

Mūsu skola piedalījās Izglītības un zinātnes ministrijas un Jaunatnes starptautisko programmu aģentūras projektā “Atbalsts jauniešu iniciatīvu projektu “Labbūtības ceļakarte skolā” no 2021.gada 1.oktobra līdz 31.decembrim.

Sarunās un diskusijās ar skolēniem un skolotājiem esam uzzinājuši - lai sekmīgi turpinātu mācības klātienē un sajustu psihoemocionālo labbūtību mācību procesā pēc attālinātām mācībām pusotra gada garumā, skolēniem nepieciešams emocionālais un mentālais atbalsts skolā.

Projekta mērķis iegūt zināšanas un prasmes par mentālo veselību, organizējot aktivitātes, kurās tiek iesaistīti jaunieši no 7.a,b; 8.a,b; 9.a,b klasēm, kā arī skolēnu pašpārvalde.

Mūsdienās jauniešu vidū mentālās veselības problēmas ir kļuvušas ļoti aktuālas. Tās būtiski ir ietekmējusi digitalizācija un Covid-19 pandēmija. Skolēni atzīst, ka jūtas vientuļi, nomākti pandēmijas un attālināto mācību laikā.

Ar aktivitāšu palīdzību tiks risinātas mentālās veselības, t.i., izglītojamo pozitīvo resursu stiprināšana, mērķtiecīga rīcības vadīšana, sociālo prasmju veicināšana, un mobinga problēmas. Projekta organizēšanas grupa uzskata, ka ir būtiski runāt, izglītot un rīkoties par minētajām tēmām. COVID-19 pandēmija ir sagādājusi daudz izaicinājumu. Vēlamies pievērst uzmanību labbūtības veicināšanai skolā, samazinot depresiju, paaugstinātu trauksmi, mobingu skolēniem, veicināt viņu iekļaušanos sabiedrībā un vienaudžu vidū, piedalīties aktivitātēs, kas agrāk bija saistošas. Izglītot par personisko labbūtību, pilnveidot zināšanas un attīstīt prasmi sameklēt un iegūt informāciju par sava vecumposma aktualitātēm, grūtībām un to pārvarēšanas stratēģijām.

Labbūtības ceļa karte skolā

Projekta ietvaros realizētās aktivitātes

- 1. Skolēnu pašpārvaldes telpas labiekārtošana**

Labiekārtota un pielāgota esošā pašpārvaldes telpa, lai tajā varētu organizēt lekcijas, meditāciju, sarunāties ar vienaudžiem, relaksēties, meklēt un iegūt informāciju u.c. Jauniešu pašu radošā un praktiskā darbošanās t.i. telpas krāsošana, labiekārtošana. Eksperts vadītas nodarbības jauniešiem par veselīgu dzīvesveidu un tā ietekmi uz personisko labbūtību.
- 2. Nodarbības psihologa vadībā**

Lekcijas un praktiskās mācības par labbūtību un mentālo veselību.

Nodarbības biedrības "PAPARDES ZIEDS" psihologa vadībā
- 3. Projekta noslēgums**

Pašpārvaldes telpas aktīva atklāšana, meditācija Ziemassvētku noskaņā; Nodarbība "Es varu". par veselīgu dzīvesveidu un tā ietekmi uz personisko labbūtību.

Piedalās skolēnu pašpārvalde un EK *Majori* pārstāvji.

2021.

Jūrmalas
Majoru
vidusskola



Skolēnu
pašpārvaldes
telpa



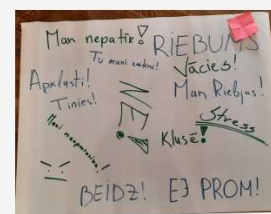
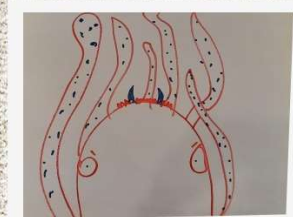
Iekārtošana un
atklāšana



LABBŪTĪBAS PROJEKTS

LABBŪTĪBAS MĀCĪBAS

Labbūtība un
mentālā veselība



"PAPARDES ZIEDS" SPECIĀLISTU VADĪBĀ

