

Rīgas Ēbelmuižas pamatskola

Audzināšanas darba programma

2022./2023.m.g.

2023./2024.m.g.

2024./2025.m.g

Rīga

Audzināšanas darba pamatprincipi

Audzināšanas darba programma un klases stundu darba plāns veidoti, pamatojoties uz LR Satversmi, Vispārējo cilvēku tiesību deklarāciju, ANO Konvenciju par bērnu tiesībām, Bērnu tiesību aizsardzības likumu, LR Izglītības likumu, Vispārējās izglītības likumu, 2016.gada 15.jūlija MK noteikumiem Nr.480, VISC izstrādāto Klases stundu programmas parauga, skolas iekšējiem normatīvajiem aktiem.

Audzināšanas darba programma izstrādāta triju gadu periodam (2022./2023., 2023./2024., 2024./2025. mācību gadiem). Audzināšanas plāns tiek izstrādāts katram mācību gadam. Audzināšanas plānā iekļauti konstantie (normatīvajos aktos noteiktie) pasākumi, valsts mēroga pasākumi, tiek aktualizēta divas reizes mācību gadā (1.semestra sākumā un 2.semestra sākumā) kopā ar skolas pasākumiem. Audzināšanas darba tematiskais plāns ir Audzināšanas darba programmas pielikums.

Kompetencēs balstīts klases stundu saturs ar atgriezenisko saiti, ievērojot klases stundu plānošanas daļas- ierosināšana, apjēgšana un refleksijas daļas. Klases stundu plānošanas modelis (pēc *Robert Mills Gagné*)

Audzināšanas darba prioritātes trim gadiem un to ieviešana

Prioritātes (bērncentrētas, domājot par izglītojamā personību)

2022./2023.	2023./2024.	2024./2025
Nodrošināt individuālu atbalstu izglītojamajiem mācību un audzināšanas darbā, ņemot vērā viņa viņa individualās spējas un intereses. Turpināt sadarbību ar mācību priekšmetu un interešu izglītības skolotājiem, atbalsta personālu, vecākiem.	Sociāli emocionālo ar kompetenču caurviju elementiem pieredzes stiprināšana, veicinot pozitīvu attieksmi pret klases biedriem, skolu, sabiedrību un valsti. Izglītojamo lasītprasmes un rakstītprasmes pilnveidošana.	Psihosociālā atbalsta pilnveidošana, lai veicinātu izglītojamo intelektuālo un radošo spēju attīstību, savu emociju atpazīšanu, personības izaugsmē. Skolas tradicionālo vērtību stiprināšana.

1. Nodrošināt atbalstu mācību un audzināšanas darbā ikvienam izglītojamam, ņemot vērā skolēna individuālās spējas un intereses, cieņpilna komunikācija;
2. Organizēt ārpusstundu pasākumus izglītojamo pilsoniskajā, patriotiskajā un valstiskajā audzināšanā;
3. Attīstīt un nostiprināt izglītojamā lasītprasmi un rakstīt prasmi.

Viena no audzināšanas darba metodēm ir mācību ekskursijas, kurās iekļauta arī "Latvijas skolas soma".

Audzināšanas darbā iekļautas caurviju kompetences, kas pārklājas ar citu mācību priekšmetu kompetencēm, lai iegūtās pamatprasmju zināšanas tiktu patstāvīgi papildinātas, pilnveidotas (ar skatu uz nākotni- visas dzīves garumā), attīstot mācīšanās prasmes un informācijas apguvi no dažādajiem mūsdienās pieejamajiem avotiem, kas ietver sevī:

Iegūtās informācijas analīzes prasmes;
Kritiskās domāšanas un problēmsituāciju risināšanas prasmes;
Sadarbības un līdzdalības prasmes;
Kreativitātes un atbildības uzņemšanās prasmes;
Digitālās un medijprasmes ;
Pašizziņas, pašvadības prasmes;
Emociju pārvaldīšanas prasmes;
Līdzatbildības prasmes par sadarbību un sasniedzamo rezultātu

Audzināšanas darbā jāattīsta skolēnos sociālās un emocionālās kompetences:

Saprast sevi;
Pārvaldīt sevi;
Saprast citus;
Veidot attiecības ar citiem;
Pieņemt atbildīgus lēmumus.

Klases (internāta) skolotājs par katru savas klases skolēnu veic izpēti. Izpētes rezultāti tiek apkopoti Sociāli emocionālo prasmju kartē (skatīt pielikumu Nr.2).

Sociāli emocionālā mācīšanās (SEM) tiek integrēta klases stundu apskatāmajās tēmās.

1. klase

1. **Saprast sevi**, attīstīt sevis apzināšanos caur savu ķermeni;
2. **Sevis apzināšanās**, veidot izpratni par dažādiem emociju veidiem;
3. **Saprast citus**, izpratne par citu cilvēku emocijām;
4. **Veidot attiecības** ar citiem, nostiprināt komunikācijas un klausīšanās prasmes;
5. **Pieņemt atbildīgus lēmumus**, prasme risināt ikdienas problēmas.

2. klase

1. **Saprast sevi**, veidot izpratni par dažādiem emociju veidiem;
2. **Pārvaldīt sevi**, palīdzēt apgūt skolas uzvedības noteikumus;
3. **Saprast citus**, izpratne par dažādību un tās vajadzību;
4. **Veidot attiecības ar citiem**, sadarboties, risināt konfliktus, meklēt un piedāvāt palīdzību;
5. **Pieņemt atbildīgus lēmumus**, veidot izpratni par dažādām uzvedības sekām.

3. klase

1. **Saprast sevi-apzināties un atpazīt savas emocijas, domas, uzvedību, izprast to cēloņus un saistību**, uzzināt par emociju izpausmēm ķermenī, uzvedībā un domāšanā;

2. **Saprast sevi (2.stunda)**- veidot izpratni par veiksmīgai problēmu risināšanai nepieciešamajām rakstura īpašībām;
3. **Pārvaldīt sevi**, patstāvīgāk kontrolēt savas emocijas, domas un uzvedību dažādās situācijās, motivēt sevi, lai virzītos uz mērķa sasniegšanu;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**- izpratne par pašdisciplīnu un pašmotivāciju
5. **Saprast citus (1.stunda)**, būt iejūtīgiem un empātiskiem apgūt prasmi salīdzināt divu cilvēku fizisko un emocionālo līdzību, atšķirības, lai saprastu, ka vienā un tajā pašā situācijā cilvēki var justies dažādi;
6. **Saprast citus (2.stunda)**- sadarbības nepieciešamība efektīvai mērķu sasniegšanai
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, apgūt paņēmienus sadarbības veidošanai ar vienaudžiem;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, apgūt paņēmienus sadarbības veidošanai ar vienaudžiem;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, izpratne par veiksmīgai problēmu risināšanai nepieciešamajām rakstura īpašībām;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, nostiprināt zināšanas un prasmes problēmu risināšanā.

4. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, apzināties, kā dažādas cilvēka īpašības izpaužas uzvedībā;
2. **Saprast sevi (2.stunda)**, attīstīt spēju apzināties personīgo darbības mērķi un savus ieguvumus, darot kaut ko citu labā;
3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, padziļināt izpratni par rakstura īpašību un dažādu paņēmienu nozīmi problēmsituācijas risināšanā;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**- padziļināt izpratni par konflikta pieaugšanu un tā pārtraukšanas iespējām;
5. **Saprast citus (1.stunda)**, attīstīt prasmes atpazīt emocijas;
6. **Saprast citus (2.stunda)**, attīstīt prasmes atpazīt emocijas un tās atspoguļot;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, apgūt izpratni par konfliktu rašanos un risināšanu;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, mācīties skaidri komunicēt/ pateikt savas vajadzības ES formulējumā;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, apgūt izpratni par pretrunu risināšanu saskaņā ar skolas pozitīvas uzvedības noteikumiem;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, apgūt prasmi pieņemt lēmumu par atbilstošu rīcību problēmsituācijās.

5. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, nostiprināt izpratni par to, ka cilvēks par vienu un to pašu notikumu vienlaicīgi var izjust dažādas emocijas;

2. **Saprast sevi (2.stunda)**, pievērst skolēnu uzmanību pozitīvas pašcieņas nozīmei saskarsmē;
3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, individuālo mērķu apzināšanās saistībā ar mācībām skolā;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**- individuālo mērķu apzināšanās skolas mācību priekšmetos;
5. **Saprast citus (1.stunda)**, nostiprināt izpratni, ka citi cilvēki var justies un domāt atšķirīgi, mācīties pieņemt un cienīt atšķirīgu viedokli;
6. **Saprast citus (2.stunda)**- apzināties, ka dažādiem cilvēkiem ir atšķirīgas vajadzības;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)** mācīties paņēmienus, kā aktīvi neiesaistīties strīdos, lai pārstāvētu savas intereses;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)** pievērst skolēnu uzmanību pozitīvas pašcieņas nozīmei saskarsmē;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, nostiprināt izpratni par pozitīvas uzvedības nozīmi savā dzīvē;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, mācīties saskatīt atbildību un ieguvumus, izprotot noteikumus un atbilstoši no tiem vadot savu uzvedību.

6. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, mācīties atpazīt savas stiprās puses un vingrināt prasmes atbalstīt sevi grūtās situācijās;
2. **Saprast sevi (2.stunda)**, savu īpašību, kas nepieciešamas mērķu sasniegšanai, apzināšanās;
3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, mācīties noteikumus efektīvai emociju pārvaldīšanai;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**, trenēt emociju pārvaldīšanas prasmes;
5. **Saprast citus (1.stunda)**, pieredzes paplašināšana par mērķa sasniegšanai nepieciešamajām īpašībām;
6. **Saprast citus (2.stunda)**, mācīties saredzēt un izprast otra perspektīvu/ situācijas redzējumu;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, mācīties saglabāt pozitīvas attiecības arī tad, ja noraidi otra viedokli;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, radīt izpratni par aizspriedumu ietekmi un savstarpējo attiecību veidošanu;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, padziļināt izpratni par savu atbildību grūtās situācijās;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, radīt izpratni par personīgo atbildību bīstamās situācijās un pārrunāt dažādus paņēmienus, kā rīkoties šādās situācijās.

7. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, pozitīvas attieksmes pret sevi veidošana, nostiprināšana;
2. **Saprast sevi (2.stunda)**, pozitīvas attieksmes pret sevi veidošana, nostiprināšana;

3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, padziļināt skolēnu izpratni par individuālā mērķa izvirzīšanas nozīmi uzvedības motivācijā;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**, pilnveidot prasmes saglabāt uzmanības fokusu uz mērķi un motivēt sevi darbībai
5. **Saprast citus (1.stunda)**, novērojumos attīstīt spēju atpazīt emociju izpausmes;
6. **Saprast citus (2.stunda)**, padziļināt izpratni par emocijām, kas ietekmē mūsu uzvedību;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, attīstīt spēju novērot un atpazīt grupā valdošos uzvedības noteikumus;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, apzināties individuālos ieguvumus, ievērojot pozitīvus grupas noteikumus;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, izzināt lēmumu pieņemšanas procesu un pilnveidot prasmi pieņemt atbildīgus, pārdomātus lēmumus;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, uzlabot prasmi pieņemt personīgi nozīmīgus, atbildīgus lēmumus.

8. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, paplašināt priekšstatu par pozitīva un adekvāta pašvērtējuma uzturēšanu;
2. **Saprast sevi (2.stunda)**, pieredzes paplašināšana par mērķa sasniegšanai nepieciešamo rīcību un īpašībām;
3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, vingrināties vizualizēt savu nākotni, lai apzinātos emociju pārvaldīšanai nepieciešamās īpašības un uzvedību;
4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**, apzināties savas spējas ievērot pašdisciplīnu un trenēt paņēmienus sevis atbalstīšanai;
5. **Saprast citus (1.stunda)**, attīstīt empātiju un trenēt spēju pieņemt otra cilvēka skata punktu uz situāciju;
6. **Saprast citus (2.stunda)**, vingrināt empātiskās klausīšanās prasmes;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, pilnveidot izpratni par komunikācijas veidošanu virtuālajā vidē atbilstoši savām interesēm;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, pilnveidot prasmes atpazīt un novērst riskus virtuālajā vidē;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, pilnveidot lēmumu pieņemšanas prasmes problēmas risinājuma izvēlei;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, pilnveidot lēmuma pieņemšanas prasmes problēmas risinājuma izvēlei.

9. klase

1. **Saprast sevi (1.stunda)**, padziļināt izpratni par saviem uzskatiem atšķirīgu viedokļu situācijā, necenšoties sasniegt vienprātību;
2. **Saprast sevi (2.stunda)**, paplašināt skatījumu uz dažādu situāciju interpretāciju, apzināti uzturot neitrālu personīgo attieksmi;
3. **Pārvaldīt sevi (1.stunda)**, rosināt skolēnus domāt par savas dzīves mērķiem;

4. **Pārvaldīt sevi (2.stunda)**, rosināt skolēnus domāt par sākotnēji nereālu mērķu sasniegšanas iespējām;
5. **Saprast citus (1.stunda)**, nostiprināt prasmi saskatīt vienā situācijā iesaistītu personu dažādus skata punktus un emocijas;
6. **Saprast citus (2.stunda)**, nostiprināt prasmi saskatīt situāciju emocionālo pusi atkarībā no iesaistīto personu perspektīvas;
7. **Veidot attiecības ar citiem (1.stunda)**, atpazīt komunikācijas šķēršļus;
8. **Veidot attiecības ar citiem (2.stunda)**, vingrināt saskarsmes partnera uzklaušanās nepieciešamās iemaņas;
9. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (1.stunda)**, apzināt savas iespējas paaugstināt motivāciju situācijā, ja uzdevums šķiet neinteresants;
10. **Pieņemt atbildīgus lēmumus (2.stunda)**, veidot izpratni par to, kā atbildīgi virzīties uz priekšu savā attīstībā, ja mērķis nav skaidrs.

Iniciatīva „Latvijas skolas soma” ir valsts simtgades dāvana Latvijas bērniem un jauniešiem. Tās mērķis ir, sākot ar 2018. gada septembri, nodrošināt katram mūsu valsts skolēnam iespēju vismaz vienu reizi mācību semestra laikā apmeklēt norises, kas saistītas ar mācību un audzināšanas darbu saturu un dod iespēju klātienē iepazīt Latviju mākslas un kultūras norisēs (skatuves mākslā, mūzikā, vizuālajā mākslā, literatūrā, dejā, arhitektūrā, dizainā un kino), tai skaitā izzināt Latvijas valstiskuma attīstības un saglabāšanas liecības, Latvijas kultūrainavu, kultūras vērtības un laikmetīgās izpausmes, vēsturisko mantojumu un radošās industriju. Viena no iniciatīvas „Latvijas skolas soma” darba metodes un formas ir skolēnu mācību ekskursijas, kas ietver kompleksu (starpdisciplināru) pieeju saturiskajos jautājumos un izmantotajos izpausmes līdzekļos. Šīs mācību ekskursijas iedalāmas divos darbības posmos: “pirms” un “pēc” darbības. Tas nozīmē, ka klases skolotājam un mācību priekšmetu skolotājiem jā sagatavo skolēni paredzētajai mācību ekskursijai un pēc tās jāveic refleksija- atgriezeniskās saite par redzēto ekskursijas laikā. Realizējot “Latvijas skolas somas” projektu, jāievēro sasaistes princips ar mācību priekšmetu jomām.

Klases- internāta skolotājs izstrādā savai audzināmajai klasei, internāta grupai audzināšanas darba tematisko plānu klases stundām, ievērojot Audzināšanas darba programmu un skolas plānotos pasākumus. Audzināšanas darba tematiskais plāns atrodas pie skolotāja.

Audzināšanas darba tematiskais plāns visām klasēm ir vienotā formātā un sastāv no sešām daļām (skatīt 1.pielikumu):

1. Sevis izzināšana un pilnveidošana;
2. Es ģimenē, klasē un skolā;
3. Sabiedriskā līdzdalība;
4. Karjeras izvēle;
5. Veselība un vide;
6. Drošība.

Audzināšanas darbs ir cieši saistīts ar pašaudzināšanu (pašizziņu un pašpilnveidi). Audzināšanas darbs ir nepārtraukts process- tas nesākas un nebeidzas ar klases stundu. Audzināšana tiek īstenota (2016.gada 15.jūlija MK noteikumu Nr.480 astotais punkts):

1. mācību stundās, klases vai grupas audzinātāja stundā, ārpusstundu nodarbībās, starpbrīžos, interešu izglītības programmās, dažādos izglītības iestādes organizētajos pasākumos un projektos (izglītības iestādē un ārpus tās), ikdienas sadzīves situācijās;
2. pedagogiem sadarbojoties ar izglītojamā vecākiem (personām, kas īsteno aizgādību) un izglītojamā ģimeni;
3. pedagoģiskajā sadarbībā, izglītojamo un pedagogu, atbalsta personāla un citu izglītības iestādē nodarbināto personu mijattiecībās

Audzināšanas mērķis:

1. nodrošināt iespēju katram izglītojamam kļūt par krietnu cilvēku, tikumisku, rīcībspējīgu un atbildīgu personību sabiedrībā,
2. veicināt izglītojamā izpratni par vērtībām un tikumiem, sekmējot to iedzīvināšanu,
3. bagātināt kultūrvēsturisko pieredzi,
4. stiprināt piederību un lojalitāti Latvijas valstij un Latvijas Republikas Satversmei;

Audzināšanas uzdevumi:

1. veicināt izglītojamo spēju brīvi un patstāvīgi domāt, attīstot kritisko domāšanu, veicināt izglītojamo morālo spriestspēju un sekmējot atbildīgu rīcību;
2. veicināt izglītojamo sevis apzināšanos, pašizziņu, gribas audzināšanu, pašpilnveidi un pozitīvu pašvērtējumu, pašaudzināšanu mūža garumā;
3. veicināt izglītojamo brīvību kā iespēju īstenot savus centienus un mērķus, neierobežojot citu personu pamattiesības, tajā skaitā brīvību;
4. veicināt izglītojamo pašdisciplīnu, izpratni par pienākumiem un tiesībām un sekmēt to ievērošanu;
5. veicināt izglītojamo cieņu pret dzīvību, sevi un citiem, veselību veicinošu un drošu paradumu izkopšanu;
6. veicināt izglītojamo orientāciju uz ģimeni, laulību, paudžu vienotības apzināšanos vērtību saglabāšanā, tautas ataudzē un valsts attīstībā;
7. veicināt izglītojamo piederību Latvijas, Eiropas un pasaules kultūrtelpai, izpratni par vispārcilvēciskajām un kristīgajām vērtībām, latvisko dzīvesziņu, kultūras mantojumu, tradīcijām un to saglabāšanu, līdzdalību kultūras mantojuma un tradīciju pārnēsē un latviskās kultūrtelpas attīstībā mūsdienās;
8. veicināt izglītojamo mērķtiecīgu attieksmi pret darbu kā personības pašrealizācijas un eksistences līdzekļu iegūšanas veidu un labklājības avotu;
9. veicināt izglītojamo nacionālās identitātes un valstiskuma apziņu, lojalitāti Latvijas valstij, Satversmei un patriotismu;
10. veicināt izglītojamo sadarbību izglītošanās procesā un ārpus tā, pilsonisko līdzdalību demokrātiskas sabiedrības nostiprināšanā;

11. veicināt izglītojamo atbildību par dabas un apkārtējās vides aizsardzību un ilgtspēju,
12. mācīt un nostiprināt internātā dzīvojošiem skolēniem sociālās iemaņas, ko ikdienā apgūt ģimenēs dzīvojošie skolēni,
13. attīstīt valodas prasmes skolēniem ar dzirdes traucējumiem.

Audzināšanas mērķi un uzdevumi izvirzīti pēc 2016.gada 15.jūlija MK noteikumu Nr.480 piekto un sesto punktu un skolas iekšējās kārtības noteikumiem.

Klases skolotājs- internāta skolotājs pilnveido savu profesionālo kompetenci audzināšanas jautājumos ne mazāk kā sešu stundu apjomā triju gadu laikā pedagoga vispārējo kompetenču modulī (11.4. punkts, 15.07.2016., MK noteikumi Nr.480)

Klases skolotājs- internāta skolotājs sadarbojas ar skolas administrāciju, mācību priekšmetu skolotājiem, atbalsta personālu un izglītojamo vecākiem.

Klases skolotājs- internāta skolotājs veic skolēna pedagoģisko izpēti, nepieciešamības gadījumos konsultējas ar atbalsta personālu.

Klases skolotājs- internāta skolotājs regulāri veic ierakstus e- klases žurnālā, kā arī ieraksta visas individuālās sarunas vai ziņojumus ar izglītojamā vecākiem.

Klases skolotājs- internāta skolotājs organizē, piedalās klases un skolas vecāku sapulcēs. Atbild, lai visas klases vecāku sapulces tiktu protokolētas.

Klases skolotājs- internāta skolotājs apkopo mācību stundu kavējumus, noskaidro to rašanās cēloņus, informē ar izglītojamā vecākus par neattaisnoti kavētajām mācību stundām.

Audzināšanas plāna temati

1. Sevis izzināšana un pilnveidošana

Skolēnu personības pilnveidošanā nepieciešams pievērst uzmanību viņu individualitātes fiziskās, psihiskās un sociālās attīstības līdzsvarotībai, atbildībai par savu rīcību, pozitīva, adekvāta paštēla un pašvērtējuma veidošanai. Šie audzināšanas aspekti veicina ikviena cilvēka iekšējo harmoniju un pozitīvu pašizjūtu, īpaši jau 21.gadsimta sabiedrībā, kas balstīta uz spēju vispusīgi pilnveidoties, iejusties jaunos apstākļos, pieņemt sev labvēlīgus izaicinājumus un izprast konkurences būtību. Ir svarīgi jautājumi, uz kuriem skolēni vēlas saņemt atbildes: “Kas es esmu?”- skolēns vērtē sevi un vidi, apzinās vērtības, tā veidojot savu individualitāti. Skolēns apzinās sevi kā pasaules daļu, uztver sevi kultūras vidē,

iemācās izprast un pieņemt sabiedrībā pastāvošās vērtības un kļūst par kultūras cilvēku. “Kas man jādara?”- skolēns apzinās savu rīcību un spēj par to atbildēt.

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

Uzdevumi:

1. Izprast pašam sevi, apzināties savas attieksmes un rīcību;
2. Iegūt pieredzi, kā veidot pašam savu dzīvi, attiecības ar sevi un citiem;
3. Attīstīt pašapziņu;
4. Domāt un rīkoties patstāvīgi, uzņemoties atbildību par savu rīcību.

1.- 4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	<p>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.</p>	<p><u>Sociālās zinības:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vērtē savu un citu rīcību, raksturojot to kā labu vai sliktu, un pamato savu vērtējumu. • Prot pastāstīt par savām izjūtām situācijās, kad saņēmis mīlestību, rūpes, piedošanu un kad to sniedzis.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	<ul style="list-style-type: none"> • Saprot, ka ir interesanti kaut ko jaunu uzzināt un mācīšanās sagādā prieku. Apzinās savas spējas un prasmes, kas ļauj sasniegt nodomāto. 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās un ar piemēriem ilustrē to, ka cilvēka ētisko rīcību var noteikt prāts, jūtas un gribasspēks. • Prot izvēlēties pieklājīgu uzvedību konkrētā situācijā. <p>9 Nr. Stundu temati Plānotais sasniedzamais rezultāts Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem</p> <p><u>Ētika</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mācās attīstīt savas morālās jūtas. • Mācās attīstīt savu sirdsapziņu un

			<p>dzīvot saskaņā ar to.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ir iecietīgs, labvēlīgs un līdzjūtīgs pret cilvēku un dzīvo radību.
3.	Savstarpējās attiecības	<ul style="list-style-type: none"> • Mācās analizēt un saprast savstarpējās attiecības, uz klausīt 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. 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Novērtē dalīšanās prieku (prot dalīties ar citiem). • Saprot, ka katrai rīcībai ir sekas. <p><u>Ētika</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās tikumiskas saskarsmes vērtību. • Zina pieklājīgas uzvedības normas. • Prot ievērot saskarsmes normas. • Ir motivēts izvēlēties pieklājīgas uzvedības normas mājās, skolā, uz ielas, sabiedrībā
4.	Konfliktu risināšana	<ul style="list-style-type: none"> • Apzinās konflikta esamību, konflikta situācijas un mācās tās izprast. • Mācās uz klausīt atšķirīgu viedokli konfliktā un vērtēt savu attieksmi pret to un radušās emocijas 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās īpašības, kas veicina labvēlīgu saskarsmi <p><u>Ētika</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Mācās veidot pozitīvas, jēgpilnas attiecības
5.	Ētiskās vērtības	<ul style="list-style-type: none"> • Prot novērtēt savstarpēju palīdzību un pateikties. • Mācās saskatīt un novērtēt labo ikvienā • Mācās izprast un ikdienā ievērot taisnīgumu, godīgumu un veidot darba tikumu 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot palīdzības nozīmi, ir izpalīdzīgs. • Attīsta pozitīvu pieeju dzīvei (optimismu). • Prot nosaukt un pamatot sev nozīmīgas tikumiskās īpašības. <p><u>Ētika</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Zina tikumiskās pamatvērtības (labais, dzīvība) un tikumus. • Zina un pazīst tikumu un morāles darbību ģimenē, klasē, skolā. • Ir motivēts rīkoties saskaņā ar tikumiskajām vērtībām. • Mācās saprast saistību starp tikumiskas rīcības

			<p>mērķi, rīcību un ideāliem.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Attīsta pozitīvu attieksmi pret dzīvi. • Zina objektīvi nozīmīgās tikumiskās īpašības (labestība, godīgums, patiesums, līdzjūtība, taisnīgums).
--	--	--	--

5.- 7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās dzīves mērķa nozīmību un prot pastāstīt par savu dzīves mērķi citiem. • Spēj iejusties citu cilvēku situācijā un apzinās, ka cita cilvēka rīcību nosaka viņu vērtības, uzskati, pārliecība. • Izmantojot savu pieredzi un mākslas tēlus, prot izskaidrot solidaritātes un izpalīdzības nozīmi cilvēku attiecībās.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	<p>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.</p>	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Novērtē ģimeni, mājas, dzimteni kā nozīmīgas vērtības savā un citu cilvēku dzīvē. • Prot raksturot dažādas emocijas un izprot savas iespējas ietekmēt citu cilvēku emocijas.
3.	Savstarpējās attiecības	<ul style="list-style-type: none"> • 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 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ir draudzīgs, ieinteresēts un atsaucīgs attieksmē pret visiem grupas biedriem. • Prot ar toleranci izturēties pret atšķirīgām vērtībām, uzskatiem, pārliecību.

4.	Konfliktu risināšana	Izprot konflikta cēloņus, novērtē savu lomu un rīcību konfliktā. <ul style="list-style-type: none"> Mācās mierīgi un toleranti paust savu viedokli konfliktā un meklēt kopīgu risinājumu 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> Izprot nesaskaņu cēloņus. Novērtē pieklājīgas uzvedības nozīmi sadarbības veicināšanā.
5.	Ētiskās vērtības	<ul style="list-style-type: none"> Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus. Izprot un ikdienā ievēro taisnīgumu, godīgumu un darba tikuma nepieciešamību 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> Izprot saikni starp rīcību un sekām, pauž savu tikumisko izvēli. Prot paskaidrot, balstoties uz personisko pieredzi, kas ir ētiskais ideāls, kāda rīcība ir tikumiska un kāda netikumiska (iekšējie, ārējie faktori), kas ir sirdsapziņa..

8.- 9. klase, profesionālā klase:

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Sevis apzināšanās jeb pašidentitāte	<ul style="list-style-type: none"> 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> Pazīst un raksturo iekšējās un ārējās kontroles mehānismus, kuri nosaka cilvēka rīcību un attiecības. Izprot dažādu emociju un stresa cēloņus; zina, kā pārvarēt negatīvas emocijas un stresu, kā rīkoties psiholoģiskas krīzes gadījumos. Pārvalda savas emocijas saskarsmē un sadarbībā. Raksturo cilvēka iekšējo pasauli kā sirdsapziņas, prāta un jūtu kopumu. Zina par garīgās pilnveidošanās dažādiem ceļiem.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre	Apzināti savu darbību virza mērķu sasniegšanai..	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> Izvēles situācijā, balstoties uz ekonomiskiem apsvērumiem un ievērojot godīguma, taisnīguma un cilvēkmīlestības principus,

			izvērtē vairākas alternatīvas, prognozē pieņemtā lēmuma īstenošanas sekas un pieņem lēmumu darbībai. <ul style="list-style-type: none"> • Prot prognozēt savas rīcības sekas, balstoties uz cēloņu un seku mījsakarību izpratni.
3.	Savstarpējās attiecības	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Spēj izvērtēt savu rīcību, izmantojot ētisku argumentāciju, ja nepieciešams, atzīt savas kļūdas un aizspriedumus un mainīties. • Respektē cilvēka dzīvības vērtību. • Izprot pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanas principus.
4.	Konfliktu risināšana	<ul style="list-style-type: none"> • Prot analizēt konflikta situācijas un toleranti izvērtēt pretējās puses viedokli. • Spēj piedāvāt konflikta risināšanas ceļu, saskaņojot abu konfliktējošo pušu viedokļus. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ir iecietīgs pret atšķirīgo. • Pauž savu viedokli vai piedāvā problēmas risinājumu un uzklausa citu viedokli kopīgo mācību un sociālo mērķu sasniegšanai. • Prot saskaņot savas un citu vajadzības, meklējot problēmu risinājumus. • Zina par konfliktu veidiem un prot piedāvāt savu konflikta risināšanas ceļu
5.	Ētiskās vērtības	<ul style="list-style-type: none"> • Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus, apzināti rīkojas to sasniegšanai. • Apzinās savas vērtības vispārcilvēcisko vērtību kontekstā (LR Satversmes preambula) 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Pauž savu tikumisko izvēli, to pamatojot. • Prot pastāstīt par pastāvīgo ētisko vērtību pasaulē un raksturot universālās ētiskās vērtības. • Prot paskaidrot, kas ir gribas brīvība un kā personisko izvēli ietekmē personiski pieņemtās ētiskās vērtības.

2. Es ģimenē, klasē un skolā

Prasme veidot piederības izjūtu ģimenei, skolai, sabiedrībai, iejūtību pret otru cilvēku, savstarpēju cieņu, morāles normu ievērošanu, atbildību un vēlēšanos dot savu ieguldījumu klases un skolas dzīvē. Tie ir pirmie soļi ceļā uz valstiskās piederības izjūtas veidošanu. Svarīgi gan ģimenē, gan skolā un sabiedrībā kopumā veicināt nacionālo pašapziņu, interesi par savas ģimenes, dzimtas, pilsētas, novada, valsts vēsturi un kultūras mantojumu.

Veicināt piederību Latvijas, Eiropas un pasaules kultūrtelpai, izpratni par vispārcilvēciskajām un kristīgajām vērtībām, latvisko dzīvesziņu, kultūras mantojumu, tradīcijām un to saglabāšanu, līdzdalību kultūras mantojuma un tradīciju pārnēsē un latviskās kultūrtelpas attīstībā mūsdienās, nacionālās identitātes un valstiskuma apziņu, lojalitāti Latvijas valstij, Satversmei un patriotismu, sadarbību izglītošanās procesā un ārpus tā, pilsonisko līdzdalību demokrātiskas sabiedrības nostiprināšanā, atbildību par dabas un apkārtējās vides aizsardzību. (15.07.2016.MK noteikumi Nr.480).

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:

1. Veidot pozitīvas attiecības starp ģimenes locekļiem, klases un skolasbiedriem;
2. Attīstīt iniciatīvu, prasmi uzņemties pienākumus un būt atbildīgam par to izpildi;
3. Apgūt prasmes sadarboties ar vienaudžiem un dažādu paaudžu cilvēkiem;
4. Izprast un respektēt citu cilvēku atšķirības un vajadzības;
5. Stiprināt patriotismu, lojalitāti un piederību skolai, novadam, pilsētai, valstij.
6. Stiprināt izglītojamā valstiskuma apziņu;
7. Veicināt pilsonisko līdzdalību, patriotismu, lojalitāti valsts svētkos, latviešu tautas tradicionālo svētku svinēšanā, atceres un atzīmējamo dienu ievērošanā;
8. Veicināt izpratni par Latvijas vēsturi, valsts rašanos, valstiskuma atjaunošanu;
9. Veicināt lepnumu par Latvijas valsti, tās cilvēkiem;
10. Veicināt piederību savai skolai, novadam, pilsētai.

1.- 4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Ģimene un dzimta	<ul style="list-style-type: none">• Izprot radniecības pakāpes un rūpējas par ģimenes locekļiem.• Apzinās atbildību un pienākumus ģimenē.	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none">• Zina skolēna tiesības un pienākumus un skolas iekšējās kārtības noteikumus.

			<ul style="list-style-type: none"> • Prot pastāstīt par ģimenes, dzimtās vietas nozīmi savā dzīvē un valstī. <u>Ētika</u> <ul style="list-style-type: none"> • Sāk apzināt pienākumu kā vērtību
2.	Piederība novadam/ pilsētai	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Prot pastāstīt par Latvijas galvaspilsētu, sava novada centru, savu pilsētu vai pagastu. <u>Dabaszinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Prot atšķirt pilsētā (ciematā) dabas objektus un cilvēka radītus objektus.
3.	Valstiskā indentitāte	<ul style="list-style-type: none"> • 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). 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Pazīst sava novada/pilsētas un Latvijas simbolus. • Pazīst Latvijas simbolus, zina to lietojumu, zina valsts svētkus un to atzīmēšanas tradīcijas. <u>Dabaszinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Parāda Latviju kartē un raksturo tās atrašanās vietu. <u>Mūzika</u> <ul style="list-style-type: none"> • Dzied no galvas Latvijas Valsts himnu
4.	Nacionālā indentitāte	<ul style="list-style-type: none"> • Zina savas tautas un latviešu tautas tradīcijas un saulgriežu svinamos svētkus. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Iepazīst latviešu tautas tradīcijas un folkloru, kā arī citu tautu tradīcijas, salīdzina tās, meklējot kopīgo un atšķirīgo. <u>Latviešu valoda</u> <ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par latviešu tautas garīgās kultūras vērtībām
5.	Multikulturālā vide	<ul style="list-style-type: none"> • Apzinās, ka Latvijā dzīvo dažādas etniskās piederības cilvēki. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Zina, ka cilvēki ir dažādi, un ar piemēriem no savas pieredzes prot to ilustrēt. • Mācās salīdzināt, kas ir kopīgs un kas atšķirīgs dažādiem cilvēkiem. <u>Ētika</u> <ul style="list-style-type: none"> • Pieņem otra cilvēka citādību.

5.-7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Ģimene un dzimta	<ul style="list-style-type: none">• Veido savas dzimtas koku.• Apzinās ģimeni kā vērtību. Ir informēti par dažādiem ģimenes attiecību modeļiem. Prot pastāstīt par tradīcijām ģimenē.	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none">• Zina, ka ir dažādas ģimenes, un apzinās ģimenes vērtību.• Novērtē ģimeni, mājas kā nozīmīgas vērtības savā un citu cilvēku dzīvē. <u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none">• Izprot, ka paša un ģimenes vēsture ir saistīta ar Latvijas vēsturi un tās notikumiem.• Ir pieredze veidot dzimtas koku
2.	Piederība novadam/ pilsētai	<ul style="list-style-type: none">• 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.	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none">• Prot pastāstīt par Latvijas kultūrvēsturiskajiem novadiem. <u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none">• Zina savas tuvākās apkārtnes nozīmīgākos vēstures notikumus.
3.	Valstiskā indentitāte	<ul style="list-style-type: none">• 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 cīņtāju lomu Latvijas neatkarības radīšanā, atjaunošanā un nostiprināšanā.	<u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none">• Atpazīst Latvijas ievērojamākās vēsturiskās personas.• Raksturo Latvijas valsts simbolus (karogs, himna, ģerbonis).• Saskata Latvijas valsts svētku un atceres dienu vēsturisko nozīmi
4.	Nacionālā indentitāte	<ul style="list-style-type: none">• Zina latviešu tautas kultūras mantojuma galvenās bagātības un simbolus (Dziesmu un deju svētku tradīcija, Dainu skapis, Gaismas pils u.c.).	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none">• Zina nozīmīgākās kultūras jomas (sadzīve, nodarbošanās veids, izglītība, reliģija, māksla,

		<ul style="list-style-type: none"> • Iesaistās kultūras vērtību apzināšanā, apgūšanā un saglabāšanā. 	<p>literatūra, folklorā, etnogrāfija).</p> <p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ir motivēts izzināt tuvākās apkārtnes vēstures pieminekļu izcelsmi un vēsturi. • Saskata Latvijas valsts simbolu saistību ar notikumiem Latvijas vēsturē. <u>Literatūra</u> • Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības.
5.	Multikulturālā vide	<ul style="list-style-type: none"> • Apzinās savu nacionālo identitāti un citu tautību cilvēku esamību Latvijā. • Izprot un respektē kopīgo un atšķirīgo dažādu tautu tradīcijās. 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prot salīdzināt un saskatīt dažādu tautu kopīgās un atšķirīgās iezīmes, to izpausmes paražās un tradīcijās. • Zina nozīmīgākās kultūras jomas (sadzīve, nodarbošanās veidi, izglītība, reliģija, māksla, literatūra, folklorā, etnogrāfija), kas raksturo katru tautu. <p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot, kā Latvijas vēstures notikumi ir ietekmējuši sabiedrības attīstību, kā veidojusies paša dzīve. • Saskata dažādu kultūru mijiedarbību tuvākajā apkārtņē. • Izprot, ka Latvijas vēsture ir dažādu tautu un kultūru mijiedarbības rezultāts.

8.- 9. klase, profesionālā klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Ģimene un dzimta	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot attiecību veidošanu ģimenē. • Apzinās ģimenes un tuvinieku atbalsta nozīmīgumu 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanas principus.

		un savu lomu ģimenē.	<ul style="list-style-type: none"> • Raksturo savas ģimenes ētiskās vērtības un novērtē ģimenes ieguldījumu savas personības veidošanā.
2.	Piederība novadam/ pilsētai	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pilsētu. • Ir iepazinies ar skolas muzeja kultūrvēsturiskām bagātībām, prot tās izmantot. 	<u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none"> • Saskata kultūrvēsturisko objektu nozīmi vēstures apgūvē. <u>Latviešu valoda un literatūra</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības. <u>Mūzika</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu mūzikas kultūrvēsturiskās tradīcijas.
3.	Valstiskā indentitāte	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Zina un praksē izmanto pilsoniskās līdzdalības iespējas skolas, pašvaldības un valsts mēroga norisēs. • Sadarbojas ar citiem, piedaloties vietējai sabiedrībai nozīmīgos projektos. • Zina Latvijas valsts simbolus. Literatūra • Ir priekšstats par saulgriežiem un gadskārtām latviešu tautas tradīcijās. <u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot vēsturiskos apstākļus un procesus, kuru rezultātā radās apstākļi Latvijas valsts dibināšanai, t.sk. latviešu strēlniekus kā Latvijas tautas vēstures vērtību, Latvijas valsts veidošanās un Brīvības cīņu nozīmīgumu un savstarpējo saistību ar Eiropas un pasaules vēstures notikumiem.
4.	Nacionālā indentitāte	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot un ar cieņu izturas pret nacionālās kultūras vērtībām. Ir vēlme tās saglabāt un popularizēt. 	<u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu tautas veidošanās priekšnosacījums un apstākļus. • Argumentē, kāpēc ir svarīgi saglabāt, kopt un

			aizsargāt kultūrvēsturiskos pieminekļus
5.	Multikulturālā vide	<ul style="list-style-type: none"> • 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) 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prot pastāstīt par pastāvīgajām ētiskajām vērtībām pasaulē un raksturot universālās ētiskās vērtības: labestību, godīgumu, taisnīgumu, iecietību, līdzietību, uzticību, brīvību un pietāti pret dzīvību, patiesumu, draudzību, mīlestību, solidaritāti, cieņu. • Ir iecietīgi pret atšķirīgo (izņemot gadījumus, ja tiek aizskarta personības un sabiedrības drošība). Izprot, ka cilvēkiem ir dažāda reliģiskā, politiskā un cita pārlicība. • Ir tolerants pret mazākuma viedokli. • Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi demokrātiskā sabiedrībā un paskaidro, uz kādām vērtībām tā balstīta. <p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ar toleranci uzklaua atšķirīgus argumentētus vēstures skaidrojumus.

3. Sabiedriskā līdzdalība

Pilsoniskā līdzdalība ir sabiedrības indivīda motivēta iesaistīšanās pieejamo resursu ietvaros politiskajās, sociālekonomiskajās un kultūras procesos vietējā, reģionālajā, nacionālā un starptautiskā līmenī, lai demokrātiskā veidā mērķtiecīgi risinātu kopīgus sabiedrībā pastāvošus izaicinājumus, ietekmētu sabiedrisko kārtību, uzlabotu dzīves kvalitāti, tādējādi apmierinot savas vajadzības un pašrealizējot savu pilsonisko pozīciju.

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:

1. Apgūt prasmes iesaistīties daudzveidīgā sabiedriskajā darbībā un veidot priekšstatus par pilsoniskās līdzdalības iespējām;
2. Veidot izpratni par savām un citu tiesībām un pienākumiem un to ievērošanu;
3. Analizēt savu pieredzi un attīstīt kritisko spriestspēju par sabiedriskajiem procesiem, veidot tolerantu attieksmi pret citādo sev līdzās;
4. Attīstīt prasmes, atbildību un pilnveidot kompetences ilgtspējīgas attīstības jautājumos.

1.- 4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Tiesības un pienākumi	Zina savas pamattiesības un pamatpienākumus ģimenē un skolā	<u>Sociālās zinības</u> Zina skolēna tiesības un pienākumus, kas jāveic ikdienā (ģimenē, skolā)..
2.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot atbildības jēdzienu. • Prot formulēt un paust savu viedokli. • Ir gatavs uz klausīt citu domas. • Izprot izpalīdzības nozīmi..
3.	Ilgspējīga attīstība	<p>Izvērtē atšķirību starp vēlmēm un vajadzībām.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Izvērtē cilvēku rīcības ietekmi uz vidi. • Rūpējas par vides sakopšanu tuvākajā apkārtnē. • Izvērtē resursu patēriņu un iespējas tos taupīt (piemēram, pārtika, ūdens, elektrība). 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās savu saistību ar vidi un atbildību par to. • Atšķir veselībai un videi draudzīgu un nedraudzīgu rīcību. • Apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā. • Prot atšķirt vēlmes no vajadzībām. <u>Dabaszinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Apzinās cilvēka saimnieciskās darbības izraisītās pārmaiņas dabā. • Cenšas taupīgi izmantot ūdeni un citus dabas resursus. <u>Mājturība un tehnoloģijas</u>

			<ul style="list-style-type: none"> • Izprot mājās izmantojamo resursu taupīšanas nepieciešamību, saprot, ka pārtikas produkti jālieto ekonomiski.
--	--	--	--

5.- 7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Tiesības un pienākumi	<ul style="list-style-type: none"> • Zina, kādi dokumenti nosaka cilvēka tiesības un pienākumus. • Izprot un ievēro pienākumu un tiesību vienotību. 	<u>Sociālās zinības</u> Izprot saistību starp tiesībām, pienākumiem un atbildību..
2.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> Izprot līdzdalības nozīmi skolas pašpārvaldes darbībā, lai uzlabotu skolas vidi. <ul style="list-style-type: none"> • Atzīst un respektē tiesības uz atšķirīgiem uzskatiem. • Novērtē sadarbības priekšrocības. • Prot argumentēt savu viedokli. • Apzinās labdarības nozīmīgumu..
3.	Ilgtspējīga attīstība	<ul style="list-style-type: none"> • 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 mājtsaimniecībā izmantojamo resursu patēriņu, sagatavo priekšlikumus resursu ilgtspējīgam patēriņam. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Zina veselīga uztura pamatprincipus. • Izprot cilvēku, institūciju un valstu sadarbības nozīmi tīras vides uzturēšanā. • Atšķir cilvēka galvenās ekonomiskās vajadzības un sociālās vajadzības. • Zina, ka ražošanas resursi ir ierobežoti. <u>Mājturība un tehnoloģijas</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot ekonomiskas saimniekošanas nozīmi cilvēka dzīves kvalitātes uzlabošanā un vides

			<p>saudzēšanā.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Zina, ka sadzīves atkritumu pārstrāde un sadzīves ķīmisko līdzekļu saprātīga lietošana saudzē vidi. • Saskata likumsakarības starp galvenajiem mājsaimniecībā izmantojamajiem resursiem un to taupīšanas nepieciešamību.
--	--	--	--

8.- 9. klase, profesionālā klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Demokrātijas būtība un nozīme	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot attiecību veidošanu ģimenē. • Apzinās ģimenes un tuvinieku atbalsta nozīmīgumu un savu lomu ģimenē. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanas principus. • Raksturo savas ģimenes ētiskās vērtības un novērtē ģimenes ieguldījumu savas personības veidošanā.
2.	Tiesības un pienākumi	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pilsētu. • Ir iepazinies ar skolas muzeja kultūrvēsturiskām bagātībām, prot tās izmantot. 	<u>Latvijas vēsture</u> <ul style="list-style-type: none"> • Saskata kultūrvēsturisko objektu nozīmi vēstures apgūvē. <u>Latviešu valoda un literatūra</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības. <u>Mūzika</u> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu mūzikas kultūrvēsturiskās tradīcijas.
3.	Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	<ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<u>Sociālās zinības</u> <ul style="list-style-type: none"> • Zina un praksē izmanto pilsoniskās līdzdalības iespējas skolas, pašvaldības un valsts mēroga norisēs. • Sadarbojas ar citiem, piedaloties vietējai sabiedrībai nozīmīgos projektos. • Zina Latvijas valsts simbolus. Literatūra

		<ul style="list-style-type: none"> • Apzinās Brīvības cīņu nozīmīgumu dažādos vēstures posmos, prot godināt kritušos cīnītājus un viņu piemiņu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ir priekšstats par saulgriežiem un gadskārtām latviešu tautas tradīcijās. <p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot vēsturiskos apstākļus un procesus, kuru rezultātā radās apstākļi Latvijas valsts dibināšanai, t.sk. latviešu strēlniekus kā Latvijas tautas vēstures vērtību, Latvijas valsts veidošanās un Brīvības cīņu nozīmīgumu un savstarpējo saistību ar Eiropas un pasaules vēstures notikumiem.
4.	Brīvprātīgais darbs	<ul style="list-style-type: none"> • Izprot un ar cieņu izturas pret nacionālās kultūras vērtībām. Ir vēlme tās saglabāt un popularizēt. 	<p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Izprot latviešu tautas veidošanās priekšnosacījums un apstākļus. • Argumentē, kāpēc ir svarīgi saglabāt, kopt un aizsargāt kultūrvēsturiskos pieminekļus
5.	Ilgspējīga attīstība	<ul style="list-style-type: none"> • 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) 	<p><u>Sociālās zinības</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Prot pastāstīt par pastāvīgajām ētiskajām vērtībām pasaulē un raksturot universālās ētiskās vērtības: labestību, godīgumu, taisnīgumu, iecietību, līdzietību, uzticību, brīvību un pietāti pret dzīvību, patiesumu, draudzību, mīlestību, solidaritāti, cieņu. • Ir iecietīgi pret atšķirīgo (izņemot gadījumus, ja tiek aizskarta personības un sabiedrības drošība). Izprot, ka cilvēkiem ir dažāda reliģiskā, politiskā un cita pārlicība. • Ir tolerants pret mazākuma viedokli. • Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi demokrātiskā sabiedrībā un

			<p>paskaidro, uz kādām vērtībām tā balstīta.</p> <p><u>Latvijas vēsture</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • Ar toleranci uzklausa atšķirīgus argumentētus vēstures skaidrojumus.
--	--	--	--

4. Karjeras izvēle

Karjeras izvēle- iespēju izvēle, lai noteiktu un saskaņotu skolēna individuālos mērķus ar darba tirgus vajadzībām.

Karjeras izvēle ir atkarīga no indivīda personības īpašībām, interesēm, iespējām, iegūtās izglītības un sociāli ekonomiskās vides.

Karjeras izvēlei jāpalīdz skolēniem izprast un izziņāt savas intereses un spējas, kā arī darba tirgus tendences un prasības, apgūt un attīstīt karjeras vadības prasmes.

Svarīgi, lai skolēni pēc iespējas agrāk saņemtu informāciju un padomus, kas dotu viņiem iespēju pamatoti izveidot sev svarīgus nākotnes plānus.

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

Uzdevumi:

1. Apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā;
2. Veidot prasmi salīdzināt un samērot personiskos sasniegumus un īpašības ar tiem nosacījumiem, kas nepieciešami tālākai izglītības turpināšanai un savas karjeras veidošanai;
3. Attīstīt prasmes, kas nepieciešamas savas karjeras attīstības plānošanā, lai sekmīgi konkurētu darba tirgū.

1.- 4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	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.
2.	Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija.	Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.
3.	Dienas režīms	Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.
4.	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.
5.	Karjeras vīzija	Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.

5.- 7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi. Sadarbības prasmes.	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas. Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi	Mācās dokumentēt savus sasniegumus. Apzinās zināšanu nozīmi nākotnē, spēj sevi motivēt mācību darbam un cenšas sasniegt savām spējām atbilstošus rezultātus.
5.	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 lomus sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētīt profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.

8.- 9. klase, profesionālā klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Vajadzības, vēlmes un spējas. Pašvērtējums	Ir objektīvi izvērtējis, pārzina savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības. Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā. Novērtē savu sasniegumu rezultātus.
2.	Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	Saprot, kā skolā, ārpuskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.

3.	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.
4.	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.
5.	Individuālā karjeras plāna Izveide	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus.

5. Veselība un vide

Viens no efektīvākiem veidiem, kā pasargāt savu veselību un nenodarīt kaitējumu apkārtējai videi, apzinoties savas rīcības riskus un sekas, ir zināšanas. Skola līdztekus ģimenei un sabiedrībai ir atbildīga par skolēna veselību. Skolai ir jāiesaistās veselības veicināšanas un primārās profilakses darbā. Primārās profilakses mērķis ir cilvēka rakstura, gribas, attieksmes un dzīves prasmju veidošana, lai kritiskā dzīves situācijā viņš spētu izdarīt izvēli par labu veselībai, būtu gatavs risināt problēmas un pieņemt atbildīgus lēmumus. Nozīmīgi ir preventīvie pasākumi dažādu atkarību (smēķēšana, alkohola un narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu lietošana, datoratkarība u.c.) profilaksei. Bērnam un jauniešiem ir nepieciešams izprast pārmaiņas, kas notiek ar viņu, mainoties vecumam, un ievērot nosacījumus, kas ir veselīga dzīvesveida pamatā (uzturs, fiziskās aktivitātes, pozitīvas emocijas un attieksmes u.c.).

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

Uzdevumi:

1. Apgūt iemaņas un prasmes, kas palīdzētu pieņemt atbildīgus lēmumus savai fiziskai, psihiskai un sociālai attīstībai;
2. 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.);
3. Veidot pozitīvu attieksmi pret apkārtējo vidi.

1.- 4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	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
2.	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..
3.	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.
4.	Fiziskās aktivitātes kā veselības pamats	Apzinās fizisko aktivitāšu nozīmi veselības saglabāšanā. Veidojas motivēta nepieciešamība piedalīties dažādās fiziskajās nodarbībās skolā un ārpus skolas.
5.	Veselīga vide	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.
6.	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.

5.- 7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	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.
2.	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..
3.	Ārējās vides ietekme uz cilvēka veselību	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	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.

8.- 9. klase, profesionālā klase

Nr.p.k.	Stundu temati	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	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.

<p>2.</p>	<p>Ar dzimuma piederību saistītās rakstura, uzvedības iezīmes. Seksualitāte kā neatņemama personības sastāvdaļa. Cieņa pret savu un pretējo dzimumu. Atbildība savstarpējās attiecībās, t.sk. dzimumattiecībās</p>	<p>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 <i>sievšķība</i> un <i>vīrišķība</i>. 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.</p>
<p>3.</p>	<p>Dažādu jūtu izpausmes veidi (verbālie un neverbālie), to izvērtēšana</p>	<p>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.</p>
<p>4.</p>	<p>Narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu, alkohola, smēķēšanas ietekme uz veselību</p>	<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. 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.).</p>
<p>5.</p>	<p>Azartspēļu atkarība. Datorspēļu atkarība. Interneta atkarība</p>	<p>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..</p>

6.	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.
----	---------------	--

6.Drošība

Drošības jautājumu apguves uzdevumi ir palīdzēt bērniem un jauniešiem izprast to nozīmi savas un citu veselības un dzīvības saglabāšanā. Šo tēmu apgūvē būtiskākais ir neaprobežoties tikai ar noteikumu zināšanu, bet gan veicināt noteikumu ievērošanu, to izpratni un attieksmes maiņu pret iegūto zināšanu pielietošanu praksē.

Tēma „Drošība” ietver drošības jautājumus dažādās sadzīves un ekstremālās situācijās - drošību ikdienā, satiksmes drošību, elektrodrošību, ugunsdrošību, gāzes drošību, drošību uz ūdens, rīcību dabas stihijās un citās ekstremālās situācijās, personīgo drošību un aizsardzību pret vardarbību.

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

Uzdevumi:

1. Rosināt izpratni par drošību dažādās situācijās;
2. Attīstīt prasmes novērtēt drošību un rīkoties dažādās situācijās;
3. Sekmēt skolēnu atbildību lēmumu pieņemšanā savas un līdzcilvēku drošības nodrošināšanā.

1.-4. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība		
1.	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.
2.	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.
3.	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.
4.	Satiksmes negadījumi un to cēloņi	Spēj novērtēt bīstamas situācijas un prot atbilstoši rīkoties tajās, prot lietot gaismas atstarotājus.
5.	Velosipēds	Zina un ievēro nosacījumus braukšanai ar velosipēdu, prot izvēlēties un izmanto drošāko atļauto ceļu.
Drošība ekstremālās situācijās		
1.	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.
2.	Ūdens	Apzinās un ievēro drošības noteikumus ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā..
3.	Karsti un auksti laika apstākļi	Apzinās drošības noteikumus karstos un aukstos laika apstākļos.
4.	Elektroierīces	Izprot dažādu elektroierīču funkcijas. Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.
5.	Pirotehnika	Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.
6.	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. Nedezina kūlu un sadzīves atkritumus.
7.	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.
8.	Skolas evakuācijas plāns	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trausmes gadījumā.
9.	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..

5.- 7. klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība		
1.	Satiksmes noteikumi gājējiem un pasažieriem	Prot ievērot pasažieru drošības noteikumus un pienākumus dažādos sabiedriskajos transportlīdzekļos. Ievēro uzvedības noteikumus stacijā un autoostā, sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās.
2.	Transporta līdzekļi	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	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	Prot atbilstoši rīkoties un meklēt palīdzību nelaimes gadījumos .
Drošība ekstremālās situācijās		
1.	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.
2.	Ūdens	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.
3.	Ugunsdrošība	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.
4.	Elektroierīces	Izprot dažādu elektroierīču funkcijas. Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.
5.	Pirotehnika	Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.
6.	Bīstamie atradumi (lādiņi, ķīmiskās vielas, medikamenti, šļircēs u.c.).	Prot rīkoties, konstatējot bīstamos atradumus, un apzinās nepareizas rīcības sekas.

7.	Rīcība nelaiemes 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.
8.	Skolas evakuācijas plāns	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trausmes gadījumā.
9.	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..

8.- 9. klase, profesionālā klase

Nr.p.k.	Stundu temati	Plānotais sasniedzamais rezultāts
Satiksmes drošība		
1.	Satiksmes noteikumi gājējiem un pasažieriem Satiksmes dalībnieka atbildība	Prot ievērot pasažieru drošības noteikumus un pienākumus dažādos sabiedriskajos transportlīdzekļos. Ievēro uzvedības noteikumus stacijā un autoostā, sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās. Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā.
2.	Transporta līdzekļi Motorizētie transportlīdzekļi	Prot raksturot transportlīdzekļus. Izprot transportlīdzekļa jaudu, kustības mobilitāti, bremzēšanas attālumu. Nepakļauj sevi un citus briesmām, bojājot transporta līdzekļus un apdraudot to kustību. 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.
3.	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.
4.	Rīcība ceļa satiksmes negadījumos	Prot atbilstoši rīkoties un meklēt palīdzību nelaiemes gadījumos

Drošība ekstremālās situācijās		
1.	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.
2.	Ūdens	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.
3.	Ugunsdrošība	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos. Ievēro ugunsdrošības noteikumus un spēj ietekmēt citus saprātīgai rīcībai saskarē ar uguni.
4.	Elektroierīces	Izprot dažādu elektroierīču funkcijas. Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.
5.	Pirotehnika	Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.
6.	Bīstamie atradumi (lādiņi, ķīmiskās vielas, medikamenti, šļirces u.c.).	Prot rīkoties, konstatējot bīstamos atradumus, un apzinās nepareizas rīcības sekas.
7.	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. Prot pareizi rīkoties dažādos nelaimes gadījumos, pasargājot sevi un citus no tiem. Nelaimes gadījumā prot izsaukt atbildīgos dienestus.
8.	Skolas evakuācijas plāns Civilā aizsardzība. Evakuācija	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trauksmes gadījumā. Prot pareizi rīkoties evakuāciju (skolā un citās sabiedriskās vietās) gadījumos. Nerada situācijas, kurās nepieciešama evakuācija (viltus trauksmes, zvani utt.), un apzinās atbildību.
9.	Drošība masu pasākumos un sabiedriskās vietās	Prot novērtēt situāciju masu pasākumos un sabiedriskās vietās un atbilstoši tai rīkoties.

Izmantotā literatūra

1. B.Martinsone, R.Niedre, S.Vilciņa.Sociāli emocionālā mācīšanās/ 1.- 5.klase/, VISC un ESF projekts “Kompetenču pieeja mācību saturā”,- Rīga
2. B.Martinsone, R.Niedre, S.Vilciņa.Sociāli emocionālā mācīšanās/ 6.- 9.klase/, VISC un ESF projekts “Kompetenču pieeja mācību saturā”,- Rīga
3. E. Pelša. Klases stundu programmas paraugs/ metodiskais līdzeklis/ VISC, Rīga, 2016.- 46 lpp;
4. <https://likumi.lv/ta/id/283735-izglitojamo-audzinasanas-vadlinijas-un-informacijas-macibu-lidzeklu-materialu-un-macibu-un-audzinasanas-metozu-izvertesanas>;
5. <http://visc.gov.lv/audzinasana/lv100.shtml>
6. https://www.google.com/search?q=atbalsta+materi%C4%81li+pilsonisk%C4%81s+audzin%C4%81%C5%A1anas+un+pilsonisk%C4%81s+l%C4%ABdzdal%C4%ABbas+sekm%C4%93%C5%A1anai&rlz=1C1GCEA_enLV864LV864&oq=atbalsta+materi%C4%81li&aqs=chrome.2.69i57j0l5.13511j0j8&sourceid=chrome&ie=UTF-8
7. <https://likumi.lv/doc.php?id=50759>
8. <https://www.skola2030.lv/lv/macibu-saturs/macibu-satura-pilnveide/merkis-lietpratiba>
9. <https://likumi.lv/ta/id/329096-kartiba-kada-izglitotajamie-tiek-uznemti-visparejas-izglitibas-programmas-un-atskaititi-no-tam-ka-ari-obligatas-prasibas-izglitotajam>
10. <https://pedagogs.lv/2020/05/16/devini-komptencu-pieeja-balstiti-efektivi-macibu-notikumi-jegpilnai-macibu-stundai-pec-r-ganje/>