

Augstkalnes pamatskolas audzināšanas darba programma 2022. - 2024. gadam

Augstkalnes pamatskolas audzināšanas programma balstās uz valsts politiku skolēnu līdzatbildības un dzīvesprasmju attīstībā, personīgās karjeras izaugsmē, vecāku (ģimenes) nozīmīgo lomu sadarbībai ar skolu vienotu vērtībizglītības principu iedzīvināšanu, dažādu institūciju un sabiedrības atbalstu skolēniem un izglītības kvalitatīvi jaunas pieejas nostiprināšanai, kurā vienlaicīgi ar izglītības apguvi pastāv skolēna ieinteresētība savas dzīves veidošanā.

Klases audzinātājs vistiešāk veic audzināšanas darbību un sniedz atbalstu savas audzināmās klases skolēniem. Viņš sadarbībā ar skolēnu vecākiem, skolas pedagogiem un atbalsta personālu, un valsts un/vai pašvaldību atbildīgām institūcijām risina ar skolēnu personības veidošanu un attīstību saistītus jautājumus, vienlaicīgi rūpējoties par pedagoģiski un psiholoģiski labvēlīgu klases vidi un saliedētu klases kolektīvu.

Audzināšanas darba programma ir skolas reglamentējošs dokuments, kas nosaka audzināšanas darba mērķus un uzdevumus. Programmai ir ieteikuma raksturs, to var izmantot ikviens pedagogs un klases audzinātājs savā darbā ar audzināmo klasi.

Programmā ir ievēroti **normatīvie akti**, kas reglamentē audzināšanas darbības īstenošanu:

- Izglītības likums;
- Bērnu tiesību aizsardzības likums;
- ANO Konvencija par bērnu tiesībām;
- Ministru kabineta 15.07.2016. noteikumi Nr. 480 Izglītojamo audzināšanas vadlīnijas un informācijas, mācību līdzekļu, materiālu un mācību un audzināšanas metožu izvērtēšanas kārtība”, izdoti saskaņā ar Izglītības likuma 14. panta 38.un 39. punktu, tieša saistība ar Izglītības likuma 10. 1 pantu “Izglītība un tikumība”, 31. panta “Izglītības iestādes padome” 5.1 punktu;
- Ministru kabineta 24.11.2009. noteikumi Nr.1338 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos; Ministru kabineta noteikumi Nr.259 Rīgā 2013.gada 21.maijā (prot. Nr.30 17.§)Grozījumi Ministru kabineta 2009.gada 24.novembra noteikumos Nr.1338 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”;
- Ministru kabineta 01.02.2011. noteikumi Nr.89 „Kārtība, kādā izglītības iestāde informē izglītojamo vecākus, pašvaldības vai valsts iestādes, ja izglītojamais bez attaisnojoša iemesla neapmeklē izglītības iestādi”;
- IZM „Ieteikumi kārtības, kādā izglītības iestāde informē izglītojamo vecākus, pašvaldības vai valsts iestādes, ja izglītojamais bez attaisnojoša iemesla neapmeklē izglītības iestādi, piemērošanai. (www.izm.gov.lv)”;
- Valsts izglītības satura centra prioritārie virzieni audzināšanas darbam;
- Augstkalnes vidusskolas prioritātes, mērķi un uzdevumi audzināšanas darbā.

Audzināšanas darba mērķis:

Pilnveidot sistēmisku un koordinētu, mērķtiecīgu un pēctecīgu audzināšanas darbu Augstkalnes pamatskolā, lai nodrošinātu skolēnu veidošanos par zinošiem, radošiem, uzņēmīgiem un atbildīgiem cilvēkiem un sekmētu izglītojamo pašattīstību un pašaudzināšanas prasmes.

Apakšmērķi:

1. Pilnveidot audzināšanas darbu izglītības procesā, veicinot pedagogu kompetenci audzināšanas darbā un skolēnu visaptverošu izpratni par vērtībām un pašaudzināšanas nozīmi personības izaugsmē.

1.1. Pēctecīga un mērķtiecīga audzināšanas darba īstenošana izglītības iestādē;

1.2. Pedagogu kompetenču pilnveide un metodiskā atbalsta nodrošināšana audzināšanas jomā.

2. Veicināt audzināšanas darbā iesaistīto pušu sadarbību.

2.1. Pedagogu - skolēnu - ģimenes sadarbības veicināšana;

2.2. Izglītības iestādē audzināšanas darbā iesaistīto pušu sadarbības pilnveidošana;

2.3. Izglītības iestādes un valsts, pašvaldības un pašvaldības institūciju sadarbības veicināšana;

2.4. Sabiedrības līdzdalības sekmēšana audzināšanas darbā.

Audzināšanas darbs balstās uz šādiem principiem:

- Sadarbība un pilsoniskā līdzdalība – audzināšanas jautājumu risināšanā iesaistās visas ieinteresētās puses: pedagogi un izglītības darbinieki, skolēni, vecāki un ģimene, valsts un pašvaldības institūcijas, nevalstiskās organizācijas, sabiedrība;

- sistemātiskums – nodrošināta audzināšanas darba sistēma un attīstība;

- nepārtrauktība un pēctecība audzināšanas darba īstenošanā un mērķu sasniegšanā;

- ilgtspēja – izglītības lēmumu pamatotība un līdzsvarota attīstība;

- vienotība un veselums – audzināšanas darbība ir īstenojama vienotā izglītības procesā;

- atvērtība informācijai un dialogam, sadarbībai, inovācijām.

Augstkalnes pamatskolas prioritāte audzināšanas darbā 2022. - 2024. gadam

1. Turpināt aktualizēt drošības un atbildīgas attieksmes pret savu veselību nozīmību.
2. Veidot skolēnos izpratni par karjeras izglītības nozīmi personiskajā izaugsmē.
3. Pilnveidot skolēnu savstarpējo attiecību kultūru, veicinot atbildīgu attieksmi un rīcību ikdienas situācijās.

Augstkalnes pamatskolas audzināšanas uzdevumi

I Īstenot audzināšanas darbu Augstkalnes pamatskolā

1. Radīt izglītojamam iespēju izprast pašam sevi, apzināties savus pienākumus un tiesības, savas attieksmes un rīcību, mācīt domāt un rīkoties patstāvīgi, uzņemties atbildību par savu rīcību (klases stundas, diskusijas, pieredzes apmaiņa, lomu spēles, tikšanās ar speciālistiem);

2. Organizēt pasākumus skolēnu nacionālās identitātes un valstiskuma apziņas, lojalitātes Latvijas valstij un vērtībām patriotisma audzināšanā, t.sk. skolas, novada, valsts svētku svinēšana un atceres dienu atzīmēšana, skolas tradīciju kopšana veidošana (koncerti, izstādes, konkursi, skolēnu radošo darbu skates, klases stundas, līnijas, sacensības, atceres un piemiņas pasākumi, tikšanās, talkas, ekskursijas, u.c.);

3. Attīstīt cieņu pret dzīvību, sevi un citiem, drošu paradumu izkopšanu, organizēt pasākumus skolēniem par drošības jautājumiem un rīcību ekstremālos apstākļos, veselīgu dzīvesveidu un atkarību profilaksi (tikšanās, praktiskas nodarbības, klases stundas, konkursi, mācību ekskursijas, evakuācijas).

4. Veicināt mērķtiecīgu karjeras izvēli un mērķtiecību uz darbu kā personības pašrealizācijas un eksistences līdzekļu iegūšanas veidu un labklājības avotu (karjeras izglītības stundas, Ēnu dienas, klases stundas, atvērto durvju dienas, konsultācijas, anketēšana, ekskursijas, tikšanās ar vecākiem, skolas absolventiem, citu skolu pārstāvjiem, vietējo uzņēmumu darbiniekiem).

5. Atbalstīt skolēnu padomes darbību un veicināt pieredzes popularizēšanu, nodrošināt skolēnu līdzdalību skolas dzīves jautājumu risināšanā spēju brīvi un patstāvīgi domāt un atbildīgi rīkoties, pašdisciplīnu, izpratni par pienākumiem un tiesībām (informēšana, pasākumu organizēšana, aptaujas, akcijas, līdzdalība izglītības iestādes padomē);

6. Veicināt skolā interešu izglītības programmu daudzveidību un to īstenošanu atbilstoši skolēnu interesēm un skolas finansējumam (interesu izglītības programmu piedāvājums, piedalīšanās skolas un ārpuskolas pasākumos, valsts skatēs un konkursos).

II Sniegt atbalstu klašu audzinātājiem un pedagogiem

1. Veicināt pedagogu profesionālo pilnveidi (semināri, kursi, konferences).

2. Organizēt pasākumus pedagogu labās prakses un pieredzes apkopošanai un popularizēšanai audzināšanas darba jautājumos (savstarpēji vērotas stundas).

III Attīstīt un meklēt jaunas darba formas sadarbībai ar skolēnu ģimenēm

Rosināt Izglītojamos iesaistīties paaudžu sadarbības veicināšanā un sabiedrības vienotības radīšanā (sapulces, koncerti, vecāku dienas, ģimeņu sporta diena, vecāku vadītās darbnīcas).

IV Veicināt audzināšanas darbā iesaistīto institūciju sadarbību

Valsts un pašvaldības policija, Sociālais dienests, bāriņtiesa.

Izmantojamās metodes un darba formas

1. Izpratnes veidošanai: sistemātisks izklāsts, pārrunas, literatūras izmantošana un lasīšana, diskusijas, disputi u.c.

2. Attieksmju veidošanai: situācijas analīze, pašanalīze, mācību ekskursijas, pārgājieni, projekti, u.c.

3. Prasmju veidošanai: interešu izglītības programmas īstenošana, demonstrējumi, drošības pasākumi (evakuēšanās, drošības dienas), novērojumi brīvā dabā, lomu spēles, grupu darbs, pētījumi, projektu metode, akcijas, tikšanās, konkursi, draudzības pasākumi u.c.

4. Darba formas: audzināšanas stundas, skolēnu izpēte (anketas, aptaujas u.c.), svētku un atceres dienas, skolas pasākumi, sporta pasākumi, radošās darbnīcas, zinātniski pētnieciskie darbi, talkas, aptaujas u.c.

Sadarbība ar vecākiem

Organizē un pārrauga skolas administrācija:

- Skolas vecāku kopsapulce pirmajā skolas dienā;
- Vecāku diena–tikšanās individuālajās sarunās ar priekšmetu skolotājiem (reģistrācijas lapas);
- Izglītojošie semināri, nodarbības vecākiem – pēc nepieciešamības un iespējamā finansējuma;
- Individuālās tikšanās ar vecākiem pie administrācijas – pēc nepieciešamības (individuālās sarunas protokols);
- Skolas pasākumi (Mārtiņdienas tirdziņš, svētku koncerti, Mātes diena, Zvaniņsvētki, izlaidums u.c.) – vecāku līdzdalība un piedalīšanās;
- Informācijas sniegšana vecākiem – skolēna dienasgrāmatā, skolas mājas lapā, e-klasē, Tērvetes novada informatīvajā izdevumā;
- Pateicības vecākiem –mātes dienas pasākumā (pēc klases audzinātāju, skolotāju vai administrācijas ierosinājuma).

Organizē klases audzinātājs, pārrauga skolas administrācija:

- Klases vecāku sanāksmes – ne retāk kā 2 x gadā (sanāksmju protokols);
- Individuālās sarunas ar vecākiem – pēc skolotājas vai vecāku iniciatīvas (ieraksts e-klasē);
- Informācijas sniegšana/saņemšana – individuālās sarunas, skolēna dienasgrāmatā, e-klasē (sekmes, uzvedība, kavējumi un cita aktuālā informācija);
- Neformālie klases pasākumi (klases mācību ekskursijas, pārgājieni, klases vakari, tematiskās pēcpusdienas) – līdzdalība pasākumu organizēšanā un piedalīšanās tajos, izvērtēšana.

Klases audzināšanas darba tematiskais plāns

Klases audzinātājs, klases vajadzības, klases audzinātājs izvēlas nepieciešamo stundu skaitu tematu apguvei, klases stundās izmantojamās metodes un paņēmienus. Rezerves stundas klases audzinātājs pēc nepieciešamības var plānot kā organizatoriskās, gatavojoties dažādiem pasākumiem (Ziemassvētku noformējums, priekšnesumu sagatavošana ņemot vērā skolēnu vajadzības un skolas audzināšanas programmu, kā arī valsts izvirzītās prioritātes, izstrādā savu audzināšanas darbības tematisko plānu 35 klases stundām (1., 9. Klasei 34 stundas). Ņemot vērā). Klases stundas veido radoši un atbilstoši aktualitātēm.

Audzināšanas temati tiek aplūkoti arī vairāku mācību priekšmetu stundās, tādējādi klases audzinātājam ieteicams sadarboties ar attiecīgā mācību priekšmeta skolotāju.

Klases audzināšanas stundu tematiskai plānošanai ieteicams izmantot 2016. gadā Valsts izglītības satura centra izstrādāto metodisko līdzekli „Klases stundu programmas paraugs,” kurā klases stundām ieteiktas šādas tematiskās grupas:

1. Sevis izzināšana un pilnveidošana. Uzvedība un savstarpējās attiecības.

Mērķis: Sniegt atbalstu izglītojamajam sevis izzināšanas un mērķtiecīgas pašattīstības procesā.

Uzdevumi:

Radīt skolēnam iespēju

- izprast pašam sevi, apzināties savas attieksmes un rīcību;
- iegūt pieredzi, kā veidot pašam savu dzīvi, attiecības ar sevi un citiem;
- attīstīt pašapziņu;
- domāt un rīkoties patstāvīgi, uzņemoties atbildību par savu rīcību.

Klašu grupa: 1. –3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	1. Es un mani vaļasprieki. 2. Es un mana ģimene. 3. Dusmas. Kā pareizi dusmoties? 4. Es un cilvēki man apkārt.	Atpazīst savas emocijas un pārdzīvojumus, mācās izzināt cēloņus un nosaukt tos vārdos. Saskata atšķirības starp emocijām un savu rīcību. Analizē savas spējas valdīt par sevi, savaldīties (atbilstoši sava vecuma psiholoģiskajām īpatnībām). Vēro sevi, domā par sakarībām, kādas veidojas starp domām, jūtām, rīcību, mācās kontrolēt sevi un savu uzvedību.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	1. Kas tas ir –raksturs? 2. Es izprotu savas spējas un prasmes. 3. Manas labākās spējas un prasmes un to attīstīšana. 4. Izaicinājums manām spējām un prasmēm.	Saprot, ka ir interesanti kaut ko jaunu uzzināt un mācīšanās sagādā prieku. Apzinās savas spējas un prasmes, kas ļauj sasniegt nodomāto.
3.	Savstarpējās attiecības	1. Pieklājīgas uzvedības zelta likumi. 2. Reālās un virtuālās vides saskares punkti un to ietekme uz attiecībām. 3. Pieklājīgas uzvedības nozīme pozitīvās savstarpējās attiecībās. 4. Atvainošanās un piedošanas prasmes pozitīvā ietekme uz personības attīstību.	Mācās analizēt un saprast savstarpējās attiecības, uzklausi un sadarboties ar klasesbiedriem un skolotājiem. Izprot atšķirības starp saskarsmi reālā vidē un virtuālajā vidē. Mācās būt pieklājīgs un ievēro pozitīvas uzvedības noteikumus klasē, skolā un ārpus tās. Prot atvainoties un mācās piedot.
4.	Konfliktu risināšana	1. Kas tas ir –konflikts? 2. Pamatsoli konfliktu situācijas izvērtēšanā un risināšanā. 3. Kāpēc mēdz būt atšķirīgi viedokļi par vienu tēmu? 4. Es risinu konfliktu.	Apzinās konflikta esamību, konflikta situācijas un mācās tās izprast. Mācās uzklausi atšķirīgu viedokli konfliktā un vērtēt savu attieksmi pret to un radušās emocijas.

5.	Ētiskās vērtības	1. Izpratne par līdzatbildīgu sabiedrību. 2. Labie darbiņi ikdienā. 3. Tikums latviešu folklorā. 4. Pozitīvie piemēri mums apkārt.	Prot novērtēt savstarpēju palīdzību un pateikties. Mācās saskatīt un novērtēt labo ikvienā. Mācās izprast un ikdienā ievērot taisnīgumu, godīgumu un veidot darba tikumu.
----	------------------	---	---

Klašu grupa: 4. –6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	1. Mana rakstura izvērtējums, manas stiprās un vājās rakstura īpašības. 2. Manas rakstura īpašības un emocijas, kādas tās izraisa. 3. Emociju pārvaldīšanas prasme. 4. Problēmsituācijas, kuras var radīt manas rakstura īpašības.	Mācās apzināties savu individualitāti, analizē savas rakstura īpašības, saskatot pozitīvo un negatīvo sevī. Novērtē, kā risināt savas problēmas, un mācās ar tām tikt galā. Analizē savas emocijas un mācās apzināties cēloņus, kas tās izraisa. Saskata kopsakarības starp emocijām un savu rīcību.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	1. Vai vienmēr ar problēmām jāietik galā pašam? 2. Dažādas iespējas problēmu risināšanā. 3. Mērķtiecīgi plāno, lai sasniegtu! 4. Mans darba dienas plāns.	Apzinās mērķtiecīgas darbības soļus un secību, lai paveiktu to, ko uzņēmieš. Izprot, kur nepieciešama pieaugušo palīdzība un atbalsts. Veido pārliecību, ka uzzināt ko jaunu ir interesanti un mācīšanās var sagādāt prieku.
3.	Savstarpējās attiecības	1. Savstarpēja cieņa un sapratne – labas ikdienas pamats. 2. Pozitīva un negatīva komunikācija virtuālajā saziņas vidē. 3. Es kā virtuālās vides lietotājs. 4. Vienošanās -zaudējums vai uzvara?	Veido attiecības ar citiem, pamatojoties uz cieņu, sapratni un draudzīgumu. Izprot pozitīvas komunikācijas nepieciešamību virtuālajā saziņas vidē. Apzinās savas prasmes izbeigt strīdu un panākt vienošanos, neaizskarot un neaizvainojot citus.
4.	Konfliktu risināšana	1. Biežākie konfliktu cēloņi. 2. Tolerance un empātija. 3. Prasme pamatoti paust savu viedokli. 4. Kā atrast kompromisu konfliktsituācijā?	Izprot konflikta cēloņus, novērtē savu lomu un rīcību konfliktā. Mācās mierīgi un toleranti paust savu viedokli konfliktā un meklēt kopīgu risinājumu.
5.	Ētiskās vērtības	1. Labdarības projekta izstrāde mūsu klasē. (četrus stundu darbs) 2. Labdarības projekta izstrāde mūsu klasē. (četrus stundu darbs)/Labdarības pasākumi to nozīme. 3. Labdarības pasākumu organizētāji (klubu biedri,	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus. Izprot un ikdienā ievēro taisnīgumu, godīgumu un darba tikuma nepieciešamību.

		<p>mecenāti, uzņēmēji, mākslas un kultūras pārstāvji.</p> <p>4. Klases labdarības pasākumu plānošana.</p> <p>5. Klases labdarības pasākumu izpilde.</p>	
--	--	---	--

Klašu grupa: 7. –9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	<p>1. Personības izzināšanas testi.</p> <p>2. Personības SVID analīze (stiprās puses, vājās puses, manas iespējas un draudi).</p> <p>3. Bezizeja un izeja. Prasme pieņemt racionālus lēmumus.</p> <p>4. Zēnu un meiteņu atšķirīgais pasaules redzējums.</p>	<p>Apzinās savu individualitāti, atšķirību no citiem, analizē savas īpašības. Prot saskatīt un novērtēt pozitīvo sevī.</p> <p>Novērtē savus panākumus un neveiksmes. apzinās savas emocijas un mācās tās mērķtiecīgi vadīt.</p>
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	<p>1. Mērķu un uzdevumu izvirzīšanas prasme.</p> <p>2. Iespējamie risinājumi uzstādīto mērķu sasniegšanā.</p> <p>3. Plānošanas stratēģijas, kā tās izmantot.</p> <p>4. Klases stundas plānošana.</p>	Apzināti savu darbību virza mērķu sasniegšanai.
3.	Savstarpējās attiecības	<p>1. Aizspriedumi un stereotipi, izplatītākie mīti pusaudžu vidē.</p> <p>2. LR normatīvie dokumenti, kas nosaka atbildību savstarpējās attiecībās.</p> <p>3. Problēmsituācija, tās analīze un atbildības piemērošana.</p> <p>4. Pieņemama rīcība ārkārtas situācijās.</p>	<p>Veido cieņpilnas savstarpējās attiecības ar līdzcilvēkiem.</p> <p>Prot analizēt un risināt savstarpējo attiecību sarežģījumus gan reālajā, gan virtuālajā saziņas vidē, apzinās atbildību un zina likuma normas (normatīvajos dokumentos noteikto atbildību).</p> <p>Attīsta empātijas spējas.</p>
4.	Konfliktu risināšana	<p>1. Kopienų dažādība Latvijā, kultūru atšķirības.</p> <p>2. Migrācijas procesi pasaulē.</p> <p>3. Iespējamo konfliktu klases kolektīvā apzināšana un izvērtēšana.</p> <p>4. Iespējamie risinājumi klases kolektīvā esošo konfliktu novēršanā.</p>	<p>Prot analizēt konflikta situācijas un tolerantī izvērtēt pretējās puses viedokli.</p> <p>Spēj piedāvāt konflikta risināšanas ceļu, saskaņojot abu konfliktējošo pušu viedokļus.</p>
5.	Ētiskās vērtības	<p>1. Ētiskās vērtības LR Satversmes preambulā.</p> <p>2. Mani kā LR pilsoņa pienākumi.</p> <p>3. Manu ētisko vērtību tops.</p> <p>4. Ētisko vērtību stiprināšanas iespējas Latvijas sabiedrībā.</p>	<p>Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus, apzināti rīkojas to sasniegšanai.</p> <p>Apzinās savas vērtības vispārcilvēcisko vērtību kontekstā (LR Satversmes preambula)</p>

2. Piederība valstij

Mērķis: Akcentēt izglītojamo personisko lomu un uzdevumus ģimenes attiecībās, klases un skolas dzīves pilnveidošanā, piederības veidošanā savam novadam, pilsētai, reģionam un valstiskās apziņas stiprināšanā.

Uzdevumi:

- veidot pozitīvas attiecības starp ģimenes locekļiem, klases un skolasbiedriem;
- attīstīt iniciatīvu, prasmi uzņemties pienākumus un būt atbildīgam par to izpildi;
- apgūt prasmes sadarboties ar vienaudžiem un dažādu paaudžu cilvēkiem;
- izprast un respektēt citu cilvēku atšķirības un vajadzības;
- stiprināt patriotismu, lojalitāti un piederību skolai, novadam, valstij.

Klašu grupa: 1. –3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Ģimene un dzimta	1. Mana māja, mana dzimta. 2. Manas ģimenes locekļu-vecāku un vecvecāku profesijas. 3. Mani pienākumi ģimenē. 4. Es ģimenē, klasē, skolā. 5. Es un mana ģimene. 6. Skola senatnē (vecvecāku aptauja)	Izprot radniecības pakāpes un rūpējas par ģimenes locekļiem. Apzinās atbildību un pienākumus ģimenē.
2.	Piederība novadam/pagastam	1. Mans pagasts, mana novads. 2. Latvijas lepnums-drosmīgi, pašreizlīdzīgi cilvēki. 3. Piederība savai mājai. 4. Piederība savai skolai. 5. Piederība pagastam, novadam, valstij. 6. Mana novada skaistākās vietas. 7. Skolas vēsture. 8. Tikšanās ar ievērojamiem cilvēkiem.	Zina sava novada atrašanās vietu Latvijas kartē, kultūrvēsturiskajā novadā. Ir iepazinis kultūrvēsturiskos un dabas objektus novadā/pagastā. Ir iepazinis ievērojamākos vietējās kopienas cilvēkus un tradīcijas.
3.	Valstiskā identitāte	1. Barikāžu atceres diena. 2. Latvijas simboli. 3. Latvijas valsts svētki, to svinēšana. 4. Latvijas karte. 5. Valsts dzimšanas dienas kūkas gatavošana klasē. 6. Latvijas prezidenti. 7. Latvijas valsts himna, ģerbonis, karogs. 8. Kas ir tā zeme, ko labi zinām? 9. 11. Novembris -Lāčplēša diena. 10. Ar ko lepojas Latvija. 11. Kas ir latvietis. 12. Latvija pasaulē.	Zina Latvijas vietu Eiropas kartē. Zina nozīmīgākos Latvijas valsts svētkus (11. un 18.novembris, 4.maijs) un iesaistās to svinēšanā. Prot cieņpilni izturēties pret valsts simboliem (zina himnu, pazīst karogu un ģerboni).

4.	Nacionālā identitāte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Svētki un tradīcijas Latvijā. 2. Latviešu tautas tradīcijas – Meteņi, Lieldienas. 3. Latviešu tradicionālie ēdieni. 4. Pašidentitāte. 5. Dažādu tautu rotaļas, dziesmas, pasakas, mīklas. 	Zina savas tautas un latviešu tautas tradīcijas un saulgriežu svinamos svētkus.
5.	Multikulturāla vide	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kā pieņemt citādo. 2. Latvija -valsts, kurā dzīvojam. 3. Es un citi. Saskarsmes kultūra un uzvedība. 4. Citādaļs man līdzās. 5. Drošība vidē. 6. Es –savā valstī, novadā , pagastā. 7. Iepazīšanās ar citu tautu bērnu literatūru. 8. Kā iedraudzēties? 9. Citu tautu nacionālie ēdieni. 	Apzinās, ka Latvijā dzīvo dažādas etniskās piederības cilvēki

Klašu grupa: 4. –6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Ģimene un dzimta	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es -manas dzimtas koka atzars. 2. Mana loma ģimenē. 3. Ģimenes, tuvinieku atbalsta nozīmīgums. 4. Mana ģimene kā vērtība. 5. Savas dzimtas apzināšana – radinieki ārzemēs. 8. Es ģimenē, pienākumi ģimenē. 9. Manas ģimenes vērtības un tradīcijas. 	<p>Veido savas dzimtas koku.</p> <p>Apzinās ģimeni kā vērtību.</p> <p>Ir informēti par dažādiem ģimenes attiecību modeļiem.</p> <p>Prot pastāstīt par tradīcijām ģimenē.</p>
2.	Piederība novadam/pagastam	<ol style="list-style-type: none"> 1. Novada ievērojamākās vietas un cilvēki. 2. Kultūra kā vērtība. 3. Es un mans novads. 4. Tūrists pagastā un novadā 7. Intervija „Ievērojams mana pagasta vai novada cilvēks.” 	<p>Zina Latvijas kultūrvēsturiskos novadus, to īpatnības, tradīcijas.</p> <p>Ir interese par sava novada/pagasta vēstures un ievērojamu personību dzīves gājuma izziņāšanu.</p> <p>Zina savas skolas absolventus un novadniekus –zināmus cilvēkus novadā un valstī.</p>
3.	Valstiskā identitāte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Valsts svētku nozīme. 2. Es -vēstures veidotājs. 3. Valsts, kurā es dzīvoju. 4. Valsts svētku nozīme katra cilvēka un tautas dzīvē. 5. Atceres dienas. 6. Darbs grupās, sagatavota prezentācija-“Latvieši pasaulē” (sportisti, kultūras darbinieki, politiķi, utt.). 7. Spēle “Es mīlu Latviju!”. 8. Kas ir patriotisms? 	<p>Zina un svin Latvijas valsts svētkus, zina piemiņas un atceres dienas, cieņpilni izturas pret valsts simboliem.</p> <p>Zina ievērojamus Latvijas cilvēkus –sportistus, kultūras darbiniekus, politiķus utt., ar ko valsts lepojas un kuri nes Latvijas vārdu pasaulē.</p> <p>Izprot Brīvības cīņtāju lomu Latvijas neatkarības radīšanā, atjaunošanā un nostiprināšanā.</p>

4.	Nacionālā identitāte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Latviešu tautas kultūras mantojuma unikalitāte-dainas, dainu skapis; Dziesmu un deju svētki u.c. 2. Pasākumu apmeklēšanas kultūra. 3. Labdarības nozīme cilvēku savstarpējās attiecībās. 4. Svecīšu vakari. Veļu laiks. Cilvēka piemiņas saglabāšana. 5. Latviskie ornamentu, to nozīme, izmantošana mūsdienās. 7. Kultūrvēsturisko pieminekļu iepazīšana ekskursijās. 8. Tikšanās ar ievērojamiem cilvēkiem. 	<p>Zina latviešu tautas kultūras mantojuma galvenās bagātības un simbolus (Dziesmu un deju svētku tradīcija, Dainu skapis, Gaismas pils u.c.).</p> <p>Iesaistās kultūras vērtību apzināšanā, apgūšanā un saglabāšanā.</p>
5.	Multikulturāla vide	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tolerance pret citādo. 2. Draugi kā vērtība. 3. Dažādu tautību cilvēki Latvijā. 4. Minoritāšu tradīcijas, valoda. 5. Uzvedība, apmeklējot kultūras pasākumus. 6. Labdarības nozīme cilvēku savstarpējās attiecībās. 7. Migranti pasaulē, Latvijā. Līdzietība. 8. Sevis pilnveidošana. 9. Cilvēka dzīves veids saistībā ar vides apstākļiem. 10. Svētku svinēšanas tradīcijas pasaulē. 	<p>Apzinās savu nacionālo identitāti un citu tautību cilvēku esamību Latvijā.</p> <p>Izprot un respektē kopīgo un atšķirīgo dažādu tautu tradīcijās</p>

Klašu grupa: 7. –9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Ģimene un dzimta	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es un mani līdzcilvēki. 2. Konflikts, tā risināšana. 3. Latviskās tradīcijas manā ģimenē. 4. Mana loma ģimenē. 5. Savstarpējo attiecību problēmas un to risināšana. 6. Mana sapņu māja. 7. Mātes diena –vēstule mātei. 	<p>Izprot attiecību veidošanu ģimenē.</p> <p>Apzinās ģimenes un tuvinieku atbalsta nozīmīgumu un savu lomu ģimenē.</p>
2.	Piederība novadam/pagastam	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sabiedrisko norišu izvērtēšana. 2. Tradīcijas un svētki novadā. 3. Ievērojamās dzimtas. 	<p>Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pagastu.</p> <p>Ir iepazinies ar skolas muzeja vērtībām, prot tās izmantot.</p>
3.	Valstiskā identitāte	<ol style="list-style-type: none"> 1. Jauniešu nevalstiskās organizācijas. 2. Dzimtene sirdī un domās. 3. Latvijas valsts proklamēšana. 	<p>Ir interese par Latvijas valsts svētku vēsturisko izcelsmi.</p> <p>Izprot piemiņas un atceres dienu jēgu un nozīmi, prot svinēt valsts svētkus.</p>

		<p>4. Latvijas Republikas Neatkarības atjaunošana.</p> <p>5. Latvija pasaulē, mēs tajā.</p> <p>6. Vietējais darba tirgus.</p> <p>7. Patriotisma jēdziens agrāk un šodien.</p>	<p>Zina nacionāla mēroga jaunatnes nevalstiskās organizācijas (Mazpulki, Jaunsardze, Skauti un Gaidas, u.c.) un ir iepazinis to darbību.</p> <p>Apzinās Brīvības cīņu nozīmīgumu dažādos vēstures posmos, prot godināt kritušos cīnītājus un viņu piemiņu.</p>
4.	Nacionālā identitāte	<p>1. Tolerance pret citādo līdžās.</p> <p>2. Kultūrvēsturisko pieminekļu iepazīšana ekskursijās.</p> <p>3. Diskriminācija.</p> <p>4. Dabas līdzsvara izjaukšanas sekas.</p> <p>5. Brīvā laika lietderīga izmantošana. Valsts svētki.</p> <p>6. Kā es saprotu savu nacionālo identitāti.</p>	<p>Izprot un ar cieņu izturas pret nacionālās kultūras vērtībām. Ir vēlme tās saglabāt un popularizēt.</p>
5.	Multikulturāla vide	<p>1. Mūsu Latvija.</p> <p>2. Mēs un citu tautu iedzīvotāji.</p> <p>3. Tolerance pret citādo.</p> <p>4. Nevalstiskās organizācijas Latvijā.</p> <p>5. Citu vajadzību un individualitātes respektēšana.</p> <p>6. Līdzcietība mūsdienu sabiedrībā.</p> <p>7. Skolas vide -citu tautību bērniem.</p> <p>8. Pašcieņa un tolerance.</p> <p>10. Individīda un tautas brīvība.</p> <p>11. Taisnīgums un godīgums.</p> <p>12. Darba tikums senāk un mūsdienās.</p> <p>13. Galvenās vērtības demokrātiskā sabiedrībā.</p> <p>14. Kā es uzvedos ārpus savām mājām –ekskursijās, ārzemēs, sociālajos tīklos.</p> <p>15. Kultūru dažādība mūsu novadā un Latvijā –kā un kādi vēstures notikumi to ietekmējuši.</p> <p>16. Kritiskā domāšana, pieņemot citādo.</p>	<p>Ir priekšstats par cilvēkiem, kuri dzīvo Latvijā un kuriem ir atšķirīga āriene, reliģiskā un etniskā piederība.</p> <p>Izprot un ievēro LR Satversmē nostiprinātās vērtības: cilvēka cieņa, brīvība, vienlīdzība, solidaritāte, taisnīgums, godīgums, darba tikums un ģimene (LR Satversmes preambula).</p>

3. Pilsoniskā līdzdalība

Mērķis: Veicināt skolēnu izpratni par indivīda un sabiedrības mijiedarbību, līdzatbildību par apkārtējiem procesiem un personīgās aktivitātes nozīmi sabiedrisko notikumu veidošanā un dzīves kvalitātes uzlabošanā.

Uzdevumi:

- apgūt prasmes iesaistīties daudzveidīgā sabiedriskajā darbībā un veidot priekšstatus par pilsoniskās līdzdalības iespējām;

- veidot izpratni par savām un citu tiesībām un pienākumiem un to ievērošanu;
- analizēt savu pieredzi un attīstīt kritisko spriestspēju par sabiedriskajiem procesiem, veidot tolerantu attieksmi pret citādo sev līdzās;
- attīstīt prasmes, atbildību un pilnveidot kompetences ilgtspējīgas attīstības jautājumos.

Klašu grupa: 1. –3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Tiesības un pienākumi	1. Es –skolēns (skolēna uzvedība, pienākumi un noteikumi). 2. Es un mana klase (ikdienā, klases pasākumos un sarīkojumos). 3. Es un mana ģimene (sadarbība un pienākumi). 4. Es –pasaulē (pasaules bērnu stāsti).	Zina savas pamattiesības un pamatpienākumus ģimenē un skolā.
2.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	1. Pieklājības ABC –durvis uz sadarbību un sadzīvošanu (klases kārtības rullis). 2. Esi saprātīgs un nosvērts (jūtu izpausmes veidi, to nozīme attiecību veidošanā). 3. Es un citi (iespējas piedalīties un sadarboties ārpusstundu pasākumos, interešu izglītības pulciņos). 4. Konflikts un tā risināšana.	Ir izpalīdzīgs un draudzīgs. Atbilstoši savam vecumam iesaistās dažādu klases pasākumu organizēšanā, klases iekšējās kārtības noteikumu izstrādē. Izsaka savu viedokli, uzklausa un respektē klasesbiedru viedokli.
3.	Ilgtspējīga attīstība	1. Mana skola un skolas apkārtnē (kārtības izjūta un sakopta vide). 2. Domāt un dzīvot zaļi (cilvēka un dabas mijiedarbība). 3. Sabiedriskās darbības iespējas (labdarība, talkas u.c. aktivitātes). 4. Es –mazais ekonomists (ikdienā lietojamie resursi, to izmantošana un taupīšana)!	Izvērtē atšķirību starp vēlmēm un vajadzībām. Izvērtē cilvēku rīcības ietekmi uz vidi. Rūpējas par vides sakopšanu tuvākajā apkārtnē. Izvērtē resursu patēriņu un iespējas tos taupīt (piemēram, pārtika, ūdens, elektrība).

Klašu grupa: 4. –6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Tiesības un pienākumi	1. Cilvēka dzīve un pienākumi (Starptautiskā konvencija ANO bērnu un jauniešu tiesību aizsardzībā, tās darbība pasaulē). 2. Es, kā pilsonis skolā, pagastā un valstī (pienākumi, noteikumi, tiesības, to sasaiste). 3. Mana dzīve un pienākumi (tagad un nākotnē).	Zina, kādi dokumenti nosaka cilvēka tiesības un pienākumus. Izprot un ievēro pienākumu un tiesību vienotību.

2.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	<ol style="list-style-type: none"> 1. Manas pilnveidošanās iespējas un pilsoniskā līdzdalība. 2. Es un citi (interesu saskaņošana, domubiedru grupu veidošanās). 3. Manas skolas un novada sabiedriskā dzīve (līdzdalība skolas un novada pasākumos). 4. Es to protu, es to varu (pasākumu organizēšanas pamatprincipi). 5. Manas klases pasākums (pasākuma izstrāde, norādot mērķi uzdevumus, norisi un izvērtējumu). 6. Konflikta risināšana (konfliktu cēloņi un to novēršana). 	<p>Sāk iepazīt veidus, kā var piedalīties skolas dzīves organizēšanā. Iepazīst skolēnu pašpārvaldes darbību un iespējas.</p> <p>Iesaistās dažādu klases pasākumu organizēšanā. Ir gatavs uzņemties iniciatīvu un sadarboties.</p> <p>Prot izteikt savu viedokli un ir saprotošs pret atšķirīgu viedokli. Prot rast kompromisa risinājumu. Ir gatavs uzņemties atbildību.</p>
3.	Ilgtspējīga attīstība	<ol style="list-style-type: none"> 1. Resursi un vide. Saimniecība un resursi (resursu izmantošanas nepieciešamība un sabalansēšana ar tīru vidi). 2. Atbildība par vidi globālā un vietējā mērogā. 3. Veselīgs uzturs ir veselības drošība (veselīga uztura ēdienkarte, sezonas ēdienkarte). 4. Otrā elpa (projekta darbs, izmantojot otrreizēji izmantojamus materiālus). 	<p>Prot šķirot atkritumus un ievēro to ikdienā.</p> <p>Piedalās talkās, akcijās u.c. pasākumos vides aizsargāšanā. Izprot atbalsta nepieciešamību mazāk aizsargātiem un grūtībās nonākušiem (gan dzīvām būtnēm, gan cilvēkiem).</p> <p>Izprot, kas ir pārtikas drošība -tās pieejamība un veselīgs uzturs. Pēta dažādu mājāsaimniecībā izmantojamo resursu patēriņu, sagatavo priekšlikumus resursu ilgtspējīgam patēriņam</p>

Klašu grupa: 7. –9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundu tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Demokrātijas būtība un nozīme	<ol style="list-style-type: none"> 1. Valsts pārvaldes struktūra. 2. Satversme –valsts pamatlikums. 3. Atbildība -viens no demokrātijas pamatprincipiem (atbildības avoti un veidi). 	Zina Latvijas valsts pārvaldes struktūru. Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi, īpaši Satversmes Preambulā noteiktās vērtības.
2.	Tiesības un pienākumi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tiesības un pienākumi skolā, vietējā sabiedrībā un valstī. 2. Tiesības un pienākumi demokrātiskā un apspiestā sabiedrībā (pasaules piemēri). 	Zina, izprot un ievēro savas tiesības un pienākumus. Ar cieņu un izpratni izturas pret citu cilvēku tiesībām.
3.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	<ol style="list-style-type: none"> 1. Viens vai kopā ar citiem (pilsoniskā līdzdalība, tās nozīme, iespējas)? 2. Interesu grupu saskarsmes veidi. 3. Eiropas Savienība un tās piedāvātās iespējas. 4. Runāsim droši (viedokļa formulēšana un pasniegšana)! 	<p>Izprot pilsoniskās līdzdalības nozīmi, dažādību un iespējas. Zina par savām iespējām Eiropas Savienībā.</p> <p>Prot strādāt komandā, formulējot kopīgu viedokli.</p> <p>Uzņemas atbildību, līdzdarbojoties savas klases un skolas rīkotajās aktivitātēs.</p>

			Prot argumentēti aizstāvēt savu viedokli, ar cieņu izturoties pret citu viedokļiem. Apzinās dažādu skolēnu interešu grupu veidošanos un ietekmi uz klasesbiedru savstarpējām attiecībām un klases saliedētību.
4.	Brīvprātīgais darbs	1. Brīvprātīgā darba būtība. 2. Brīvprātīgā darba nozīme personības veidošanā, uzkrātā pieredze (sava portfolio veidošana). 3. Brīvprātīgā darba iespējas (reālu piemēru analizēšana).	Zina brīvprātīgā darba būtību. Apzinās brīvprātīgā darba nozīmi personības veidošanā, savas karjeras un sabiedrības izaugsmē.
5.	Ilgspējīga attīstība	1. Latvija globālajā pasaulē (Latvijas SVID analīze). 2. Globalizācijas process un tā objektīva attīstība (globalizācijas ietekmes sfēras un piemēri). 3. Globālās vides izmaiņas un to ietekme uz mums. 4. Mediju loma globālajā pasaulē (mediju piensums un informācijas objektīvs izvērtējums). 5. Pasaulē iedzīvotāju skaits un daudzveidība. 6. Migrācijas galamērķu izaicinājums. 7. Migrācija un Latvija (vēsture un tagadne).	Izprot Latvijas vietu globālajā pasaulē. Izprot globalizācijas plusus un mīnus. Izprot globālās pasaules drošības jautājumus un klimata pārmaiņu jautājumus. Izprot masu mediju ietekmi informācijas iegūšanā, spēj izmantot dažādus informācijas avotus. Zina iedzīvotāju skaitu pasaulē, izprot iedzīvotāju migrācijas veidus un sekas. Izprot sabiedrības daudzveidību

4. Karjeras izvēle

Mērķis: Sekmēt skolēnos izpratni par izglītības lomu cilvēka dzīvē un veicināt mērķtiecīgu karjeras izvēli.

Uzdevumi:

- apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā;
- veidot prasmi salīdzināt un samērot personiskos sasniegumus un īpašības ar tiem nosacījumiem, kas nepieciešami tālākai izglītības turpināšanai un savas karjeras veidošanai;
- attīstīt prasmes, kas nepieciešamas savas karjeras attīstības plānošanā, lai sekmīgi konkurētu darba tirgū.

Klašu grupa: 1. –3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs.	1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.	Zina, kur un par ko strādā vecāki un citi ģimenes locekļi. Zina nosaukt profesijas, kurās strādā cilvēki skolēna dzīvesvietā, un izprot viņu nozīmību vietējās sabiedrības dzīvē.

2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms	1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mani dienas darbi skolā un mājās. 3. Mani vaļasprieki un atpūta. 4. Mans dienas režīms.	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	Mācības - skolēna darbs	1. Kāpēc jāmacās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības –pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.	Apzinās savu galveno pienākumu mācīties, spēj mācīties patstāvīgi un koncentrējas mācību uzdevumu apguvei un izprot savu atbildību sekmīgā mācību procesā. Prot izmantot stundās apgūto ikdienā.
5.	Karjeras vīzija	1. Pēc 20 gadiem es būšu... 2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

Klašu grupa: 4. –6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	1. Vislabāk es protu ... 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	1. Mana diena ģimenes plānā. 2. Mana dienas režīma proporcijas (mācības, vaļasprieki, atpūta). 3. Vai es protu palīdzēt? 4. Sadarbojoties var ietaupīt laiku. Kā?	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). 2. Pulciņi skolā. 3. Interesu izglītība pilsētā / pagastā. 4. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	Profesiju daudzveidība,	1. Fizisks un garīgs darbs. 2. Profesiju veidi.	Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks –

	prestīžs un pievilcība	3. Profesiju prestižs un nepieciešamība. 4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/ pagastā.	garīgs darbs, darbs telpās –darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētīt profesiju daudzveidību, domāt par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
6.	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	1. Valodas kultūra ikdienā. 2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Telefonsaziņas kultūra.	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.

Klašu grupa: 7. –9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības). 2. Mani plāni šim gadam. 3. Ko es esmu labu izdarījis šogad? 4. Mani nozīmīgākie sasniegumi.	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē savu gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās. 2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā, novadā vai pagastā. 3. Interesu izglītība un pašattīstība. 4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.	Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.
3.	Izglītības vērtība	1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.

5. Drošība

4.	Profesiju daudzveidīgā pasaule	1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. 2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). 3. Ēnu diena kā iespēja. 4. Manā pilsētā/ novadā/ pagastā pieprasītākās profesijas.	Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.
5.	Individuālā karjeras plāna izveide	1. Mērķis un starpmērķi. 2. Izvēle un alternatīvas. 3. Lēmumu pieņemšanas ceļi. 4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.

Mērķis: Veidot skolēnos izpratni par drošības jautājumu apguves nepieciešamību un ievērošanu ikdienā savas un citu drošības un veselības saglabāšanā.

Uzdevumi:

- rosināt izpratni par drošību dažādās situācijās;
- attīstīt prasmes novērtēt drošību un rīkoties dažādās situācijās;
- sekmēt skolēnu atbildību lēmumu pieņemšanā savas un līdzcilvēku drošības nodrošināšanā.

Klašu grupa: 1.-3. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība			
1.	Ceļš uz skolu	1. Mans ceļš uz skolu (zīmēt, aprakstīt ceļu, objektus, ceļazīmes, kas atrodas šajā posmā). 2. Drošība uz ielas. 3. Trīskrāsu luksoforiņš-mans draugs. 4. Es un mana drošība. 5. Iespējamie ceļi uz manu dzīvesvietu. 6. Drošākais ceļš no mājām uz skolu.	Prot izvēlēties drošāko maršrutu no mājām līdz skolai un atpakaļ. Pārvietojas pa izvēlēto ceļu un šķērso ielu savas mājas, skolas tuvumā atbilstoši ceļu satiksmes drošības noteikumiem.
2.	Gājējs, transportlīdzekļa vadītājs, pasažieris. Sabiedriskais transports un pieturas	1. Es –gājējs. 2. Praktiska nodarbība ar policijas darbiniekiem gājēju pārejas šķērsošanā gan pie luksofora, gan zebras. 3. Satiksmes līdzekļi un to izmantošanas iespējas manā pilsētā. 4. Drošība un uzvedības noteikumi sabiedriskajā transportā. 5. Es –pasažieris sabiedriskajā transportlīdzeklī (izbrauciens ar sabiedrisko transportu).	Pārzina transporta līdzekļu veidus. Prot ievērot atbilstošos uzvedības noteikumus sabiedriskajos un personiskajos transporta līdzekļos. Prot pareizi iekāpt transporta līdzeklī un izkāpt no tā. Izprot vadītāju un brīdinājuma signālu nozīmi gājējiem.

3.	Satiksmes regulēšana ar luksoforu un ceļazīmēm	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kas ir ceļu satiksmes noteikumi? 2. Es –ceļu satiksmes dalībnieks. 3. Es gribu ar Tevi parunāties, Luksoforiņ! 4. Esi drošs! 5. Vai tu zini, kas es esmu (ceļa zīmju atpazīšana)? 	<p>Prot šķērsot ielu regulējamā vai neregulējamā krustojumā, ceļu un dzelzceļu.</p> <p>Pazīst nozīmīgākās ceļa zīmes un apzīmējumus.</p> <p>Orientējas transportlīdzekļu braukšanas virzienos pa ielām un ceļiem, to paredzamajos manevros.</p>
4.	Satiksmes negadījumi un to cēloņi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Satiksmes negadījums –kas tas ir, kas to izraisa? 2. Iela –rotaļu laukums? 3. Disciplinēta satiksmes dalībnieka īpašības. 4. Kas ir gaismas atstarotāji? 5. Kāpēc nepieciešami gaismas atstarotāji? 	<p>Spēj novērtēt bīstamas situācijas un prot atbilstoši rīkoties tajās, prot lietot gaismas atstarotājus.</p>
5.	Velosipēds	<ol style="list-style-type: none"> 1. Es –velosipēdistis. 2. Ceļu satiksmes noteikumi velosipēdistam. 3. Praktiskas nodarbības noteikumu apgūšanā. 	<p>Zina un ievēro nosacījumus braukšanai ar velosipēdu, prot izvēlēties un izmanto drošāko atļauto ceļu.</p>
Drošība ekstremālās situācijās			
1.	Dabas katastrofas: vētra, plūdi, negaiss u.c.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dabas stihijas Latvijā. 2. Uzvedība dabas katastrofu gadījumā. 3. Kā sev palīdzēt dabas katastrofas laikā? 	<p>Zina, kā atbilstoši uzvesties negaisa, vētras un plūdu u.c. negadījumos.</p> <p>Apzinās radīto postījumu sekas.</p> <p>Prot izsaukt palīdzību un neapjukt, lai palīdzētu sev un citiem.</p>
2.	Ūdens	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ūdens –draugs vai ienaidnieks? 2. Ūdenstilpnes. 3. Atpūta pie ūdens –esmu laimīgs vasarā. 4. Instrukcijas pirms peldēšanas (baseinā). 5. Urrā –ledus!? 	<p>Apzinās un ievēro drošības noteikumus ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.</p>
3.	Karsti un auksti laika apstākļi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Laika apstākļu dažādība. 2. Mans apģērbs un ekipējums aukstos laika apstākļos. 3. Kā justies labi karstā vasaras laikā? 4. Saules dūriens un tā radītās briesmas. 	<p>Apzinās drošības noteikumus karstos un aukstos laika apstākļos.</p>
4.	Elektroierīces	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elektroierīces manās mājās. To atbilstība lietošanas noteikumiem. 2. Elektroierīces manā klasē. 3. Elektrodrošības noteikumi. 4. Esi pasargāts un drošs! 5. Tas varēja nenotikt... 	<p>Izprot dažādu elektroierīču funkcijas.</p> <p>Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.</p>
5.	Pirotehnika	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kas ir pirotehnika un kādiem nolūkiem to izmanto? 2. Svinēsim svētkus droši! 	<p>Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.</p>
6.	Ugunsdrošība	<ol style="list-style-type: none"> 1. Uguns. Degšana. 2. Uguns izmantošana sadzīvē. 3. Kādas ir ugunsdrošības zīmes? 4. Apdegumi un to radītās sekas. 5. Kā rīkoties, ja aizdegas apģērbs? 	<p>Apzinās, kādu postu var radīt neuzmanīga rīcība ar uguni. Zina, kur uguni izmanto sadzīvē, un ievēro ugunsdrošības zīmes. Prot novērtēt</p>

		6. Uguntiņ(i)s nikns vīrs...	uguns bīstamību un atbilstoši rīkoties. Nedezina kūlu un sadzīves atkritumus.
7.	Rīcība nelaimes gadījumā. Drošības dienesti	1. Lomu spēle „Kā tu rīkosies?” 2. Drošības dienestu funkcijas un izsaukšana. 3. Drošība mājās, skolā.	Apzinās, kādu palīdzību var sniegt dažādi drošības dienesti. Prot izsaukt drošības dienestus un raksturot notikušo. Zina, kādos gadījumos nepieciešama evakuācija un kā rīkoties.
8.	Skolas evakuācijas plāns	1. Mana skola –mana drošība. 2. Kāpēc nepieciešams evakuācijas plāns? 3. Skolas evakuācijas plāns (praktiska nodarbība).	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trauksmes gadījumā.
9.	Nevēlami svešinieki	1. Kā izvairīties no suņa kodiena? 2. Neaiztiek to, ko nepazīsti (nezini)! 3. Indīgās čūskas Latvijā. 4. „Draugi” internetā. 5. „Labvēļi” pagalmā un uz ielas. 6. „ Ciemiņi” mājās, ja mājās esi viens. 7. Mans sapņu rotaļu laukums.	Apgūst drošības pasākumus, kas jāievēro, ja mājās un uz ielas atrodas viens. Prot rīkoties un izvairīties no nepatīkamām situācijām, ja parādās nevēlami svešinieki, t.sk. dzīvnieki. Prot meklēt palīdzību, ja nokļūst nepatīkamā situācijā.

Klašu grupa: 4.-. 6. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība			
1.	Satiksmes noteikumi gājējiem un pasažieriem	1. Ceļu satiksmes noteikumi gājējiem. 2. Ceļu satiksmes noteikumi pasažieriem. 3. Gājēju un pasažieru pienākumi. 4. Drošības noteikumi uz ielas un sabiedriskās vietās. 5. Es protu izmantot sabiedrisko transportu.(praktiska nodarbība). 6. Kā uzvedība uz ielas var iespaidot veselību?	Prot ievērot pasažieru drošības noteikumus un pienākumus dažādos sabiedriskajos transportlīdzekļos. Ievēro uzvedības noteikumus stacijā un autoostā, sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās.
2.	Transporta līdzekļi	1. Transportlīdzekļu daudzveidība. 2. Ērtākie un drošākie transporta līdzekļi. 3. Operatīvie transportlīdzekļi. 4. Risks ne vienmēr attaisnojās.	Prot raksturot transportlīdzekļus. Izprot transportlīdzekļa jaudu, kustības mobilitāti, bremzēšanas attālumu. Nepakļauj sevi un citus briesmām, bojājot transporta līdzekļus un apdraudot to kustību.
3.	Velosipēdists kā satiksmes dalībnieks un velosipēda uzturēšana braukšanas kārtībā	1. Mans velosipēds-mans draugs. 2. Vai esmu labs velosipēdists? 3. Velosipēda uzbūve un tehniskā drošība. 4. Velosipēda vadītāja dokumenti un to iegūšanas kārtība. 5. Esi zinošs velosipēdists!	Zina, izprot un ievēro praksē velosipēda vadītāja noteikumus, droši iesaistoties satiksmē ar velosipēdu. Prot noteikt velosipēda tehniskās daļas un raksturot to nozīmi. Nodrošina savu un velosipēda pamanāmību uz ielas vai ceļa.
4.	Rīcība ceļa satiksmes negadījumos	1. Kurš ir atbildīgs par drošību uz ielas? 2. Ja ir noticis ceļu satiksmes negadījums... 3. Vai es protu sniegt pirmo palīdzību? 4. Pašpalīdzība un rīcība nestandarta gadījumos.	Prot atbilstoši rīkoties un meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.
Drošība ekstremālās situācijās			
1.	Drošība ekstremālās situācijās un evakuācija	1. Kas ir ekstremāla situācija? 2. Kas ir nelaimes gadījums? 3. Nelaimes gadījumi mājās, uz ielas, skolā. 4. Rīcība ekstremālās situācijās.	Prot adekvāti rīkoties un rast nepieciešamo palīdzību dabas katastrofu gadījumos, izsaucot atbildīgo institūciju pārstāvjus. Prot atbilstoši rīkoties trauksmes laikā. Rīkojas saskaņā ar evakuācijas plānu.
2.	Ūdens	1. Ūdens –cilvēka draugs un ienaidnieks. 2. Pārgalvīgu rīcību sekas.	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuļu tuvumā.
3.	Ugunsdrošība	1. Rotaļas ar uguni –joks vai draudi? 2. Ugunsgrēks, ugunsdzēsēju izsaukšana.	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.
4.	Pirotehnika	1. Esi drošs svētkos un ikdienā! 2. Vai vienmēr jālasa lietošanas noteikumi? Ko tie mums vēsta?	Prot novērtēt pirotehnikas bīstamību un apzinās nepareizas rīcības sekas.

Klašu grupa: 7.-9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība			
1.	Satiksmes dalībnieka atbildība	1. Atbildīga satiksmes dalībnieka portrets. 2. Es kā satiksmes dalībnieks. 3. Kā novērtēt riska situāciju un savas palīdzības sniegšanas iespējas? 4. Esi atbildīgs uz ceļa!	Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā.
2.	Motorizētie transportlīdzekļi	1. Motorizētie transportlīdzekļi, to vadīšanas nosacījumi. 2. Ceļu satiksmes drošības spēle. 3. Esi mobils! (iesaistīšanās CSDD aktivitātēs). 4. Motocikla/rollera vadītāja pienākumi un atbildība. 5. Motocikla/rollera vadītāja satiksmes noteikumi.	Zina, kurus transportlīdzekļus un ar kādiem nosacījumiem var vadīt pusaudžu vecumā. Iesaistoties ceļu satiksmē, ievēro satiksmes noteikumus. Pieņem atbildīgus lēmumus arī sarežģītās satiksmes situācijās uz ceļa.
Drošība ekstremālās situācijās			
3.	Ugunsdrošība	1. Atbildīga apiešanās ar uguni. 2. Ugunsdrošība mājās un skolā. 3. Ugunsnelaimes. Kā rīkoties ugunsgrēka gadījumā?	Ievēro ugunsdrošības noteikumus un spēj ietekmēt citus saprātīgai rīcībai saskarē ar uguni.
4.	Civilā aizsardzība. Evakuācija	1. Evakuācijas plāna nepieciešamība. 2. Rīcība evakuācijas gadījumā. 3. Atbildība par rīcībām, kas rada evakuācijas situāciju.	Prot pareizi rīkoties evakuāciju (skolā un citās sabiedriskās vietās) gadījumos. Nerada situācijas, kurās nepieciešama evakuācija (viltus trauksmes, zvani utt.), un apzinās atbildību.
5.	Drošība masu pasākumos un sabiedriskās vietās	1. Masu pasākumu pozitīvais un negatīvais aspekts. 2. Es –masu pasākumu dalībnieks. 3. Vai viegli pateikt „Nē!”? 4. Incidents sabiedriskā vietā –kā rīkoties?	Prot novērtēt situāciju masu pasākumos un sabiedriskās vietās un atbilstoši tai rīkoties.
6.	Pašaizsardzība	1. Personiskais īpašums, tā neaizskaramība. 2. Manas tiesības uz aizsardzību, paš aizsardzību. 3. Aizsardzība pret ļaunprātīgu darbību.	Prot sargāt savu personisko mantu. Prot atbilstoši rīkoties, ja konstatēta personisko mantu zādzība.
7.	Pirotehnika	1. Pirotehnikas skaistums un ēnas puses. 2. Sertificēta, atbilstoši instrukcijai lietota pirotehnika –drošības garants.	Zina, ka ir sertificēta pirotehnika, kuru jālieto atbilstoši instrukcijām, nepakļaujot sevi un citus briesmām.
8.	Pirmā palīdzība nelaimes gadījumos	1. Rīcība vardarbības gadījumos. 2. Neatliekamā palīdzība nelaimes gadījumā. 3. Dažās sekundēs var izšķirties viss.	Prot pareizi rīkoties dažādos nelaimes gadījumos, pasargājot sevi un citus no tiem. Nelaimes gadījumā prot izsaukt atbildīgos dienestus.

		4. Saruna ar speciālistu (skolas/pagasta medmāsu) par iespējamo rīcību sadzīves negadījumos (čūsku, bites u.tml. kodieni, apdegumi un	
--	--	---	--

6. Veselība un vide

Mērķis: Rosināt skolēnus ievērot veselīgu dzīvesveidu un izprast apkārtējo vidi kā nosacījumu dzīves kvalitātes nodrošināšanai.

Uzdevumi:

- iegūt augstu pašapziņu un pozitīvu pašnovērtējumu (justies labi “savā ādā”, prast rūpēties par sevi un savu ķermeni);
- apgūt iemaņas un prasmes, kas palīdzētu pieņemt atbildīgus lēmumus savai fiziskai, psihiskai un sociālai attīstībai;
- atbilstoši rīkoties ar atkarību izraisošo vielu (tabaka, alkohols, narkotiskās, psihotropās, kā arī jaunās psihoaktīvās vielas u.c.) lietošanu saistītās situācijās vai nonākot saskarē ar atkarību izraisošiem procesiem (azartspēles, jaunās tehnoloģijas u.c.);
- veidot pozitīvu attieksmi pret apkārtējo vidi.

Klašu grupa: 1.-3.klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Uztura ietekme uz skolēna darbaspējām un sekmēm mācībās	1. Es augu lielāks... 2. Kas ir veselīgs uzturs?	Apzinās un spēj novērtēt uztura nozīmi sava organisma attīstībā un augšanā. Ir prasme ievērot un pielietot gūtās atziņas ikdienā.
2.	Sakarība starp uzturu un veselību. Uzturs kā riska faktors dažādu slimību attīstībā (zobu kariess, avitaminoze, aptaukošanās, sirds un asinsvadu slimības u.c.)	1. Ekskursija uz skolas kafejnīcu (praktiska nodarbība). 2. Pārtikas produktu iesaiņojumi (praktiska nodarbība). 3. Mana ēdienkarte (diskusija, grupu darbs). 4. Zobu higiēna (tikšanās ar zobārstu, ekskursija uz zobārsta kabinetu). 5. Tikšanās ar skolas medmāsu: dažādu slimību attīstība.	Zina, kādas slimības var izraisīt nepiemērots uzturs un kāds uzturs jālieto slimību profilaksē. Ir prasme analizēt un novērtēt savu ikdienas uzturu mājās un skolā un veikt atbilstošu izvēli. Zina, kādu galveno informāciju atspoguļo uz pārtikas produktu iesaiņojumiem. Ir prasmes izdarīt nepieciešamās izmaiņas uztura izvēlē atbilstoši dažādiem apstākļiem un savai individualitātei.
3.	Veselīgu ēšanas paradumu veidošana	1. Mani ēšanas paradumi (diskusija). 2. Tīro roku nedēļa. 3. Ko es šodien izvēlēšos savā ēdienkartē? (praktiska nodarbība) 4. Vai es varēšu pateikt nē? 5. Mana izvēle.	Izprot veselīgu ēšanas paradumu būtību, nozīmi un nepieciešamību. Spēj novērtēt savus ēšanas ieradumus. Apzinās, ka ēšanas ieradumi ir izvēles rezultāts, kas atkarīgs no katra paša lēmuma. Ir prasmes atbilstoši savam vecumam pieņemt saprātīgus lēmumus savas veselības nostiprināšanā.

4.	Fiziskās aktivitātes kā veselības pamats	1. Ko nozīmē būt fiziski aktīvam? (diskusija) 2. Manas fiziskās aktivitātes skolā un ārpuskolas (grupu darbs, skolēnu aptauja, skolēnu izpēte). 3. Viss sākas bērnībā. Tikšanās ar sportistiem.	Apzinās fizisko aktivitāšu nozīmi veselības saglabāšanā. Veidojas motivēta nepieciešamība piedalīties dažādās fiziskajās nodarbībās skolā un ārpus skolas.
5.	Veselīga vide	1. Kāda ir veselīga vide? (diskusija) 2. Vide, kurā es atrodos (praktiska nodarbība). 3. Ekskursija . Pētīsim vidi! (praktiska nodarbība) 4. Zaļā nedēļa mājās, skolā 5. Ekskursija uz atkritumu pārstrādes iestādi	Apzinās vides faktoru ietekmi uz cilvēka veselību. Ir iemaņas izvairīties no ilgstošas uzturēšanās veselībai nevēlamā vidē (piesmēķētas telpas, automašīnu tuvumā u.c.). Veidojas pozitīva attieksme pret apkārtējo vidi. Apzinās, ka ikviens var būt līdzdalīgs veselīgas vides veidošanā skolā, mājās, pilsētā, ciemā utt.

Klašu grupa: 4.-6.klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Personīgā higiēna. Rūpes par ārējo izskatu	1. Personīgā higiēna (tikšanās ar medmāsu). 2. Kāpēc ir jāievēro personīgā higiēna? (diskusija, grupu darbs) 3. Mans ārējais izskats. Vai es sev patīku? (diskusija) 4. Manas rūpes par savu ārējo izskatu (grupu darbs). 5. Tikšanās ar frizieri, kosmetologi.	Apzinās personīgās higiēnas nozīmi gan savas veselības uzturēšanā, gan savstarpējā saskarsmē, izprot tās ievērošanas nepieciešamību. Izprot jēdzienu „personīgā higiēna”, zina, kādas darbības tās ietvaros nepieciešams veikt. Prot izvēlēties piemērotus apavus, apģērbu un kosmētikas līdzekļus. Veido paradumu rūpēties par savu ārējo izskatu.
2.	Sakopta apkārtējā vide un pašapkalpošanās prasmes	1. Kārtība uz mana skolas sola un manā skolas somā. 2. Šķirosim atkritumus klasē, skolā! (akcija) 3. Mana veselība un apkārtējā vide. 4. Kārtība skolas garderobē (praktiska nodarbība).	Saprot veselīgas, drošas un sakoptas dzīves un darba vides nozīmīgumu, nosacījumus un pasākumus, kurus veicot var samazināt vai izvairīties no veselības apdraudējumiem. Veido motivētu nepieciešamību, paradumu uzturēt ap sevi sakoptu vidi un rūpēties par tās sakārtošanu.
3.	Ārējās vides ietekme uz cilvēka veselību	1. Faktori, kas ietekmē manu un citu veselību (grupu darbs). 2. Man ir jāmāk pašam sevi pasargāt! (grupu darbs, prezentācijas)	Var nosaukt un atpazīst ārējos faktorus, kuri var ietekmēt cilvēka veselību (troksnis, putekļi, sadzīves ķīmija, grauzēji, insekti u.c.). Apzinās rīcību, kāda

			nepieciešama ārējo faktoru mazināšanai vai novēršanai.
4.	Dienas režīms. Veselību ietekmējošu paradumu veidošanās	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mans dienas režīms. Kā es to ievēroju? (diskusija, skolēni veic savu vecāku aptauju) 2. Dienas režīma veidošana (praktiska nodarbība). 3. Mana rīcība dažādās situācijās: pie ūdens, uz ledus, elektrodrošība, ugunsdrošība, CSN (skolēnu instruktāža). 4. Evakuācija (praktiska nodarbība). 5. Pirmā palīdzība (tikšanās ar skolas medmāsu, instruktāža). 6. Atpazīsim svešinieku! Mana rīcība. 7. Būsim pieklājīgi izmantojot datoru un telefonu! Mana atbildība (tikšanās ar policijas pārstāvi). 8. Mana drošība (grupu darbs-veido plakātus). 9. Mans brīvais laiks. 10. Mans hobijs (var veidot klasē izstādi). 	<p>Prot atpazīt, nosaukt un raksturot ikdienas situācijas, kas ietekmē cilvēka veselību (ilgstoša atrašanās pie datora, nepietiekams laiks miegam, ēšanas režīms u.c.).</p> <p>Prot atpazīt neveselīgu uzvedību un rīcību.</p> <p>Ievēro un apzinās neveselīgu vidi sev apkārt.</p> <p>Spēj saprātīgi un lietderīgi plānot laiku dienas darbiem un</p>

Klašu grupa: 7.-9. klase

Nr.	Stundu temati	Stundas tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Pusaudžu un jauniešu dzimuma nobriešana, un personības attīstība (dažādas pārvērtības manā ķermenī, jaunas sajūtas un izjūtas). Raksturīgās pusaudžu īpašības pubertātes periodā	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pārmaiņu laiks: kas ir pubertāte? 2. Izmaiņas pusaudžu organismā (meitenes un zēni). 3. Esi patīkams sev un citiem. 4. Es un vienaudži. 	<p>Izprot fiziskās (primāro un sekundāro dzimuma pazīmju veidošanās), psihiskās, emocionālās izmaiņas savā organismā un ir gatavs tās pieņemt.</p> <p>Veidojas nepieciešamība un ir prasmes ievērot higiēnas normas. Apzinās raksturīgās pusaudžu īpašības pubertātes vecumā un spēj adekvāti rīkoties.</p> <p>Spēj izprast emociju izpausmes savos vienaudžos. Spēj sevi novērtēt un pozitīvi ietekmēt savu veselību.</p>
2.	Ar dzimuma piederību saistītās rakstura, uzvedības iezīmes. Seksualitāte kā neatņemama personības sastāvdaļa. Cieņa pret savu un pretējo dzimumu. Atbildība savstarpējās attiecībās, t.sk. dzimumattiecībās	<ol style="list-style-type: none"> 1. Seksualitāte. 2. Seksuālā izturēšanās. 3. Savstarpējās attiecības. 4. Sargā sevi pats! 	<p>Ir pozitīva attieksme un cieņa pret savu dzimumu un pretējo dzimumu.</p> <p>Apzinās savu dzimumu un ar to saistītās rakstura un uzvedības iezīmes un prot respektēt pretējā dzimuma atšķirības.</p> <p>Veidojas pozitīva attieksme pret jēdzieniem <i>sievišķība</i> un <i>vīrišķība</i>.</p> <p>Spēj atbilstoši izvērtēt sava rakstura iezīmes dzimuma piederības kontekstā.</p> <p>Apzinās savu seksualitāti kā neatņemamu personības attīstības sastāvdaļu, izprot jēdzienu par atbildību savstarpējas attiecībās un dzimumattiecībās.</p>

			Ir informēts par jauniešiem piemērotām un pieejamām kontracepcijas metodēm.
3.	Dažādu jūtu izpausmes veidi (verbālie un neverbālie), to izvērtēšana	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pazīt un pārvaldīt savas jūtas. 2. Vai visi uztveram vienādi? 3. Kā paust savas jūtas. 4. Cienīsim sevi un cits citu. 	<p>Apzinās, ka jūtas un emocijas ir katra cilvēka dabiskas izpausmes, kam ir svarīga nozīme attiecību veidošanā.</p> <p>Ir izpratne par dažādām jūtu paušanas iespējām.</p> <p>Spēj savaldīt savas jūtas, prot tās paust, neaizvainojot citus. Izprot, spēj pieņemt un cienīt citu paustās jūtas.</p>
4.	Narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu, alkohola, smēķēšanas ietekme uz veselību	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atkarību izraisošas vielas. 2. Psihoaktīvo vielu iedarbība. 3. Reklāma manā dzīvē. 4. Atkarība un atbildība. 	<p>Apzinās atkarību izraisošo vielu lietošanas cēloņus, motīvus un sekas, kā arī ir prasmes uzlabot savu emocionālo stāvokli, neizmantojot sev un citiem kaitīgus paņēmienus. Ir izpratne par medikamentu lietošanas noteikumiem.</p> <p>Ir izpratne par jauno psihoaktīvo vielu (zāļu maisījumi, vīraki u.c.) lietošanas negatīvo ietekmi uz veselību.</p>

Metodiskie materiāli atrodami Valsts izglītības satura centra mājas lapā www.visc.gov.lv

Pielikumi

Augstkalnes pamatskola

1. KLASES VECĀKU SAPULCES PROTOKOLS

Augstkalne, Dobeles novads

202.... gada ...

Sapulci vadīja klases audzinātāja _____

Sapulci protokolēja _____

Dienas kārtībā:

1.

2....

Sapulces lēmums:

Protokolēja:

Vadīja:

N.p.k.	Vecāka vārds/uzvārds	Skolēna vārds /uzvārds
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		
6.		
7.		
8.		
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		

Augstkalnes pamatskola

Ekskursijas/ pārgājiena pieteikums

Ekskursijas/ pārgājiena norises datums:.....

Maršruts:.....

Mērķis:.....

Ilgums:.....

Dalībnieki:

N.p.k.	Vārds, uzvārds	Personas kods (ja nepieciešams)	Klase	Vecāku kontakttālrunis (nepilngadīgajiem)
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				

29.				
30.				
31.				
32.				
33.				
34.				
35.				
36.				
37.				
38.				
39.				
40.				

Pārvietošanās veids:.....

Nakšņošanas vieta:

Saziņas iespējas:.....

Pirmās palīdzības sniegšanas iespējas:

(Atbildīgais pedagogs nepieciešamības gadījumā izsauc NMP pa tālruni 112).

Informācija par transporta līdzekli:

Atbildīgais pedagogs:/...../

Skolotāji: 1. /...../

2. /...../

Ziņojums vecākiem par ekskursiju/pārgājienu

Informēju, ka 20__ . gada _____ Jūsu bērnam ir iespēja kopā ar klasi doties pārgājienā :

- Mērķis:
- Maršruts:
- Ilgums:
- Pārvietošanās veids:
- Nakšņošanas vieta:
- Saziņas iespējas: kontakttālrunis
- Pirmās palīdzības sniegšanas iespējas: _____,

Lūdzu aizpildīt un nogādāt skolā līdz _____ informāciju par to, vai piekrītat vai nepiekrītat šim pasākumam, kā arī sniegt papildus ziņas par bērna veselības stāvokli vai īpatnībām, kā dēļ jūsu bērnam nepieciešama īpaša uzmanība.

Datums:

Klases audzinātāja:

Paraksts:

NOGRIEŽT ŠEIT ↓

ŠO NOGĀDĀT SKOLĀ

Ziņojums klases audzinātājam pirms pārgājiena/ekskursijas

Jūsu ziņojumu saņēmu, esmu informēts/a par pārgājiena/ekskursijas mērķi, maršrutu, ilgumu, pārvietošanās veidu, nakšņošanas vietu (ja tas nepieciešams), saziņas iespējām un pirmās palīdzības sniegšanas iespējām.

Apvelciet atbilstošo atbildi un ierakstiet informāciju, kur tas nepieciešams!

PIEKRĪTU / NEPIEKRĪTU, ka mans bērns piedalās klases pārgājienā/ekskursijā .

Tā kā piekrītu tam, ka mans bērns piedalās klases pārgājienā/ekskursijā, tad informēju par sava bērna _____ veselības traucējumiem

(vārds, uzvārds)

vai īpatnībām, ja viņam nepieciešama īpaša uzmanība:

- manam bērnam NAV veselības traucējumi vai īpatnības, kam nepieciešama īpaša uzmanība,
- manam bērnam IR veselības traucējumi vai īpatnības, kam nepieciešama īpaša uzmanība -

_____ (veselības traucējumi vai īpatnības, kuru dēļ nepieciešama īpaša uzmanība)

Vecāku kontakttālrunis pārgājiena/ekskursijas laikā: _____

Datums: _____

Vecāku vārds, uzvārds: _____

Paraksts:

Es _____ piekrītu/ nepiekrītu, ka manu meitu/ dēlu
_____ fotografē un filmē skolas pasākumos un:

- pasākumu fotogrāfijas tiek ievietotas skolas mājas lapā, skolas avīzē, skolas gadagrāmatā, Dobeles novada izglītības pārvaldes mājas lapā un Dobeles novada informatīvajā izdevumā „Dobeles Novada Ziņas”, reģionālajā laikrakstā „Zemgale”, kā arī tiek izmantotas skolas informatīvajā ekrānā, reklamējot skolas pasākumus un aktualitātes;
- klašu fotogrāfijas tiek izvietotas skolā un ievietotas skolas mājas lapā;
- mācību priekšmetu olimpiāžu uzvarētāju, skolēnu ar augstiem mācību sasniegumiem un skolēnu, kas aktīvi darbojas interešu izglītībā vārdi, uzvārdi un fotogrāfijas, tiek izvietotas skolā, ievietotas skolas mājas lapā, skolas gadagrāmatā, , Dobeles novada izglītības pārvaldes mājas lapā un Dobeles novada informatīvajā izdevumā „Dobeles Novada Ziņas”, reģionālajā laikrakstā „Zemgale”, kā arī tiek izmantotas skolas informatīvajā ekrānā;
- absolventu fotogrāfijas tiek izvietotas skolā un ievietotas skolas mājas lapā, skolas gadagrāmatā un skolas vēstures grāmatā, , Dobeles novada izglītības pārvaldes mājas lapā un Dobeles novada informatīvajā izdevumā „Dobeles Novada Ziņas”, reģionālajā laikrakstā „Zemgale”,

Ar mērķi:

- informācijas sagatavošanai par skolas un skolēnu sasniegumiem;
- Augstkalnes pamatskolas vārda popularizēšanai;
- Augstkalnes pamatskolas vēstures materiālu izstrādei un apkopošanai, skolas vēstures izpētes krājuma veidošanai;
- sabiedrības informēšanai par sasniegumiem un norisēm Dobeles novada izglītības iestādē.

Datums

Paraksts

Par fotogrāfiju ievietošanu sociālo tīklu privātajos profilos, skola atbildību neuzņemas.