

**Majoru vidusskolas**  
**audzināšanas darba**  
**programma**

**2018./2019. –**  
**2020./2021.**

## Satura rādītājs

1. Ievads.....	3
2. Audzināšanas darbību reglamentējošie dokumenti valstī un skolā .....	4
3. Audzināšanas darba sistēma .....	6
4. Audzināšanas darba virzieni un prioritātes .....	7
5. Audzināšanas darba mērķis un uzdevumi.....	8
6. Audzināšanas darba formas un metodes .....	9
7. Audzināšanas darba aktualitātes un klases stundu ieteicamās tēmas .....	13
8. Audzināšanas stundu sadalījums .....	36
9. Klases audzinātāja dokumentācija .....	37
10. Skolēnu izpēte .....	38
11. Pielikumi .....	39

## Ievads

Audzināšana ir mērķtiecīgi organizēta izglītības procesa neatņemama sastāvdaļa, izglītojamā vispusīgas, tajā skaitā tikumiskās, attīstības veicināšana un attieksmju veidošana. Audzināšana ir virzīta uz sociālās un kultūras pieredzes ieguvu, izglītojamo emocionālā intelekta attīstību un pašregulāciju, vērtību sistēmas veidošanos un tikumu izkopšanu (vērtībizglītošanu) attiecību veidošanai, sadarbībai, pilsoniski atbildīgai un veiksmīgai dzīvei sabiedrībā. Audzināšana ir cieši saistīta ar pašaudzināšanu (pašizziņu un pašpilnveidi). Izglītības procesā tiek veicināta izglītojamā izpratne, atbildīga attieksme un rīcība, kas apliecina šādas vērtības – dzīvību, cilvēka cieņu, brīvību, ģimeni, laulību, darbu, dabu, kultūru, latviešu valodu un Latvijas valsti.

Audzināšanas darba programma ir skolas reglamentējošs dokuments, kas nosaka audzināšanas darba mērķus un uzdevumus. Programmai ir ieteikuma raksturs, to var izmantot ikviens klases audzinātājs savā darbā ar audzināmo klasi. Audzināšanas darbības īstenošanas pamats ir skolas pedagoģiskā kolektīva radoša, vienota, atbildīga darbība, skolēnu vecāku atbalsts, pedagoģiskā kolektīva sadarbība ar dažādām valsts, pašvaldības institūcijām, sabiedriskajām organizācijām. Programma ir veidota, ievērojot VISC noteiktos prioritāros virzienus audzināšanas darbam, skolas prioritātes, mērķus un uzdevumus, VISC 2016. gadā izstrādāto metodisko līdzekli "Klases stundu programmas paraugs", MK 15.07.2016. noteikums Nr. 480 "Izglītojamo audzināšanas vadlīnijas un informācijas, mācību līdzekļu, materiālu un mācību un audzināšanas metožu izvērtēšanas kārtība". Audzināšanas programmā ir ievēroti Izglītības likumā, Valsts pamatizglītības standartā, Bērnu tiesību aizsardzības likumā, ANO Konvencijā par bērna tiesībām noteiktie principi.

## **Audzināšanas darbību reglamentējošie dokumenti valstī**

- Izglītības likums (29.10.1998.)
- Bērnu tiesību aizsardzības likums (19.06.1998.)
- Konvencija par bērnu tiesībām (20.11.1989.)
- MK 15.07.2016. noteikumi Nr. 480 "Izglītojamo audzināšanas vadlīnijas un informācijas, mācību līdzekļu, materiālu un mācību un audzināšanas metožu izvērtēšanas kārtība"
- MK 21.05.2013. noteikumi Nr. 281 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, mācību priekšmetu standartiem un izglītības programmu paraugiem"
- MK 12.08.2014. noteikumi Nr.468 "Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu, pamatizglītības mācību priekšmetu standartiem un pamatizglītības programmu paraugiem"
- "Klases stundu programmas paraugs" ( Metodiskais līdzeklis; VISC, 2016.)
- MK 24.11.2009. noteikumi Nr. 1338 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos"
- MK 21.05.2013. noteikumi Nr. 259 "Grozījumi Ministru kabineta 2009. gada 24. novembra noteikumos Nr. 1338 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos"
- MK 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"
- MK 18.10.2005. noteikumi Nr. 779 "Noteikumi par vispārējās izglītības iestāžu pedagoģiskā procesa organizēšanai nepieciešamo obligāto dokumentāciju"

## **Audzināšanas darbu reglamentējošie dokumenti skolā**

- Skolas nolikums
- Attīstības plāns
- Skolas iekšējās kārtības noteikumi
- Skolas audzināšanas darba programma
- Klašu audzinātāju MK dokumentācija
- Interesešu izglītības programma

## Audzināšanas darba sistēma

### Sadarbība ar valstiskām un nevalstiskām organizācijām:

Sociālie darbinieki, policija, bāriņtiesa, ugunsdzēsēji, IP, mēdiji

### Audzināšanas programmu izstrāde:

Valsts un skolas prioritātes, skolas un klases programmas

### Klašu audzinātāju MK:

Sanāksmes, metodiskie materiāli, tālākizglītība, pieredzes apmaiņa

Interesu izglītība:  
pulciņi, pasākumi, sacensības, konkursi, izstādes skolā, pilsētā, valstī

### Klases stundas:

Plānošana, vadīšana, izvērtēšana

### Mācību process:

Audzināšana mācību stundās, projektu darbi, olimpiādes, ZPD izstrāde

### Pasākumi:

Valsts svētki, gadskārtu svētki, sporta pasākumi, skolas tradicionālie pasākumi

### Karjeras izglītība:

KIC nodarbības, testi, projekti, vecāku darba vietas, tikšanās ar dažādu profesiju pārstāvjiem, interneta materiāli

### Skolēnu izpēte:

Intelektuālā attīstība, mācību darbs, disciplīna un uzvedības kultūra.

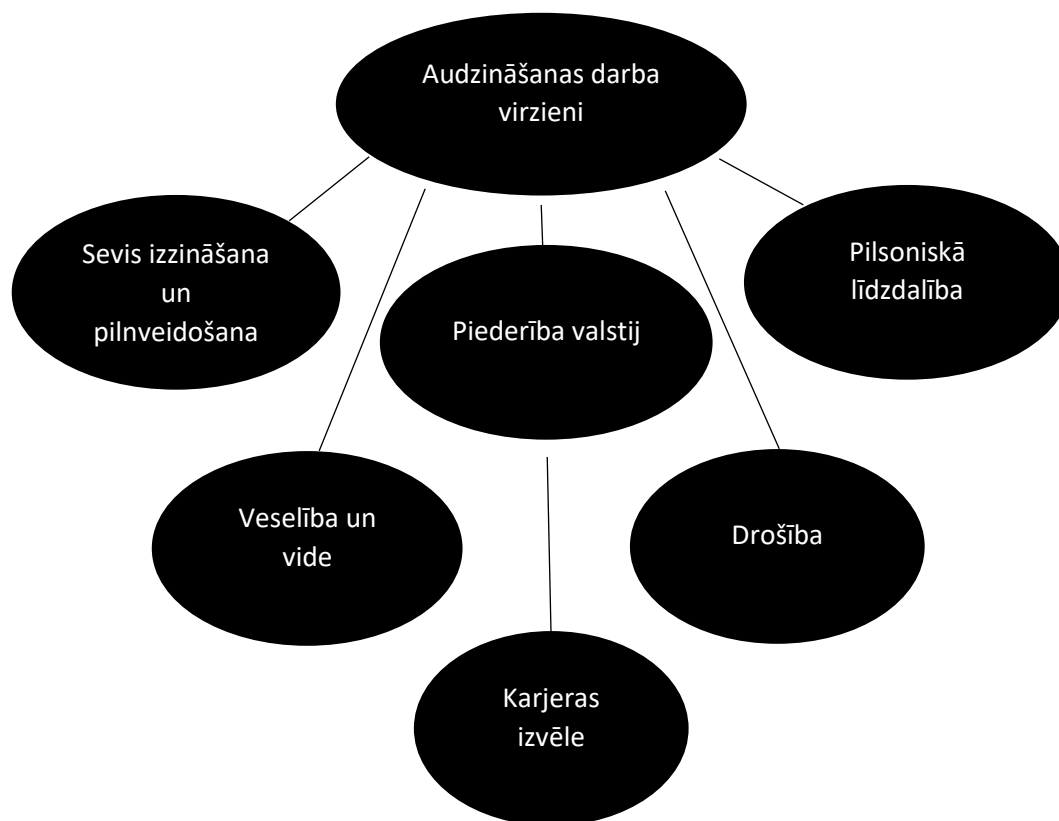
### Sadarbība ar vecākiem:

Vecāku sapulces, vecāku dienas, e-klase, sadarbība ar atbalsta personālu un administrāciju, individuālās sarunas

### Mikroklimats skolā:

Iekšējās kārtības noteikumi, sadarbība ar vecākiem, skolēnu pašpārvalde

## Audzināšanas darba virzieni un prioritātes:



- 2018./2019. m. g. Latvijas simtgades sagaidīšana. Pilsoniskās līdzdalības un iniciatīvas, lojalitātes un patriotisma veicināšana. . Skolas padomes un skolēnu pašpārvaldes lomas palielināšana skolas demokrātiskā attīstībā.
- 2019./2020. m. g. Nacionālās un valstiskās identitātes nostiprināšanās skolas 140 gadu jubilejas sagaidīšana. Izglītojamo pašiniciatīvas, atbildības un lepnuma par skolu un pilsētu veicināšana. Izglītojamo iesaistīšana interešu izglītībā, veicinot mērķtiecīgu karjeras izvēli.
- 2020./2021. m. g. Skolas padomes un skolēnu pašpārvaldes lomas palielināšana skolas demokrātiskā attīstībā.
- 2021./2022. m. g. Izglītojamo izpratnes veicināšana par drošību un veselību kā vērtībām.

## Audzināšanas darba mērķis un uzdevumi

### Mērķis

- Nodrošināt iespēju katram izglītojamam kļūt par krietnu cilvēku, rīcībspējīgu un atbildīgu personību sabiedrībā, attīstot skolēniem dzīves prasmes un bagātinot kultūrvēsturisko pieredzi, stiprinot piederību ģimenei, klasei, skolai, sabiedrībai, valstij.

### Uzdevumi

- Veicināt katra izglītojamā harmoniskas personības veidošanos un attīstību.
- Radīt izglītojamam iespēju izprast pašam sevi, apzināties savus pienākumus un tiesības, savas attieksmes un rīcību, mācīt domāt un rīkoties patstāvīgi, uzņemoties atbildību par savu rīcību.
- Attīstīt prasmes rīkoties dažādās situācijās, sekmēt izglītojamo atbildību lēmumu pieņemšanā.
- Veicināt cieņu pret sevi un citiem, veselību veicinošu un drošu paradumu izkopšanu.
- Veidot priekšstatu par pilsoniskās līdzdalības iespējām un patriotismu, nacionālās identitātes veidošanos.
- Veicināt līdzdalību Latvijas simtgadei veltīto pasākumu plānošanā un realizācijā.
- Veicināt mērķtiecīgu karjeras izvēli un mērķtiecību uz darbu kā personības pašrealizācijas un eksistences līdzekļu iegūšanas veidu un labklājības avotu.
- Veicināt iesaistīšanos skolēnu pašpārvaldē, sekmējot lēmumu pieņemšanu, pasākumu organizēšanu un vadīšanas kompetenču pilnveidi.
- Nodrošināt karjeras atbalstu izglītojamiem.
- Veicināt klašu audzinātāju, mācību priekšmetu un interešu izglītības pedagogu radošo un metodisko darbību.
- Sekmēt pedagoģiskas, psiholoģiskas, tiesiskas, sociālās palīdzības sniegšanu skolēniem.
- Turpināt meklēt inovatīvas idejas, metodes veiksmīgai sadarbībai ar vecākiem.



## Audzināšanas darba formas un metodes

**Izpratnes veidošanai** – sistemātisks izklāsts, pārrunas, literatūras izmantošana un lasīšana, diskusijas, disputi.

**Attieksmes veidošanai** – situāciju analīze, pašanalīze, mācību ekskursijas, pārgājieni.

**Prasmju veidošanai** – demonstrējumi, novērojumi brīvā dabā, lomu spēles, grupu darbs, pētījumi, projektu metode, akcijas, tikšanās, konkursi, draudzības pasākumi.

**Darba formas** – audzināšanas stundas, svētku pasākumi, skolas sarīkojumi, tematiskās pēcpusdienas un vakari, sporta pasākumi, organizatoriskie-radošie projekti, zinātniski pētnieciskie darbi, praktiskais darbs, talkas, anketēšanas, aptaujas, portfolio u.c.

### 1. Mācību priekšmetu stundas

#### 2. Klases stundas:

- ✓ Darbs ar masu medijiem
- ✓ Diskusijas
- ✓ Lomu spēles
- ✓ Klases pārrunas
- ✓ Klases sanāksmes
- ✓ Projekta metode
- ✓ Mape
- ✓ Simulācijas spēles
- ✓ Situāciju analīze
- ✓ Pārrunas grupās
- ✓ Vizualizācija

#### 3. Skolas tradīcijas un svētki:

- ✓ Zinību diena
- ✓ Dzejas lasījumi
- ✓ Skolotāju diena
- ✓ Lāčplēša diena
- ✓ Latvijas Republikas Proklamēšanas diena
- ✓ 10.klases iesvētības
- ✓ Sporta dienas, Olimpiskā diena
- ✓ Dažādas izstādes
- ✓ Mārtiņdienas gadatirgus
- ✓ Projektu dienas
- ✓ Mācību priekšmetu pēcpusdienas

- ✓ Publiskās runas konkursi
- ✓ ZPD izstrāde un prezentācijas
- ✓ Piparkūku tirgus
- ✓ Ziemassvētki
- ✓ Valentīndiena
- ✓ Žetonu vakars
- ✓ Atdarināšanas konkurss "Popiela"
- ✓ Lieldienas
- ✓ Eiropas diena
- ✓ Mātes dienas koncerts
- ✓ Pieņemšana pie direktores (par izciliem sasniegumiem mācībās, konkursos)
- ✓ Pēdējais zvans
- ✓ Izlaidumi
- ✓ Absolventu salidojumi
- ✓ Pavasara ekskursijas/pārgājieni
- ✓ Kopīga fotografēšanās

#### **4. Ārpusstundu/ārpusskolas aktivitātes:**

- ✓ Muzeji
- ✓ Ekskursijas
- ✓ Pārgājieni
- ✓ Labdarības akcijas
- ✓ Nodarbības karjeras izglītības centrā
- ✓ Valsts iniciatīvu centra projekti
- ✓ Klases vakari

#### **5. Izglītojošas lekcijas izglītojamiem un skolotājiem par drošību, veselību, karjeras izvēli, atbildību, u.tml.**

#### **6. Konkursi, olimpiādes, sacensības:**

- ✓ Projektu darbs (projekti mācību stundās, projektu dienas, nacionālie un starptautiskie projekti)
- ✓ Mācību priekšmetu olimpiādes skolā, pilsētā, novadā, valstī
- ✓ Zinātniski pētniecisko darbu izstrāde
- ✓ Sporta spēles, turnīri, sacensības
- ✓ Konkursi klasēm pilsētā, valstī (piem. "Mammadaba", ZZ čempionāts, "Gribu būt mobils", u. c.)

## **7. Skolēnu pašpārvalde:**

- ✓ Paskumu organizēšana un vadīšana
- ✓ Sadarbība ar citu skolu pašpārvaldēm
- ✓ Dalība pilsētas jauniešu domē

## **8. Sadarbība ar priekšmetu skolotājiem:**

- ✓ Individuālās sarunas
- ✓ Informatīvās sanāksmes un pedagoģiskās sēdes
- ✓ MK sanāksmes
- ✓ Sadarbība ar atbalsta komandu

## **9. Sadarbība ar vecākiem:**

- ✓ Individuālās sarunas ar klases audzinātāju, mācību priekšmetu skolotājiem, sociālo pedagogu, psihologu, administrāciju
- ✓ Vecāku dienas
- ✓ Klases un skolas vecāku sapulces
- ✓ Skolas padomes darbība
- ✓ Saziņa e-klasē – informēšana par izglītojamo sasniegumiem, kavējumiem, aktualitātēm skolā
- ✓ Koncerti un pasākumi

## **10. Interesešu izglītība.**

Skolas interesešu izglītības darbībā ir trīs svarīgi virzieni:

- Piedalīšanās skolas pasākumos
- Piedalīšanās pilsētas skatēs, konkursos, sacensībās
- Piedalīšanās Latvijas un starptautiska līmeņa konkursos un sacensībās

### **Interesešu izglītības iespējas skolā:**

- ✓ Teātris (4.-6. kl.)
- ✓ Teātris (7.-9. kl.)
- ✓ Teātris (10.-12. kl.)
- ✓ Koris (1. kl.)
- ✓ Koris (2.-4. kl.)
- ✓ Koris (5.-12. kl.)
- ✓ Vokālais ansamblis (3.-12. kl.)

- ✓ Vizuāļi (2.-11. kl.)
- ✓ Rokdarbi (1.-4. kl.)
- ✓ Sporta spēļu pulciņš (1.-3. kl.)
- ✓ Sporta spēļu pulciņš (4.-6. kl.)
- ✓ Sporta spēļu pulciņš (7.-9. kl.)
- ✓ Dambrete (1.-6. kl.)
- ✓ Skolas avīze MTE (1.-12. kl.)
- ✓ Skolas muzejs (6.-12. kl.)
- ✓ Angļu valodas apguve sākumskolā caur spēles elementiem (1.-2. kl.)

## **Audzināšanas darbā izvirzītās aktualitātes un ieteicamās tēmas**

Klases audzinātāju stundu programma tiek plānota 35 klases stundām, atstājot laiku organizatoriskajām stundām, kuras klases audzinātājs plāno, ievērojot izglītojamo īpatnības, skolas darba plānu, gatavošanos skolas pasākumiem vai līdzdalībai tajos. Klases stundās ieteicamās tēmas ir sevis izzināšana un pilnveidošana, uzvedība un savstarpējās attiecības, piederība valstij, patriotisms un pilsoniskā līdzdalība, veselīga dzīvesveida pamati un atkarību profilakse, drošība, karjeras izvēle.

### **Tēmu mērķi un uzdevumi**

/izmantots VISC 2016. gada metodiskais līdzeklis "Klases stundu programmas paraugs"/

#### **Sevis izzināšana un pilnveidošana. Uzvedība un savstarpējās attiecības.**

##### **Mērķis:**

Sniegt atbalstu skolēnam 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.

#### **Piederība valstij**

##### **Mērķis:**

Akcentēt skolēnu 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, pilsētai, valstij.

## 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.

## Veselīga dzīvesveida pamati

### 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.

## Drošība

### 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.

## Karjera

### 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.

## 1. - 3. klases

### 2. Sevis izzināšana un pilnveidošana

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	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	Sociālās zinības
Mērķtiecība. Zinātkāre	Saprot, ka ir interesanti kaut ko jaunu uzzināt un mācīšanās sagādā prieku. Apzinās savas spējas un prasmes, kas ļauj sasniegt nodomāto.	Sociālās zinības Ētika Kristīgā mācība
Savstarpējās attiecības	Mācās analizēt un saprast savstarpējās attiecības, uzklaut 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.	Sociālās zinības Ētika
Konfliktu risināšana	Apzinās konflikta esamību, konflikta situācijas un mācās tās izprast. Mācās uzklaut atšķirīgu viedokli konfliktā un vērtēt savu attieksmi pret to un radušās emocijas.	Sociālās zinības Ētika
Ētiskās vērtības	Prot novērtēt savstarpēju palīdzību un pateikties. Mācās saskatīt un novērtēt labo ikvienā. Mācās izprast un ikdienā ievērot taisnīgumu, godīgumu un veidot darba tikumu	Sociālās zinības Ētika Kristīgā mācība

### Piederība valstij

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Ģimene un dzimta	Izprot radniecības pakāpes un rūpējas par ģimenes locekļiem. Apzinās atbildību un pienākumus ģimenē.	Sociālās zinības Ētika
Piederība novadam/ pilsētai	Zina sava novada/pilsētas atrašanās vietu Latvijas kartē, kultūrvēsturiskajā novadā. Ir iepazinis kultūrvēsturiskos un dabas objektus novadā/pilsētā. Ir iepazinis ievērojamākos vietējās kopienas cilvēkus un tradīcijas.	Sociālās zinības Dabaszinības
Valstiskā identitāte	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).	Sociālās zinības Dabaszinības Mūzika
Nacionālā identitāte	Zina savas tautas un latviešu tautas tradīcijas un saulgriežu svinamos svētkus.	Sociālās zinības Latviešu valoda
Multikulturāla vide	Apzinās, ka Latvijā dzīvo dažādas etniskās piederības cilvēki.	Sociālās zinības Ētika



### Pilsoniskā līdzdalība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Tiesības un pienākumi	Zina savas pamattiesības un pamatpienākumus ģimenē un skolā.	Sociālās zinības
Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	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.	Sociālās zinības
Ilgspējīga attīstība	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).	Sociālās zinības Dabaszinības Mājturība un tehnoloģijas

### Veselīga dzīvesveida pamati

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Uztura ietekme uz skolēna darbaspējām un sekmēm mācībās	Apzinās un spēj novērtēt uztura nozīmi sava organisma attīstībā un augšanā. Ir prasme ievērot un pielietot gūtās atziņas ikdienā.
Sakarība starp uzturu un veselību. Uzturs kā riska faktors dažādu slimību attīstībā (zobu kariess, avitaminoze, aptaukošanās, sirds un asinsvadu slimības u.c.)	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.
Veselīgu ēšanas paradumu veidošana	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.
Fiziskās aktivitātes kā veselības pamats	Apzinās fizisko aktivitāšu nozīmi veselības saglabāšanā. Veidojas motivēta nepieciešamība piedalīties dažādās fiziskajās nodarbībās skolā un ārpus skolas.
Veselīga vide	Apzinās vides faktoru ietekmi uz cilvēka veselību. Ir iemaņas izvairīties no ilgstošas uzturēšanās veselībai nevēlamā vidē (piesmēkētas 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.
Datoratkarība un citi atkarību izraisošie procesi. To izraisošie faktori	Ir priekšstats par datoratkarību, citiem atkarību izraisošiem procesiem un bīstamību, ko tie nodara. Atbilstoši savam vecumam izprot un apzinās pamatnoteikumu nozīmīgumu, strādājot ar datoru, citām jaunajām tehnoloģijām.

## Drošība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Ceļš 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.
Gājējs, transportlīdzekļa vadītājs, pasažieris. Sabiedriskais transports un pieturas	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.
Satiksmes regulēšana ar luksoforu un ceļazīmēm	Prot šķērsot ielu regulējamā vai neregulējamā krustojumā, ceļu un dzelzceļu. Pazīst nozīmīgākās ceļa zīmes un apzīmējumus. Orientējas transportlīdzekļu braukšanas virzienos pa ielām un ceļiem, to paredzamajos manevros.
Velosipēds	Zina un ievēro nosacījumus braukšanai ar velosipēdu, prot izvēlēties un izmanto drošāko atļauto ceļu
Dabas katastrofas: vētra, plūdi, negaiss u.c.	Zina, kā atbilstoši uzvesties negaisa, vētras un plūdu u.c. negadījumos. Apzinās radīto postījumu sekas. Prot izsaukt palīdzību un neapjukt, lai palīdzētu sev un citiem.
Ūdens	Apzinās un ievēro drošības noteikumus ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.
Karsti un auksti laika apstākļi	Apzinās drošības noteikumus karstos un aukstos laika apstākļos.
Elektroierīces	Izprot dažādu elektroierīču funkcijas. Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.
Pirotehnika	Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.
Ugunsdrošība	Apzinās, kādu postu var radīt neuzmanīga rīcība ar uguni. Zina, kur uguni izmanto sadzīvē, un ievēro ugunsdrošības zīmes. Prot novērtēt uguns bīstamību un atbilstoši rīkoties. Nededzina kūlu un sadzīves atkritumus
Rīcība nelaimes gadījumā Drošības dienesti	Apzinās, kādu palīdzību var sniegt dažādi drošības dienesti. Prot izsaukt drošības dienestus un raksturot notikušo. Zina, kādos gadījumos nepieciešama evakuācija un kā rīkoties
Skolas evakuācijas plāns	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trausmes gadījumā.
Nevēlami svešinieki	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.

## Karjera

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs	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.
Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
Dienas režīms	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
Mācības - skolēna darbs	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.
Karjeras vīzija	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

**4.-6. klase**  
**Sevis izzināšana un pilnveidošana**

<b>Stundu temati</b>	<b>Plānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	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.	Sociālās zinības
Mērķtiecība. Zinātkāre	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.	Sociālās zinības
Savstarpējās attiecības	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	Sociālās zinības
Konfliktu risināšana	Izprot konflikta cēloņus, novērtē savu lomu un rīcību konfliktā. Mācās mierīgi un toleranti paust savu viedokli konfliktā un meklēt kopīgu risinājumu.	Sociālās zinības
Ētiskās vērtības	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus. Izprot un ikdienā ievēro taisnīgumu, godīgumu un darba tikuma nepieciešamību.	Sociālās zinības

### Piederība valstij

<b>Stundu temati</b>	<b>Plānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Ģimene un dzimta	Veido savas dzimtas koku. Apzinās ģimeni kā vērtību. Ir informēti par dažādiem ģimenes attiecību modeļiem. Prot pastāstīt par tradīcijām ģimenē.	Sociālās zinības Latvijas vēsture
Piederība novadam/pilsētai	Zina Latvijas kultūrvēsturiskos novadus, to īpatnības, tradīcijas. Ir interese par sava novada/pilsētas vēstures un ievērojamu personību dzīves gājuma izziņāšanu. Zina savas skolas absolventus un novadniekus – zināmus cilvēkus novadā un valstī.	Sociālās zinības Latvijas vēsture
Valstiskā identitāte	Zina un svin Latvijas valsts svētkus, zina piemiņas un atceres dienas, cieņpilni izturas pret valsts simboliem. Zina ievērojamus Latvijas cilvēkus – sportistus, kultūras darbiniekus, politiķus utt., ar ko valsts lepojas un kuri nes Latvijas vārdu pasaulē. Izprot Brīvības cīņītāju lomu Latvijas neatkarības radīšanā, atjaunošanā un nostiprināšanā.	Sociālās zinības Latvijas vēsture
Nacionālā identitāte	Zina latviešu tautas kultūras mantojuma galvenās bagātības un simbolus (Dziesmu un deju svētku tradīcija, Dainu skapis, Gaismas pils u.c.). Iesaistās kultūras vērtību apzināšanā, apgūšanā un saglabāšanā.	Sociālās zinības Latvijas vēsture Literatūra
Multikulturāla vide	Apzinās savu nacionālo identitāti un citu tautību cilvēku esamību Latvijā. Izprot un respektē kopīgo un atšķirīgo dažādu tautu tradīcijās.	Sociālās zinības Latvijas vēsture

### Pilsoniskā līdzdalība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Tiesības un pienākumi	Zina, kādi dokumenti nosaka cilvēka tiesības un pienākumus. Izprot un ievēro pienākumu un tiesību vienotību.	Sociālās zinības
Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	Sāk iepazīt veidus, kā var piedalīties skolas dzīves organizēšanā. Iepazīst skolēnu pašpārvaldes darbību un iespējas. Iesaistās dažādu klases pasākumu organizēšanā. Ir gatavs uzņemties iniciatīvu un sadarboties. Prot izteikt savu viedokli un ir saprotošs pret atšķirīgu viedokli. Prot rast kompromisa risinājumu. Ir gatavs uzņemties atbildību.	Sociālās zinības
Ilgspējīga attīstība	Prot šķirot atkritumus un ievēro to ikdienā. Piedalās talkās, akcijās u.c. pasākumos vides aizsargāšanā. Izprot atbalsta nepieciešamību mazāk aizsargātiem un grūtībās nonākušiem (gan dzīvām būtnēm, gan cilvēkiem). Izprot, kas ir pārtikas drošība - tās pieejamība un veselīgs uzturs. Pēta dažādu mājsaimniecībā izmantojamo resursu patēriņu, sagatavo priekšlikumus resursu ilgtspējīgam patēriņam.	Sociālās zinības Mājturība un tehnoloģijas

### Veselīga dzīvesveida pamati

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Personīgā higiēna. Rūpes par ārējo izskatu	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.
Sakopta apkārtējā vide un pašapkalpošanās prasmes	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.
Ārējās vides ietekme uz cilvēka veselību	Var nosaukt un atpazīt ārējos faktorus, kuri var ietekmēt cilvēka veselību (troksnis, putekļi, sadzīves ķīmija, grauzēji, insekti u.c.). Apzinās rīcību, kāda nepieciešama ārējo faktoru mazināšanai vai novēršanai.
Dienas režīms. Veselību ietekmējošu paradumu veidošanās	Prot atpazīt, nosaukt un raksturot ikdienas situācijas, kas ietekmē cilvēka veselību (ilgstoša atrašanās pie datora, nepietiekams laiks miegam, ēšanas režīms u.c.). Prot atpazīt neveselīgu uzvedību un rīcību. Ievēro un apzinās neveselīgu vidi sev apkārt. Spēj saprātīgi un lietderīgi plānot laiku dienas darbiem un atpūtai.

## Drošība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes noteikumi gājējiem un pasažieriem	Prot ievērot pasažieru drošības noteikumus un pienākumus dažādos sabiedriskajos transportlīdzekļos. Ievēro uzvedības noteikumus stacijā un autoostā, sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās.
Transporta līdzekļi	Prot raksturot transportlīdzekļus. Izprot transportlīdzekļa jaudu, kustības mobilitāti, bremzēšanas attālumu. Nepakļauj sevi un citus briesmām, bojājot transporta līdzekļus un apdraudot to kustību
Velosipēdists kā satiksmes dalībnieks un velosipēda uzturēšana braukšanas kārtībā	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.
Rīcība ceļa satiksmes negadījumos	Prot atbilstoši rīkoties un meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.
Drošība ekstremālās situācijās un evakuācija	Prot adekvāti rīkoties un rast nepieciešamo palīdzību dabas katastrofu gadījumos, izsaucot atbildīgo institūciju pārstāvjus. Prot atbilstoši rīkoties trauksmes laikā. Rīkojas saskaņā ar evakuācijas plānu
Ūdens	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.
Ugunsdrošība	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.
Pirotehnika	Prot novērtēt pirotehnikas bīstamību un apzinās nepareizas rīcības sekas.
Bīstamie atradumi (lādiņi, ķīmiskās vielas, medikamenti, šļirces u. c.).	Prot rīkoties, konstatējot bīstamos atradumus, un apzinās nepareizas rīcības sekas.

## Karjera

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Es un mani dotumi	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem
Brīvais laiks un tā izmantošana	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
Mācīšanās prasmes un sasniegumi	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus
Profesiju daudzveidība, prestižs un pievilcība	Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētot profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties, prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.



**7.- 9. klases**  
**Sevis izzināšana un pilnveidošana**

<b>Stundu temati</b>	<b>Plānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	Apzinās savu individualitāti, atšķirību no citiem, analizē savas īpašības. Prot saskatīt un novērtēt pozitīvo sevī. Novērtē savus panākumus un neveiksmes. Apzinās savas emocijas un mācās tās mērķtiecīgi vadīt	Sociālās zinības
Mērķtiecība. Zinātkāre	Apzināti savu darbību virza mērķu sasniegšanai.	Sociālās zinības
Savstarpējās attiecības	Veido cieņpilnas savstarpējās attiecības ar līdzcilvēkiem. Prot analizēt un risināt savstarpējo attiecību sarežģījumus gan reālajā, gan virtuālajā saziņas vidē, apzinās atbildību un zina likuma normas (normatīvajos dokumentos noteikto atbildību). Attīsta empātijas spējas.	Sociālās zinības
Konfliktu risināšana	Prot analizēt konflikta situācijas un toleranti izvērtēt pretējās puses viedokli. Spēj piedāvāt konflikta risināšanas ceļu, saskaņojot abu konfliktējošo pušu viedokļus.	Sociālās zinības
Ētiskās vērtības	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus, apzināti rīkojas to sasniegšanai. Apzinās savas vērtības vispārcilvēcisko vērtību kontekstā (LR Satversmes preambula)	Sociālās zinības

## Piederība valstij

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Ģimene un dzimta	Izprot attiecību veidošanu ģimenē. Apzinās ģimenes un tuvinieku atbalsta nozīmīgumu un savu lomu ģimenē.	Sociālās zinības
Piederība novadam/ pilsētai	Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pilsētu. Ir iepazinies ar skolas muzeja /novadpētniecības muzeja kultūrvēsturiskām bagātībām, prot tās izmantot.	Latvijas vēsture Latviešu valoda un literatūra Mūzika
Valstiskā identitāte	Ir interese par Latvijas valsts svētku vēsturisko izcelsmi. Izprot piemiņas un atceres dienu jēgu un nozīmi, prot svinēt valsts svētkus. Zina nacionāla mēroga jaunatnes nevalstiskās organizācijas (Mazpulki, Jaunsardze, Skauti un Gaidas, u.c.) un ir iepazinis to darbību. Apzinās Brīvības cīņu nozīmīgumu dažādos vēstures posmos, prot godināt kritušos cīnītājus un viņu piemiņu.	Sociālās zinības Literatūra Latvijas vēsture
Nacionālā identitāte	Izprot un ar cieņu izturas pret nacionālās kultūras vērtībām. Ir vēlme tās saglabāt un popularizēt.	Latvijas vēsture
Multikulturāla vide	Ir priekšstats par cilvēkiem, kuri dzīvo Latvijā un kuriem ir atšķirīga āriene, reliģiskā un etniskā piederība. Izprot un ievēro LR Satversmē nostiprinātās vērtības: cilvēka cieņa, brīvība, vienlīdzība, solidaritāte, taisnīgums, godīgums, darba tikums un ģimene (LR Satversmes preambula).	Sociālās zinības

## Pilsoniskā līdzdalība

<b>Stundu temati</b>	<b>Plānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Demokrātijas būtība un nozīme	Zina Latvijas valsts pārvaldes struktūru. Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi, īpaši Satversmes Preambulā noteiktās vērtības	Sociālās zinības
Tiesības un pienākumi	Zina, izprot un ievēro savas tiesības un pienākumus. Ar cieņu un izpratni izturas pret citu cilvēku tiesībām.	Sociālās zinības
Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	Izprot pilsoniskās līdzdalības nozīmi, dažādību un iespējas. Zina par savām iespējām Eiropas Savienībā. Prot strādāt komandā, formulējot kopīgu viedokli. Uzņemas atbildību, līdzdarbojoties savas klases un skolas rīkotajās aktivitātēs. 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.	Sociālās zinības Latvijas vēsture Pasaules vēsture
Brīvprātīgais darbs	Zina brīvprātīgā darba būtību. Apzinās brīvprātīgā darba nozīmi personības veidošanā, savas karjeras un sabiedrības izaugsmē.	Sociālās zinības
Ilgspējīga attīstība	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.	Sociālās zinības Mājturība un tehnoloģijas Ģeogrāfija

## Veselīgas dzīves pamati

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Pusaudžu un jauniešu dzimuma nobriešana, un personības attīstība (dažādas pārvērtības manā ķermenī, jaunas sajūtas un izjūtas). Raksturīgās pusaudžu īpašības pubertātes periodā	Izprot fiziskās (primāro un sekundāro dzimuma pazīmju veidošanās), psihiskās, emocionālās izmaiņas savā organismā un ir gatavs tās pieņemt. Veidojas nepieciešamība un ir prasmes ievērot higiēnas normas. Apzinās raksturīgās pusaudžu īpašības pubertātes vecumā un spēj adekvāti rīkoties. Spēj izprast emociju izpausmes savos vienaudžos. Spēj sevi novērtēt un pozitīvi ietekmēt savu veselību.
Ar dzimuma piederību saistītās rakstura, uzvedības iezīmes. Seksualitāte kā neatņemama personības sastāvdaļa. Cieņa pret savu un pretējo dzimumu. Atbildība savstarpējās attiecībās, t.sk. dzimumattiecībās	Ir pozitīva attieksme un cieņa pret savu dzimumu un pretējo dzimumu. Apzinās savu dzimumu un ar to saistītās rakstura un uzvedības iezīmes un prot respektēt pretējā dzimuma atšķirības. Veidojas pozitīva attieksme pret jēdzieniem sievišķība un vīrišķība. Spēj atbilstoši izvērtēt sava rakstura iezīmes dzimuma piederības kontekstā. Apzinās savu seksualitāti kā neatņemamu personības attīstības sastāvdaļu, izprot jēdzienu par atbildību savstarpējās attiecībās un dzimumattiecībās. Ir informēts par jauniešiem piemērotām un pieejamām kontracepcijas metodēm.
Dažādu jūtu izpausmes veidi (verbālie un neverbālie), to izvērtēšana	Apzinās, ka jūtas un emocijas ir katra cilvēka dabiskas izpausmes, kam ir svarīga nozīme attiecību veidošanā. Ir izpratne par dažādām jūtu paušanas iespējām. Spēj savaldīt savas jūtas, prot tās paust, neaizvainojot citus. Izprot, spēj pieņemt un cienīt citu paustās jūtas.
Narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu, alkohola, smēķēšanas ietekme uz veselību	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. Ir izpratne par jauno psihoaktīvo vielu (zāļu maisījumi, vīraki u.c.) lietošanas negatīvo ietekmi uz veselību. Ir prasme izvērtēt dažādas situācijas un pieņemt veselībai pozitīvus lēmumus. Spēj pretoties negatīvam psiholoģiskam spiedienam. Spēj izvēlēties piemērotas nodarbošanās savā brīvajā laikā. Izprot alkohola un tabakas reklāmas būtību. Zina institūcijas un organizācijas, kur vērsties pēc palīdzības. Zina savus pienākumus un tiesības attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu (pasīvā smēķēšana u.c.)
Azartspēļu atkarība. Datorspēļu atkarība. Interneta atkarība	Izprot šo atkarību negatīvo ietekmi uz cilvēka psihisko un fizisko veselību. Ir prasme atteikties no nevēlama piedāvājuma. Spēj izvēlēties piemērotas nodarbošanās savā brīvajā laikā. Zina institūcijas un organizācijas, kur vērsties pēc palīdzības.
Veselīga vide	Zina vides faktoru ietekmi uz cilvēka veselību. Izvēlas sev labvēlīgu un veselībai nekaitīgu vidi. Saprot, ka ikviens var būt līdzdalīgs veselīgas vides veidošanā skolā, mājās, pilsētā, ciemā utt.

## Drošība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes dalībnieka atbildība	Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā.
Motorizētie transportlīdzekļi	Zina, kādus transportlīdzekļus un ar kādiem nosacījumiem var vadīt pusaudžu vecumā. Iesaistoties ceļu satiksmē, ievēro satiksmes noteikumus. Pieņem atbildīgus lēmumus arī sarežģītās satiksmes situācijās uz ceļa.
Ugunsdrošība	Ievēro ugunsdrošības noteikumus un spēj ietekmēt citus saprātīgai rīcībai saskarē ar uguni.
Civilā aizsardzība. Evakuācija	Prot pareizi rīkoties evakuāciju (skolā un citās sabiedriskās vietās) gadījumos. Nerada situācijas, kurās nepieciešama evakuācija (viltus trauksmes, zvani utt.), un apzinās atbildību.
Drošība masu pasākumos un sabiedriskās vietā	Prot novērtēt situāciju masu pasākumos un sabiedriskās vietās un atbilstoši tai rīkoties.
Pašaizsardzība	Prot sargāt savu personisko mantu. Prot atbilstoši rīkoties, ja konstatēta personisko mantu zādzība
Pirotehnika	Zina, ka ir sertificēta pirotehnika, kuru jālieto atbilstoši instrukcijām, nepakļaujot sevi un citus briesmām.
Pirmā palīdzība nelaimes gadījumos	Prot pareizi rīkoties dažādos nelaimes gadījumos, pasargājot sevi un citus no tiem. Nelaimes gadījumā prot izsaukt atbildīgos dienestus.

## Karjera

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē savas gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus
Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā
Izglītības vērtība	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.
Profesiju daudzveidīgā pasaule	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.
Individuālā karjeras plāna izveide	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).

**10.-12. klase**  
**Sevis izzināšana un pilnveidošana**

<b>Stundu temati</b>	<b>Pļānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	Prot analizēt savu pašvērtējumu un apzinās tā nozīmi personības izaugsmē un attiecību veidošanā. Apzinās savu identitāti un personīgo potenciālu, ir pozitīva attieksme pret sevi un dzīvi. Apzinās sevi, savas jūtas, prot tās mērķtiecīgi vadīt.	Psiholoģija Filozofija Ētika
Mērķtiecība. Zinātkāre	Analizē un pieņem lēmumus, izvirza prioritātes, kas sekmē mērķu sasniegšanu. Apzinās savu lēmumu darbības sekas, spēj sekot saviem nodomiem un mērķiem.	Psiholoģija
Savstarpējās attiecības	Veido cienpilnas un atbalstošas savstarpējās attiecības. Kritiski izvērtē savstarpējo attiecību veidošanos reālajā un virtuālajā saziņas vidē/ sociālajos tīklos, izvairoties no emocionālās un fiziskās vardarbības. Prot risināt konfliktus, meklējot kompromisu un pieņemot atbildīgus lēmumus.	Psiholoģija Filozofija Ētika Kulturoloģija
Konfliktu risināšana	Prot izmantot dažādus saskarsmes paņēmienus konflikta situācijās, kontrolēt un vadīt savu rīcību un emocijas konfliktā, argumentēt savu viedokli. Spēj piedāvāt konflikta risināšanas variantus un nepieciešamības gadījumā uzņemties konflikta risināšanas vadību.	Psiholoģija
Ētiskās vērtības	Ievēro taisnīguma, godīguma principu un darba tikumu. Saskaņo savas vērtības ar vispārcilvēciskajām vērtībām (LR Satversmes preambula)	Filozofija Ētika

## Piederība valstij

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne
Ģimene un dzimta	Apzinās savas saknes, ieguvumus un iespējamās apdraudējumus veselībai, pašidentitātei un sociālajai identitātei. Izprot ģimeni kā sociālo grupu. Apzinās mīlestības un laulības nozīmi ģimenes veidošanā, nākamās paaudzes radīšanā. Apzinās tikumības, atbildības un paškontroles nozīmi ģimenes veidošanā un dzīvē. Izprot ģimenes nozīmi personības pilnveidē.	Latvijas un pasaules vēsture Psiholoģija Veselības mācība
Piederība novadam/ pilsētai	Apzinās savas skolas nozīmi/tēlu vietējās kopienas izglītības un kultūrvides veidošanā, izjūt piederību tai. Interesējas par dzimtās puses/ novada/ pilsētas attīstības perspektīvām. Lepojas ar piederību savai kopienai, meklē un saskata iespējas savas dzīves veidošanai novadā/pilsētā.	Latvijas un pasaules vēsture Politika un tiesības
Valstiskā identitāte	Zina Latvijas veiksmes stāstus uzņēmējdarbībā, kultūrā, sportā u.c. jomās. Ir lojāls Latvijas valstij, apzinās pilsoņa iespējas, pienākumus un atbildību, ir sabiedriski aktīvs un ieinteresēts valsts izaugsmē. Ir interese par politiskajiem un sociālekonomiskajiem procesiem un notikumiem Latvijā, Eiropā, pasaulē. Izprot Latvijas vietu tajos. Spēj izteikt konstruktīvu kritiku un priekšlikumus dažādu valstisku problēmu risināšanai. Izprot Latvijas valsts brīvību, patstāvību un demokrātiju kā neatņemamas valsts vērtības. Apzinās sevi kā valsts veidotāju.	Latvijas un pasaules vēsture Politika un tiesības Ekonomika
Nacionālā identitāte	Zina Latvijas Kultūras kanonā nosauktās vērtības. Izprot nacionālās pašapziņas būtību.	Latvijas un pasaules vēsture Politika un tiesības Latviešu valoda un literatūra Kulturoloģija
Multikulturāla vide	Apzinās savu un respektē citu cilvēku pasaules redzējumu, novērtē starpkultūru dialoga nepieciešamību sadzīves, sociālpolitisku un sociālekonomisku problēmu risināšanā. Prot izvērtēt sabiedrībā valdošos stereotipus un aizspriedumus pret dažādām minoritātēm un toleranti attiecas pret citādo/ atšķirīgo.	Latvijas un pasaules vēsture Psiholoģija Politika un tiesības Kulturoloģija

## Pilsoniskā līdzdalība

<b>Stundu temati</b>	<b>Plānotais sasniedzamais rezultāts</b>	<b>Starppriekšmetu saikne</b>
Demokrātijas būtība un nozīme	Izprot Latvijas lēmējvaras, izpildvaras un tiesu varas institūciju darbību. Zina nevalstisko organizāciju lomu demokrātijas principu stiprināšanā.	Politika un tiesības
Tiesības un pienākumi	Izprot un ievēro savus pienākumus pret sabiedrību un valsti. Zina un izprot cilvēktiesību normas.	Politika un tiesības
Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	Zina un izprot savas pilsoniskās līdzdalības iespējas skolas un pilsētas/novada dzīves organizēšanā. Zina un izprot savas pilsoniskās līdzdalības iespējas lēmumu pieņemšanas procesos valsts un Eiropas Savienības līmenī. Apzinās iespējas piedalīties dažādās jauniešu nevalstiskās organizācijās. Prot argumentēt un izmantot publiskās runas prasmes. Prot piedalīties lēmuma pieņemšanā un sadarboties. Ir gatavs uzņemties atbildību.	Politika un tiesības Latvijas un pasaules vēsture Latviešu valoda (literatūra)
Brīvprātīgais darbs	Izprot brīvprātīgā darba nozīmi. Zina par brīvprātīgā darba iespējām savā pilsētā/ novadā, Latvijā, Eiropas Savienībā un pasaulē. Ir motivēts veikt brīvprātīgo darbu.	Politika un tiesības
Ilgspējīga attīstība	Zina un apzinās galvenās ar globalizāciju saistītās problēmas pasaulē (konflikti un cilvēkdrošība, nabadzība, ilgtspējīga iepirkšanās, pārtikas krīze, migrācija un emigrācija, starpkultūru attiecības u.c.). Apzinās izglītības piedāvājumu un pieejamību Latvijā un pasaulē. Izprot masu mediju ietekmi un spēj analizēt un kritiski vērtēt informāciju. Izprot katra cilvēka atbildību un iespējas uzlabot dzīves kvalitāti mijiedarbīgā pasaulē.	Ģeogrāfija Politika un tiesības Bioloģija



## Veselīga dzīvesveida pamati

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Mikrovides veidošana ģimenē (pienākumi ģimenē, tradīcijas ģimenē u.c.)	Izprot indivīda lomu ģimenē – jebkurš ģimenes loceklis ir ģimenes daļa un ir atbildīgs cits par citu. Izprot atbildības nozīmi kopā sadzīvošanā. Zina un izprot potenciālo vecāku atbildību par pēcnācēju veselību un atbildību par bērnu prenatālajā posmā. Izprot ģimenes plānošanas nozīmi. Apzinās pienākumus ģimenē. Apzinās, kā vecāku savstarpējās attiecības ietekmē bērna pašsajūtu ģimenē. Izprot un spēj novērtēt ģimenes tradīciju lomu personības attīstībā un ģimenes stiprināšanā.
Personīgā atbildība par veselības un savas dzīves kvalitāti	Apzinās veselības un dzīvības kā vērtības nozīmi. Ir prasme novērtēt savu veselību un dzīvesveidu, sekot savam veselības stāvoklim. Ir prasme palīdzēt otram dažādās dzīves situācijās. Ir atbildīgs par savu un citu cilvēku veselību un dzīvību, tostarp saistībā ar atkarību izraisošo vielu lietošanu. Zina savus pienākumus un tiesības attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu.
Risks un tā iespējamās sekas	Spēj novērtēt riska pakāpi. Ir prasme analizēt, izprast sakarību starp nevajadzīgu riskēšanu un nelaimes gadījumu, tostarp attiecībā uz alkohola, narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu un tabakas izstrādājumu lietošanu. Spēj novērtēt risku savā rīcībā un uzvedībā. Ir atbildīgs par savu un sev līdzās esošo cilvēku drošību. Prot novērtēt situāciju un atbilstoši rīkoties. Izprot saules un mākslīgā starojuma (solārija) negatīvo ietekmi uz ādu, zina kā pasargāt ādu no saules negatīvās ietekmes.
Darba drošība veselības aizsardzības nolūkos. Pirmā medicīniskā palīdzība	Zina darba drošības pamatelementus. Prot sniegt pirmo medicīnisko palīdzību.
Veselīgs uzturs	Izprot veselīga uztura nozīmi cilvēka dzīvē. Prot plānot savu ikdienas ēdienkarti, pilnvērtīgi un sabalansēti izvēloties pārtikas produktus. Apzinās sekas, kas saistītas ar nepareiza uztura izraisītām saslimšanām.
Medicīniskās apskates un profilaktiskās vakcīnas	Rūpējas par savu veselību, izmantojot valsts apmaksātās medicīniskās apskates un vakcināciju.
Ekoloģija	Izprot vides un sabiedrības mijiedarbību.

## Drošība

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība un atbildība	Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā kā jebkura veida satiksmes dalībnieks (gājējs, pasažieris, transporta līdzekļa vadītājs).
Rīcība, atbildība un līdzatbildība sadzīves un ekstremālās situācijās	Prot rīkoties sadzīves un ekstremālās situācijās. Apzinās savu atbildību un līdzatbildību ārkārtas situācijās. Zina un ievēro tiesību aktus, kuri nosaka drošības noteikumus.
Seksuālās vardarbības, nelegālās cilvēku tirdzniecības un prostitūcijas risks	Zina par cilvēktirdzniecības draudu iespējām. Prot atrast nepieciešamo informāciju un palīdzību, lai izvairītos no riska situācijām.

## Karjera

Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs	Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs. Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.
Mūžizglītība	Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē. Apzinās izglītību kā vērtību. Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas
Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.
Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu. Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības
Darbs ārzemēs	Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.
Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide	Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu.

## **Audzināšanas stundu sadalījums**

Veidojot audzināšanas plānu, klases audzinātājam ir tiesības programmā ietvertās tēmas un tematus ieplānot sev piemērotā laikā un nepieciešamības gadījumā mainīt tēmas apguvei nepieciešamo stundu skaitu. Tomēr programmā paredzētās audzināšanas darba tēmas visas ir jārealizē mācību gada laikā, sadarbojoties ar mācību priekšmetu skolotājiem par attiecīgajām tēmām (sociālās zinības, dabas zinības, veselības mācība, bioloģija, politika un tiesības). Ja skolotājam ir izstrādāta audzināšanas darba autorprogramma, tad tā jāapstiprina pie skolas administrācijas. Mainoties skolas uzdevumiem un skolas attīstības plānam, tiek mainīta arī skolas audzināšanas darba programma. Grozījumus audzināšanas darba programmā tiesīgs ierosināt jebkurš klases audzinātājs, mācību priekšmetu skolotājs, metodisko komisiju vadītājs, skolas administrācija. Audzināšanas darba programma tiek pārlūkota vienu reizi mācību gadā. Audzināšanas darba programmu izstrādā audzināšanas metodiskā komisija.

**Veidojot audzināšanas stundu plānojumu, klases audzinātājam jāņem vērā:**

- Mēnesī 2 stundas jāplāno pamatojoties uz Valsts pamatizglītības standartu un skolas audzināšanas plānu
- Mēnesī 1 stunda jāparedz organizatorisku jautājumu risināšanai klasē
- Mēnesī 1 stundai klases audzinātājs izvēlas tēmu pēc vajadzības

## **Klases audzinātāja dokumentācija:**

1. Klases audzinātāja mape
2. Klases audzināšanas darba plāns mācību gadam
3. Izglītojamo izpētes materiāli (apkopojums un analīze)
4. Materiāli par audzināšanas darbu klasē (prezentācijas, apraksti, u. tml.)
5. Vecāku sapulču protokoli
6. Individuālo sarunu reģistrācija e-klasē
7. Ekskursiju/pārgājienu pieteikumi
8. Drošības instruktažas (glabājas skolotāju istabā)
9. Ārpusstundu un ārpusskolas aktivitāšu materiāli (foto, apraksti, u. tml.)
10. Diplomi, pateicības par dalību pasākumos, konkursos, u. c.
11. Klases audzinātāja darba pašvērtējums (mācību gada beigās)

## Skolēnu izpēte

Skolēnu izpēte tiek veikta, balstoties uz audzināšanas darbā izvirzītajām aktualitātēm, skolas un klases izvirzītajiem mērķiem un uzdevumiem. Izpētes rezultāti tiek apkopoti un analizēti, izdarīti secinājumi un plānoti turpmākie uzdevumi.

### Izpētes tēmas:

- ✓ Sociālā statusa un attieksmju izpēte
- ✓ Personības izpēte un pašvērtējums
- ✓ Izaugsmes dinamikas uzskaitē
- ✓ Mācību motivācijas, pieredzes un kvalitātes izzināšana
- ✓ Saskarsmes izpēte
- ✓ Karjeras izvēles izpēte

### Klases audzinātājs pēc vajadzības:

- ✓ Organizē pārrunas ar mācību priekšmetu skolotājiem, atbalsta personālu
- ✓ Organizē individuālās sarunas ar skolēniem, skolotājiem, vecākiem
- ✓ Virza skolēnu sadarbībai ar atbalsta personālu par sekmēm, uzvedību, stundu apmeklējumu
- ✓ Izvēlas darba formas sadarbībā ar vecākiem, ņemot vērā audzināšanas darba aktualitātes
- ✓ Sniedz skolēniem aktuālo informāciju

# Pielikumi



JŪRMALAS PILSĒTAS DOME  
MAJORU VIDUSSKOLA

---

\_\_\_\_\_klases vecāku sapulces protokols

Jūrmalā

20\_\_\_\_. g. \_\_\_\_\_

Sapulci vadīja \_\_\_\_\_

Sapulci protokolēja \_\_\_\_\_

Dienas kārtībā:

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

Sapulces lēmums:

---

Protokolēja:

Vadīja:





Majoru vidusskolas  
direktora vietniecei audzināšanas darbā  
Gitai Strazdiņai

\_\_\_\_\_ klases  
iesniegums.

Lūdzam atļauju sarīkot klases vakaru š. g. \_\_\_\_ . \_\_\_\_\_

No plkst. \_\_\_\_\_ telpā.

Klases vakara tēma -

---

---

---

---

---

Par pasākuma scenāriju atbild \_\_\_\_\_

---

Par kārtību skolas telpās atbild \_\_\_\_\_

Par tīrību skolas telpā atbild \_\_\_\_\_

Par skolas iekšējās kārtības noteikumiem  
atbild \_\_\_\_\_

Klases audzinātāja

20\_\_ . gada \_\_ . \_\_\_\_\_

Paraksti:

Iesniegums jāiesniedz vismaz trīs dienas pirms pasākuma.

SASKAŅOTS

Majoru vidusskolas

direktora vietniece izglītības jomā:

\_\_\_\_\_

Jūrmalā, 20\_\_ . gada \_\_ . \_\_\_\_\_

Majoru vidusskolas direktorei  
skolotājas/audzinātājas \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

ekskursijas/pārgājiena pieteikums

Norises vieta \_\_\_\_\_

Datums \_\_\_\_\_ Pārvietošanās veids \_\_\_\_\_

Pirmās palīdzības sniegšanas iespējas \_\_\_\_\_

#### **Dalībnieki**

Atbildīgās personas

\_\_\_\_\_

Saziņas iespējas

\_\_\_\_\_

Skolnieku saraksts

Nr.	Uzvārds, vārds	Klase	Vecāku kontakttālrunis	Paraksts
1.				
2.				

**Pamatojoties uz MK 2009. gada 24. novembra noteikumiem Nr. 1338 „Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos”, skolēni instruēti par drošības un uzvedības noteikumu ievērošanu.**

Atbildīgās personas paraksts:

\_\_\_\_\_

(paraksts)

\_\_\_\_\_

(paraksta atšifrējums)

20 \_\_\_\_ gada \_\_\_\_ . \_\_\_\_\_

**ATĻAUJU**

Direktore

I. Ose

### 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:

NOGRIEZT 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:

Likumiskā pārstāvja atļauja sava bērna (skolas)  
fotogrāfiju un/vai filmēšanas ierakstu apstrādei  
ar mērķi popularizēt skolas aktivitātes, veicināt skolas atpazīstamību un tās prestižu

Es, \_\_\_\_\_

(izglītojamā vai nepilngadīga izglītojamā likumiskā pārstāvja vārds, uzvārds)  
piekrītu mana dēla / meitas \_\_\_\_\_

(vārds, uzvārds)

**piekrītu / nepiekrītu** (nevajadzīgo nosvītrot) fotogrāfiju un filmēšanas ierakstu veikšanai, kā arī to izvietošanai skolas telpās;

**piekrītu / nepiekrītu** (nevajadzīgo nosvītrot) fotogrāfiju un filmēšanas ierakstu publicēšanai skolas dokumentos, t.sk. informatīvajos materiālos, gadagrāmatās, iekšējā skolas avīzē, interneta mājas lapā;

**piekrītu / nepiekrītu** (nevajadzīgo nosvītrot) fotogrāfiju un filmēšanas ierakstu publicēšanai sociālajos tīklos.

Es apzinos, ka piekrišana ir brīvi atsauicama un šāds atsaukums neietekmēs fotogrāfiju un filmēšanas ierakstu izmantošanas likumību, kas pamatojas un sniegto piekrišanu pirms atsaukuma.

\_\_\_\_\_  
(datums, paraksts, atšifrējums)