvediba.lv

## SĀKUMS

KĀDA IR PĒDĒŠĀ  
GADA LAIĻĀKĀ  
ATĢINA?

KO MĒS VARAM  
IEMĀCĪTIES  
VIENS NO OTRĀ?

KAS TEVI ŠOGAD  
PĀRSTEIDZA?

PĀR KO TU  
LEPOJIES,  
BEIDZOT ŠO  
MĀCĪBU GADU?

## UZDOB JAUTĀJUMU CITAM

KAM TU GRIEBTU  
PĀRĒJĀT PALDĪES?

KAS BIJA  
GRŪTĀKAIS  
ATTĀLĪNĀTĀJĀS  
MĀCĪBAS?

KAS MOTĪVĒJA  
NEPADOTIES?

KAS TEV  
PALĪDZĒJA  
GRŪTĀKAJOS  
BRĪŽOS?

KAS TEV  
SAGĀDĀJA  
VISIĒLĀKĀS  
GRŪTĪBAS?

## PASAKI KO LABU KATRAM SPĒLĒTĀJAM

KĀDI BIJA  
ATTĀLĪNĀTO  
MĀCĪBU PLUSI?

KĀ, TAVUPRĀT,  
TU VARĒTU BŪT  
PRODUKTĪVĀKS?

KAS ŠOGAD  
IEPRĒCINĀJA  
VISVAIRĀK?

CIK DAUDZ TU  
PALĪDZĒJI, LAI  
ATVIEGLĒTU  
MĀCĪBU PROCESU?

NOSAUC 3 LIETAS,  
KAS MAINĪJUSĀS  
KOPŠ SEPTEMBRA

## PASAKI KOMPLIMENTU SEV

KĀDI 3 PADARĀVA,  
TAVUPRĀT, TRĀUCĒ  
SASNIEGT MĒRĒJUS?

KURI MĀCĪBU  
PRIEKŠMETI  
NEPADEVĀS TIE  
LABI KĀ  
PAGĀŠGAD?

KURI MĀCĪBU  
PRIEKŠMETI,  
TAVUPRĀT, PADEVĀS  
LABĀK KĀ  
PAGĀŠGAD?

AR KĀDIEM 3  
VĀRDIEM TU  
BAKSTURDĒTU  
PAGĀJUŠO  
MĀCĪBU GADU?

KURI 3 MĀCĪBU  
PRIEKŠMETI,  
TAVUPRĀT, PADEVĀS  
VISLABĀK

## PASTĀSTI KĀDU POZITĪVU NOTIKUMU

KĀDI 3 JUVI

KĀDI IR

KĀDU NOSAUKUMU

KO TU

# SARUNU SPĒLE

uzvediba.lv

## SĀKUMS

KO TU  
GAIDĪJI NO  
ŠĪ GADA?

NO KĀ TU  
BAIDĪJIES  
VISVAIRĀK?  
KAS PIEPILDĪJĀS?  
KAS NEPIEPILDĪJĀS?

KO TU ĻOTI  
CERĒJI UN TAS  
PIEPILDĪJĀS?

KAS IR TAVI  
MĪĻĀKIE  
PRIEKŠMETI,  
AKTĪVITĀTES?

## MET VĒLREIZ

KAS TEVI  
MOTĪVĒ DARĪT  
DARBUS LĪDZ  
GALAM?

KĀDUS MĒRĒJUS  
TU SASNIEDZI?

AR KĀDIEM  
SASNIEGUMIEM  
TU VISVAIRĀK  
LEPOJIES ŠAJĀ  
MĒNESĪ?

KO TU ĻOTI  
GAIDĪJI,  
BET TAS  
NEPIEPILDĪJĀS?

KĀDI DARBĪNI  
TEV PADODAS  
VISLABĀK?

## EJ UZ STARTU

KAS TEV  
PADARĀ  
MĀCĪŠANĀS  
PROCESU  
PATĪKAMU?

KĀDOS  
APSTĀKĻOS TEV  
VISLABĀK  
PADODAS  
MĀCĪTIES?

KAS, TAVUPRĀT,  
IR TAVAS  
POZITĪVĀS  
ĪPAŠĪBAS?

KAS IR TAVAS  
STIPRĀS  
PUSES?

KAS TEV IR  
VISGRŪTĀK  
ŠAJĀ LAIKĀ?

# Sociogramma

- Izdali bērniem lapiņas un lūdz uzrakstīt, ar kuriem bērniem viņi vislabāk vēlētos sēdēt kopā, spēlēties kopā
- Uzrakstiet bērnus, ar kuriem tu vēlies spēlēties kopā un ar kuriem – mācīties kopā
- Apkopojot rezultātus, jūs redzēsiet, kuriem bērniem nav atbalsta un kuri ir populārākie bērni



# Māciet bērnam pozitīvus domāšanas modeļus

- Saudzīgi uzklausiet viņu, pieņemiet viņu emocijas un vērojumus.
- Ja bērns saka "*Ar mani neviens nevēlas spēlēties*", neatbildiet ar "*Muļķības - tev tikai tā liekas!*", bet gan pavaicājiet, kāpēc viņam tā šķiet. Tas mācīs viņam vērot grupiņu, vērot citu noskaņojumu, spēlēšanās stilu, racionalizēt savas sajūtas.
- Meklējiet kopīgi iemeslus - "*Varbūt mana spēle citiem nešķiet interesanta*", "*Varbūt viņi bija tik aizrāvušies, ka nemaz nepamanīja mani*", "*Varbūt es nesapratu spēles noteikumus*", "*Varbūt jāmeklē cita pieeja, kā pievienoties spēlei*".









# Modelējiet



# Modelējiet



# Modelējiet!!!!

Bērni stresā izmantos tikai tās  
pieejas, kuras izmēģinājuši  
drošos apstākļos



# Māciet prasmes



# Funkcionālā analīze

nosaukums: \_\_\_\_\_

skatīt: \_\_\_\_\_

skatīt: \_\_\_\_\_

1. stunda  
starpība

2. stunda  
starpība

3. stunda  
starpība

4. stunda  
starpība

5. stunda  
starpība

6. stunda  
starpība

7. stunda  
starpība

PERMIĒJAM

STRĪJAM

TRĪSĪJAM

CĒTKĀDĪJAM

PĪKĀDĪJAM

-10 -9 -8 -7 -6 -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

F. PIZSĀCĪ VĀRŠVĒJĒJA    L. LIETO ATĀCĪGĀJAM    E. EMOCIONĀLĀ VĀRŠVĒJĒJA    A. AUTONĒJĀJAM    I. IŠVĒRĒJĀM    C. CĪTĀ

nosaukums: \_\_\_\_\_

skatīt: \_\_\_\_\_

skatīt: \_\_\_\_\_

1. stunda  
starpība

2. stunda  
starpība

3. stunda  
starpība

4. stunda  
starpība

5. stunda  
starpība

6. stunda  
starpība

7. stunda  
starpība

PERMIĒJAM

STRĪJAM

TRĪSĪJAM

CĒTKĀDĪJAM

PĪKĀDĪJAM

-10 -9 -8 -7 -6 -5 -4 -3 -2 -1 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

F. PIZSĀCĪ VĀRŠVĒJĒJA    L. LIETO ATĀCĪGĀJAM    E. EMOCIONĀLĀ VĀRŠVĒJĒJA    A. AUTONĒJĀJAM    I. IŠVĒRĒJĀM    C. CĪTĀ

# Vecākiem - dokumentējiet prasmes

- Veidojiet prasmju **plakātus**;
- Veidojiet **prasmju treniņus**, kur bērns pieaugušajiem māca noteiktu prasmi;
- Veidojiet videomodelēšanu, fotomodelēšanu;
- Spēlējiet spēli “Ko darīt, ja...?”









uzvediba.lv  
VEBINĀRS

# Jautājumi un atbildes

