

PAR LABIEM VECĀKIEM NEPIEDZIMST, PAR TĀDIEM KĻŪST

INFORMATĪVS MATERIĀLS PIRMSSKOLAS VECUMA BĒRNU VECĀKIEM



Informatīvais materiāls vecākiem izstrādāts projekta „Vecāku skola” ietvaros kā vecāku skolas nodarbību pamatatziņu apkopojums. Tas ir noderīgs ikvienam vecākam, kam ir bērni vecumā līdz 7 gadiem.

Projekts „Vecāku skola”:

Pasūtītājs: Jēkabpils pilsētas pašvaldības Izglītības nodaļa

Finansētājs: Jēkabpils pilsētas pašvaldība

Īstenotājs: Izglītības iniciatīvu centrs

Vairāk par projektu: www.iic.lv

Sastādīja: S. Kraukle

Par labiem vecākiem nepiedzimst, par tādiem kļūst

Lai kļūtu par profesionālu darbinieku – skolotāju, pavāru vai citu – cilvēki mācās vairākus gadus un apgūst specifiskas un darbā nepieciešamas zināšanas un prasmes. Kad ģimenē piedzimst bērns, arī ir būtiski zināt un prast daudzas lietas, lai bērnu gan aprūpētu, gan veicinātu viņa attīstību un izglītošanos. Tā kā līdz šim nebija tādas skolas, kurā mācītu, kā kļūt par labu mammu vai tēti, mēs piedāvājam vecākiem šo iespēju – mācīties „Vecāku skolā”. Bet tiem vecākiem, kuriem nav iespējas apmeklēt šāda veida kursus, šis materiāls palīdzēs izprast pašu svarīgāko – ko nozīmē „būt labam vecākam”, ko vecāki (un arī citi ģimenes locekļi) var darīt, lai veicinātu bērna attīstību, un kā efektīvi sadarboties ar izglītības iestādi un skolotājiem.

Bērni izaug ļoti ātri, tāpēc nevar gaidīt, kad vecākiem būs vairāk laika, vēlmes, spēka, zināšanu vai naudas, lai atbalstītu, pamācītu, parunātos un vienkārši būtu kopā ar saviem bērniem. Mēs nevaram un negribam dot gatavas receptes, ko un kā darīt vecākiem dažādās bērnu audzināšanas situācijās, bet piedāvājam pārdomu rosinošus pieturpunktus par to, kā izaudzināt laimīgu bērnu.



„Darbs pagaidīs, kamēr tu parādīsi bērnam vara-vīksni, bet varavīksne negaidīs, kamēr tu padarīsi savu darbu.” (P.Clafford)

*Mag.paed. Sandra Kraukle,
Izglītības iniciatīvu centra
programmu vadītāja*

RŪPES PAR SAVU BĒRNU: vecāku tiesības un pienākumi

Rūpes par bērnu nozīmē ne tikai viņa aprūpi un uzturēšanu, bet arī bērna izglītošanu un audzināšanu, tas ir – bērna garīgās un fiziskās attīstības nodrošināšana, pēc iespējas ievērojot viņa individualitāti, spējas un intereses un sagatavojot bērnu sabiedriski derīgam darbam.

Vecāku tiesības un pienākumi, kurus nosaka LR Civillikums, LR Izglītības likums un LR Bērnu tiesību aizsardzības likums



VECĀKU TIESĪBAS

- izvēlēties pirmsskolas izglītības un pamatizglītības iestādi,
- slēgt ar izglītības iestādi līgumu par bērna izglītošanu un aprūpi,
- sniegt un saņemt informāciju jautājumos, kas saistīti ar bērna izglītošanu,
- ierosināt veikt pārbaudes izglītības iestādē,
- ierosināt izveidot izglītības iestādes pašpārvaldi un piedalīties tās darbībā,
- griezties pēc palīdzības bāriņtiesā, ja bērns neklausa vai nepakļaujas audzināšanai,
- noteikt nepilngadīgajiem bērniem dzīvesvietu,
- satikties ar bērniem, ja vecāki šķīrušies,
- ierobežot bērna tiesības uz privāto dzīvi, biedrošanās un vārda brīvību atkarībā no viņa brieduma pakāpes.



VECĀKU PIENĀKUMI

- aizstāvēt bērna tiesības un ar likumu aizsargātās intereses; pārstāvēt bērnus viņu personiskajās un mantiskajās attiecībās,
- rūpēties par bērna dzīvību, labklājību un sagatavošanu patstāvīgai dzīvei: savu spēju un finansiālo iespēju robežās nodrošināt ģimenē bērna izglītošanai, veselībai un attīstībai nepieciešamos apstākļus (ēdienu, mitekli, apģērbu),
- neatstāt bērnu līdz septiņu gadu vecumam bez pieaugušo (vai personu, ne jaunāku par 13 gadiem) klātbūtnes,
- atbildēt par obligātās izglītības (no 5 gadu vecuma līdz 9 klašu apgūšanai) iegūšanu,
- sadarboties ar izglītības iestādi, kurā mācās bērns, un ar bērna pedagogiem.

ĢIMENES KULTŪRA UN VĒRTĪBAS

Ģimeni kā vairāku cilvēku kopumu ietekmē kultūras un vēstures mantojums, ģimenes locekļu sastāvs, psiholoģiskās un bioloģiskās īpatnības. **Ģimenes kultūru veido** izpratne par dažādām jautājumiem (kas ir labs un slikts, kas ir vērtība), savstarpējās attiecības ģimenē un tas, kā tiek sadalīta vara, tradīcijas, noteikumi un ieradumi, attieksme pret citām kultūrām, attieksme pret reliģiju un daudz kas cits. Ģimenes kultūra ietekmē arī attieksmi pret izglītības iestādi, kurā mācās bērni, pret mācību procesu un sadarbību ar speciālistiem.

Bērni dzīvo atbilstoši normām, ko nosaka viņu ģimeņu kultūra, un tās var būt atšķirīgas no citu bērnu ģimeņu kultūrām un izglītības iestādes normām.

Tas nenozīmē, ka jāatsakās no īpašām ģimenes tradīcijām, vērtībām, vienkārši tās jādara zināmas skolotājiem.

Viena ģimene nav labāka vai sliktāka par citu, tās vienkārši ir atšķirīgas, taču, ignorējot izglītības iestādē ģimenes kultūru, bērnam rodas sajūta, ka viņš nav svarīgs.

Jo lielāka saskaņa starp ģimenes kultūru un izglītības iestādes kultūru, jo bērnam būs mazāks stress, uzsākot gaitas „dārziņā” un viņš jutīsies komfortablāk.

- **Noskaidrojiet**, kādas vērtības un pārlicība ir pamatā izglītības iestādei, skolotājam un kādos jautājumos jums un izglītības iestādei ir atšķirīgi viedokļi
- **Paskaidrojiet** skolotājiem, kādas vērtības un pārlicība ir jūsu kā vecāku uzskatu pamatā
- **Centieties atrast** ģimenes un izglītības iestādes vērtību sistēmā to, kas ir pieņemams gan vecākiem, gan skolotājiem
- **Vienojieties** par ģimenes un izglītības iestādes atbildības jomu un konkrētiem pienākumiem un darbībām

KĀ AUDZINĀM BĒRNU?

Tieši ģimenē cilvēks veidojas kā personība, un ģimenē bērns mācās atšķirt labo no nevēlamā un apgūst lomas un uzvedības modeļus, kurus izmanto visā tālākajā dzīvē: kā izturēties pret citiem, kā rīkoties dažādās situācijās, ko nozīmē būt tētim, mammai, brālim vai mātai, ko nozīmē darbs, kas ir mīlestība, utt. Tāpēc tieši attiecību modelis ģimenē ir labākais piemērs un bērnu audzināšanas metode.

**Ģimenes raksturojums*

Prognoze bērnu raksturojumam

Saistību ģimenē...

ir emocionāli tuvas attiecības un indivīda brīvība netiek ierobežota. Lielākie plusi ir drošība, pašārvība, konfliktu pārrunāšana un risināšana. Ģimene ir kā komanda – vienota sistēma, vienoti lēmumi; vecāki ir autoritātes ziņā augstāki nekā bērni, kas rada bērnos drošību. Daudz tiek runāts par nākotni.

audzināšana „iet pa priekšu”; bērni pieaugot nav atkarīgi no vecāku ģimenes, uztur labas attiecības ar vecākiem.

Noteikumu ģimenē...

noteikumi ir svarīgāki nekā attiecības, svarīgākais ir tradīcijas, maz komplimentu, mīluma, pateicību. Ja izceļas strīds, notiek vainīgo meklēšana, strīdi bieži ir neproduktīvi. Arī laulāto attiecības balstās uz noteikumiem, pienākumiem. Ir viens līderis, kas bieži ir tēvs, dominē nosacījuma mīlestība. Vecāki par bērniem rūpējas, jo viņiem ir svarīgi, lai ģimene no malas izskatītos labi. Vecākiem ir grūti atzīt savas kļūdas.

bērnos ir ieaudzināts atbildīgums, strādīgums, līdz ar to – lielākas sasniegumu iespējas karjerā, tomēr bērni aug ar neticību savām jūtām, tāpēc iespējama arī pievēršanās antisociālām darbībām. Mīlestība tiek izrādīta, daudz ko darot tikai vecāku dēļ. Lielākās problēmas rodas bērnu pusaudžu gados, kad vecāki viņus vairs nevar izkontrolēt.

Aizsargājošā ģimenē...

ir sajūta kā siltā ligzdā, no kuras bērniem negribas kāpt ārā. Vecākiem bērns ir uzmanības centrā. Tēvi ir naudas pelnītāji, mātes – aprūpētājas.

bērni izaug droši un labi komunicē, bet ir nepatstāvīgi, atkarīgi no citu aprūpēšanas, viegli ietekmējami, iemācās būt diplomātiski nepaust

Ja māte sāk strādāt, tēvs sāk uzskatīt, ka viņa loma mainās. Ģimene visu dara kopā, pievēršas ģimeniskām vērtībām. Vecāki it kā jūt, ko bērni no viņiem sagaida, organizē viņu brīvo laiku un ved uz dažādiem pulciņiem, līdz ar to pašiem vairs neatliek laika laulāto dzīvei. Nereti nespēj pieņemt sava bērna draugus un paziņas, jo neapzināti uzskata, ka citi bērni ir sliktāki un var negatīvi ietekmēt viņējo. Kad bērni pieaug, vecāki bieži šķiras, jo centrs, ap kuru „griezusies” vecāku pasaule, ir pazudis.

savas patiesās emocijas, – bērniem nekā netrūkst, tomēr nereti nav pārliecības par savām spējām. Šādas ģimenes atvase dzīvē sagaida, ka partneris par viņu rūpēsies vairāk, nekā pats savam partnerim ir gatavs dot.

Haotiskā ģimenē...

ģimenes locekļi dzīvo it kā katrs pats par sevi, sarunas bieži beidzas ar sastrīdēšanos. Ģimenes materiālais stāvoklis ir vai nu ļoti labs, vai ļoti zems. Vecāki bērnus faktiski neaudzina, bet šķiršanās gadījumos, kas šajos modeļos ir nereta parādība, var uzņākt pēkšņi „audzināšanas plūdi”, kas ilgst līdz brīdim, kamēr vecāks atrod sev jaunu „otro pusīti”. Bērniem nereti tuvākas attiecības ir ar personu, kas nav no ģimenes.

bērni ir emocionāli pieaugušāki un patstāvīgāki par saviem vienaudžiem, bet – caur emocionālām sāpēm. Nereti bērni jūtas nemīlēti, tāpēc var sākt klaiņot, nereti var veikt pašnāvības mēģinājumus ar mērķi pārbaudīt, cik viņi ir svarīgi saviem vecākiem. Dara tikai to, ko pašam gribas. Kad ir pieauguši, neuzticas partneriem, un to, ko attiecībās nav atrisinājuši ar saviem vecākiem, mēģina risināt citās attiecībās.

Simbiotiskā ģimenē...

ģimenes „galva” ir bērns, bet mamma bērnu aprūpē līdz pat sīkākajām niansēm, radot iespaidu, ka „tu bez manis nevarēsi”. Vecāku šķiršanās gadījumā bērniem bieži rodas vainas izjūta, ka „mamma vai tētis jūtas slikti viņa dēļ”. Māte audzināšanā vadās pēc savām izjūtām, bet bērns domā, ka dara nepareizi, un tikai mamma zina, kā vajag. Mamma, par bērnu stāstot, lieto „mēs” formu.

pats bērns negrib neko. Bieži bērni nespēj izveidot pāru attiecības, bet, ja veido, tad vecāki pārceļas līdz uz jaunajām mājām, jo bērnam ir izveidojusies atkarība no vecākiem (visbiežāk no mātes) – „viņa bez manis nevarēs, un es bez viņas arī nē”. Nopietnākos gadījumos bērnam var būt gan fiziski, gan mentāli attīstības traucējumi.

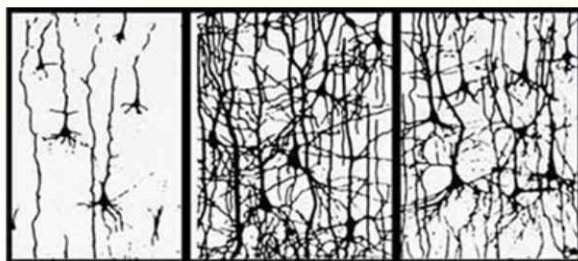
*Avots: *rigabrain.lv*

BĒRNU ATTĪSTĪBA

Veiksmīga grūtniecības perioda norise un attīstības process agrās bērnības periodā pozitīvi ietekmē bērna veselību un attīstību nākotnē. Visi bērni aug un mācās, bet katram ir savs attīstības temps un intensitāte. Cilvēka attīstība sākas pirmsdzemdību posmā un turpinās visu dzīvi daudzās jomās – intelektuālajā, sociālajā, fiziskajā un emocionālajā. Šīs jomas pārklājas un ietekmē viena otru, piemēram, sporta spēles attīsta ķermeni un vienlaicīgi arī sadarbības prasmes ar citiem.

Bērna smadzeņu attīstība:

- Bērna smadzenes sāk augt pirms dzimšanas (prenatālajā posmā)
- Bērnam piedzimstot, smadzeņu šūnas vēl nav savstarpēji saistītas savstarpējos tīklos, tās attīstās apmēram līdz 18 gadu vecumam (tad smadzenes ir nobriedušas)
- Stimulējošas aktivitātes ar bērnu – spēles, rotaļas, sarunas – attīsta smadzenes un stiprina neironu savienojumu veidošanos
- Bērnam, kam nav pieejamas / netiek piedāvātas smadzeņu attīstības nodarbes, šūnu savienojumi netiek lietoti vai tiek izmantoti pārāk reti, un tie iznīkst



piedzimstot

6 gadu vecumā

14 gadu vecumā

Savienojumi starp nervu šūnām

Savienojumu blīvums ir zems

Spēcīga stimulācija-
augsts savienojumu
blīvums

Neizmantotie
savienojumi
atmirst

Avots: *Rethinking the Brain, Families and Work Institute, Rima Shore, 1997*

Ko vecāki var darīt, lai veicinātu bērna attīstību?

- Ar interesi reaģējiet uz bērna „atklājumiem”, aicinājumiem, jautājumiem – tā jūs rosināsiet bērnu pētīt un iepazīt pasauli
- Iedrošiniet spēlēties, izzināt, jautāt; parādiel, kā to darīt un izbrīvējiet laiku būt savam bērnam par rotaļu partneri
- Ļaujiet, lai bērni izsaka prognozes un uzdodiet jautājumus, uz kuriem iespējamās vairākas atbildes vai pieļaujams minējums: kā tu domā...?
- Bērnu valodas kļūdas nelabojiet un neatkārtojiet, bet pasakiet šos vārdus bērnam pareizi
- Rūpējieties, lai bērnam ir pieejamas attīstošās rotaļlietas, grāmatas, lai ir sava istaba vai stūrītis istabā, kur bērns jūtas drošībā un var pabūt arī vienatnē

Atcerieties, ka:

- *nav divu vienādu bērnu, tāpēc nesalīdziniet jaunāko un vecāko bērnu attīstību, savus bērnus ar radu un draugu bērniem*
- *katrs bērns ir individualitāte ar savu raksturu, domāšanu, interesēm u.c.*
- *katrs bērns attīstās atšķirīgi, bet iziet secīgus, prognozējamus attīstības posmus - bērns mācās staigāt, patstāvīgi ēst, runāt utt.*
- *bērna attīstību kavē kliegšana uz bērnu, dunkas vai pēršana, kā arī bērna uztraukums un nemiers.*



Vairāk par bērnu vecumposmu attīstības īpatnībām var lasīt Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcijas mājas lapā: www.bti.gov.lv un „Palīgs vecākiem” mājas lapā: www.paligsvecakiem.lv

KAS BĒRNAM IR ROTAĻA?

Rotaļa – tas ir veids, kā pirmsskolas vecuma bērni mācās un attīstās. Rotaļas laikā netiešā, neuzspiestā veidā tiek nostiprinātas iemaņas, kuras būs nepieciešamas turpmākajā dzīvē: būt patstāvīgiem, atsaucīgiem, izvēlēties, sadarboties, dalīties, uzņemties noteiktas saistības, saprast un izteikt savas vajadzības, pētīt, eksperimentēt, domāt, izpaust emocijas u.c.

Rotaļa sniedz iespēju augt ar prieku: attīstīt valodu, iztēli, atjautību; mēģināt un kļūdīties; saprast, kas ir labs un kas ir slikts, ko drīkst un ko nedrīkst; mācīties lasīt, rakstīt, rēķināt; apgūt lietu īpašības un daudz ko citu. Spēles, atšķirībā no rotaļas, raksturo noteikumi.

Vienkāršas spēles vecākiem un bērniem, kas palīdz bērnam kļūt uzmanīgākam

- **Visi putni lido!** Ja vecāki sauc: «Vārna lido!», tad bērns rāda, ka lido. Ja vecāki saka: «Krāsns lido!», tad bērnam jāsasīngst.
- **Mēmās lūpas.** Bērnam no lūpām jānolasa, ko viņam saka.
- **Ciparu spēle,** ko var dažādi variēt. Sauc skaitļus, un, ja skaitlī ir, piemēram, cipars 1, jāsasit plaukstas.
- **Atrast tekstā un iekrāsot visus A vai kādu citu burtu.** Grūtāks uzdevums – vienlaikus atrast un iekrāsot divus burtus.
- **Zīmēt uz muguras** – zīmē ar pirkstu uz bērna muguras un lūdz bērnu mēģināt pateikt, kas tika uzzīmēts. Jāsāk, protams, ar vienkāršām lietām – apli, svītru u.tml.
- **Pabeidz vārdu!** Bērns vai vecāks pasaka vārda pirmo zilbi, otram vārds jāpabeidz.



Izmantojiet katru brīvi mirkli, lai spēlētos un rotaļātos ar savu bērnu: braucot mašīnā uz laukiem, stāvodot veikalā rindā un citur.

Papildiniet savus krājumus ar jaunām rotaļām:

- Bakisa A., Romēns K. Rotaļas ar bērniem vecumā no vienas dienas līdz sešiem gadiem. R.: Alberts XII, 1997.
- Elisone Š., Greja Dž. 365 radošo spēļu dienas bērniem no 2 gadu vecuma. R.: Iliuss, 1996.
- Brice B, Pirkstiņu rotaļas. R., RaKa, 2012.
- Krastina E., Dra viņa D. Matemātika spēlēs un rotaļās. R., Zvaigzne ABC, 2011.

Pārdomājiet! Vai esmu labs vecāks?

- *Vai ļaujiet bērnam kādu laiciņu spēlēties, darboties vienam, pieļaut kļūdas un mācīties no tām?*
- *Vai nogaidāt un savu palīdzību piedāvājat tikai tad, kad redzat, ka bērns nespēs tikt galā pats?*
- *Vai esat blakus bērnam un samīļojat brīžos, kad viņš ir uztraucies, nobijies, pārdzīvo neveiksmi?*
- *Vai izskaidrojat, kāpēc jāveic kāda no darbībām (piemēram, jāvelk cimdi, jo var apsaldēt rokas)?*
- *Vai, vērstoties pie bērna, sakāt “lūdzu” un “paldies”?*
- *Vai ņemat līdzi bērnu uz vietām, kurp dodaties paši – uz teātri, muzeju, veikalu, aptieku, bibliotēku, dzelzceļa staciju, autoostu, lidostu u.c.? Vai runājat par redzēto, piedzīvoto un uzvedības noteikumiem?*
- *Vai ļaujiet bērnam saprast, ka mīlat viņu vienmēr, nevis tikai tad, kad viņš ir izdarījis kaut ko labu?*
- *Vai nedarbu gadījumā sakāt bērnam, ka viņš ir labs, tikai tas, ko viņš ir izdarījis, ir slikti un jūs ļoti sarūgtina?*
- *Vai iesaistāt bērnu ģimenes pasākumu plānošanā un ņemat vērā viņa ierosinājumus?*
- *Vai ar savu piemēru, attieksmi pret vecvecākiem rādāt, ko vecumdienās sagaidāt no saviem bērniem?*

SVARĪGĀKAIS SKOLAS GAITU UZSĀKŠANAI

Gatavojoties skolas gaitām, ir svarīgi attīstīt prasmes pazīt, lasīt un rakstīt burtus, vārdus un vienkāršus teikumus, zināt ciparus un rēķināt līdz desmit, taču tikpat svarīgi ir, lai bērns būtu **vesels un dzīvespriecīgs, lai viņam būtu izveidojusies vēlme izzināt, draudzēties un izdarīt uzticēto darbu līdz galam, lai būtu izveidojušās spējas izstāstīt piedzīvoto, izprast abstraktus jēdzienus, pašam apgērbties un sakārtot savas lietas.**

Pirmsskolas izglītības saturs ir vērsts uz bērna vispusīgu un harmonisku attīstību, ievērojot viņa attīstības likumsakarības un vajadzības, individuālajā un sabiedriskajā dzīvē nepieciešamās zināšanas, prasmes un attieksmes, tādējādi mērķtiecīgi nodrošinot bērnam iespēju sagatavoties pamatzglītības apguvei.

Ja bērns regulāri apmeklē „dārziņu”, ikdienas nodarbēs tiek apgūts pirmsskolas izglītības tuvākais mērķis – bērns spēj sekmīgi uzsākt skolas gaitas un mācīties. Tomēr pirmsskolas izglītības iestādes un ģimenes audzināšana viena otru neaizstāj un neizlīdz, bet gan papildina un pilnveido.



Bērni vislabāk mācās, ja:

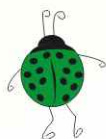
- fiziski un psiholoģiski jūtas droši un neapdraudēti
- ja nezināmās lietas tiek skaidrotas, izmantojot paša bērna pieredzi un izpratni
- mācīšanās notiek dažādās vietās un kontekstos
- paši var aktīvi darboties, nevis tikai skatīties, kā to dara pieaugušie vai citi bērni
- tas, ko bērni dara, viņiem šķiet svarīgi un interesē – tad pat viskustīgākais, izklaidīgākais bērns to spēs paveikt
- var darboties sev vēlamā tempā
- darbojas aktīvi: apgūstamās lietas var izpētīt (pataustīt, pagaršot, pasmaržot) vai atveidot (ar kustībām, uzzīmēt, izveidot no māla, plastilīna, mīklas)

Kā ikdienā palīdzēt bērniem iemācīties lasīt?

- Rūpīgi izvēlieties grāmatas – ar īsiem tekstiem, lieliem burtiem, dinamisku darbību, pozitīvu varoni, bērnam saprotamas un interesantas
- Lasiet bērniem priekšā – izteiksmīgi un ar aizrautību; parādiet, ka lasīšana ir interesanta nodarbe, ka grāmatas ir ļoti dažādas
- Izbrīvējiet laiku un klausieties bērnus – mudiniet, lai bērni pastāsta mīļāko stāstu, izdomā pasaku vai kādam notikumam beigas
- Spēlējieties ar burtiem – izcepiet cepumus burtu formā, rakstiet tos smiltīs, sniegā, ar pirkstu uz muguras, rakstiet apsveikumus radiem un zīmītes viens otram
- Priecājieties kopā ar bērnu par apgūto un izlasīto!

Kā ikdienā palīdzēt bērniem iemācīties skaitīt un rēķināt ?

- Klājot galdu, rosīniet bērnus saskaitīt – cik būs ēdāju, cik un kādi trauki un galda piederumi nepieciešami
- Ejot pa ielu, pavērojiet māju numurus – cipari, pāra, nepāra skaitļi
- Rosīniet šķirot dažāda veida materiālus – 3 čiekuri, 3 gludi akmentiņi, 3 auduma kamoliņi. Sākotnēji piedāvājiet tikai trīs dažādus materiālus, priekšmetiem jābūt samērā atšķirīgiem
- Mudiniet saskatīt līdzības un nosaukt tās. Tā bērni mācās sistematizēt un pamanīt kopīgo un atšķirīgo, organizēt savu domāšanu, kārtot informāciju, pamatot savu redzējumu
- Rosīniet skaitīt un sadalīt – cik konfekšu ir paciņā? cik sarkanu, zaļu, baltu, dzeltenu?
- Piedāvājiet prognozēt un eksperimentēt – izplēst no papīra vāciņu burkai; noplēst tik garu papīra sloksnīti, lai tā atbilstu bērna kakla apkārtmēram



Uzziniet par Latvijā noteiktajiem plānotajiem rezultātiem, beidzot pirmsskolas izglītības posmu „Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām”:

<http://www.likumi.lv/doc.php?id=250854>

BĒRNA PAŠAPZIŅAS UN POZITĪVAS UZVEDĪBAS VEIDOŠANA

Pašcieņa ir cilvēka attieksme pret sevi kopumā – kā viņš jūtas un ko domā par sevi. Tas parasti nosaka arī to, kā cilvēks dzīvo savu dzīvi, kā pieņem lēmumus, kā izjūt sevi un izturas pret citiem.

Jo vairāk pozitīvu izjūtu ir par sevi, jo lielāka ir arī pašcieņa, ja vairāk negatīvu sajūtu pašam par sevi, zemāka arī pašcieņa.

Pašapziņa ir apzināts cilvēka priekšstatu kopums par sevi.

Psihologijā bieži pašapziņu apzīmē ar terminu “Es – tēls”. Ar to saprot gan cilvēka priekšstatus par savu ķermeni un personības īpašībām, gan arī sevis salīdzinājumu ar citiem.

PAŠAPZINĪGS BĒRNS	BĒRNS AR ZEMU PAŠNOVĒRTĒJUMU
<ul style="list-style-type: none">• pozitīvi attiecas pret sevi, savu ārieni• biežāk uzticas pieaugušajiem, ir drošs (sasveicinoties stingri sniedz roku, iesaistās sarunās ar cilvēkiem, uzdod jautājumus)• cenšas pārliecināt par savu nodomu, izskaidro to• priecājas par savām veiksmēm, savā priekā grib dalīties ar citiem• ir iejūtīgs• izvirza sev sarežģītākus mērķus,• izvēlas grūtākas nodarbes, cenšas sasniegt labākus rezultātus• ir jūtīgs pret apkārtējo novērtējumu	<ul style="list-style-type: none">• lieto paškritiskus izteicienus (<i>es nevaru, es neprotu, es baidos</i>)• negatīvi paredzējumi par savu, citu vai kopīgu darbu (<i>vienalga nekās neiznāks</i>)• kritiska attieksme pret citu darbības rezultātiem (<i>viņš neprot, skaties, cik viņš neveikls</i>)• stāstot par kādu citu, vairāk saskata negatīvās īpašības• interešu trūkums, necenšanos sasniegt rezultātu (<i>es to nedarīšu, jo man nepatīk un ir stulbi</i>)• grūtības iekļauties jaunā vidē, kontaktēties ar citiem (<i>es labāk spēlēšos viens pats, viņi mani negrib</i>)



Nevēlama bērna uzvedība ļoti cieši saistīta ar bērna nedrošību un zemu pašvērtējumu.
Neviens laimīgs bērns apzināti nedarīs pāri otram.



Slikta uzvedība var būt:

- paradums (bērnam neviens nav palīdzējis saprast, ka viņa uzvedība nav pieļaujama vai tiek kopēta pieaugušo uzvedība)
- veids, kā izpaust bailes, dusmas vai citas emocijas (bērnu histērijas zobārsta kabinetā nereti ir bailes, to izpaušme un aizsargreakcija)
- fizisku iemeslu dēļ (slimības, attīstības traucējumi, uztura problēmas)
- padošanās sliktajam “zīmogam” (pieaugušie domā, ka esmu slikts, tad tāds arī būšu)
- veids, kā panākt savu vēlmju papildījumu (bērns nezina citu vai efektīvāku veidu)
- varas demonstrēšana
- vēlme pievērst uzmanību (uz kaut ko nevēlamu pieaugušie reaģē ātrāk un intensīvāk)
- atriebība par netaisnību, pāri nodarījumu (bērna izpratnē)

Ko darīt?

- **Uzvedību var mainīt, izprotot tās nolūkus.** Ne vienmēr tos ir viegli saskatīt, iespējams, nepieciešams pakonsultēties ar skolotājiem vai psihologu.
- **Nesāciet ar savas varas un spēka demonstrēšanu,** paceļot balsi vai sodot fiziski. Tas veido bērnos priekšstatu, ka taisnība tam, kurš skaļāk kliedz vai ir fiziski stiprāks.
- **Pieņemiet, ka bērns nezina (vai ir aizmirsis), kā ir jāuzvedas.** Mierīgi, bet stingri paskaidrojiet, kādu uzvedību jūs no viņa sagaidāt.
- **Dodiet iespēju mainīt savu uzvedību,** nosakot, kas notiks, ja bērns to nedarīs.
- **Ja bērns nereaģē, stingri, bet draudzīgi ļaujiet sajust nevēlamās uzvedības sekas** (visbiežāk tas ir kāds ierobežojums, aizliegums).
- **Apbalvojiet savu bērnu par vēlamu uzvedību ar smaidu, apskāvienu, pateicību.**

Atcerieties – kad dusmojaties uz bērnu par viņa uzvedību un reaģējat agresīvi, jūs zaudējat iespēju parādīt/demonstrēt bērnam, kā risināt šādas dzīves situācijas un ka var rīkoties arī citādi!

BRĀLĪTI GRIBI? NĒ, LABĀK KAĶĪTI!

Brāļu un māsu esamības pozitīvās puses, lielākoties, novērtējam tikai tad, kad paši kļūstam pieauguši, jo bērnībā reti kurā ģimenē neveidojas strīdi un konflikti starp bērniem. Neapzināta vai nepārdomāta vecāku rīcība brāļu un māsu attiecības var saasināt.

Kas kļūst par „klupšanas akmeņiem”?

- Pārāk lielu atbildību prasām no vecākā bērna, nereti vainojam viņu par notikušajiem negadījumiem, nedarbiem, strīdiem: "Tu esi lielāks, prātīgāks, tev vajadzēja redzēt, zināt..."
- Piedzimstot jaunākajam bērnam, vecākajam veltām par maz uzmanības
- Nemitīgi salīdzinām vienu bērnu ar otru, tādējādi parādām, ka viens ir mīļāks par otru
- Maz mācām, kā risināt konfliktus, jo bieži šo prasmju trūkst arī pašiem. Nereti nenovērtējam to, ka ar savu piemēru bērniem rādām, kā rīkoties strīdos. Vai vienmēr šī rīcība ir atkārtoties vērtā?
- Izliekamies nemanām bērnu savstarpējo konkurenci



Ko darīt vai nedarīt? (pēc K. Jozauskas)

- Nesalīdzināt brāļus un māsas savā starpā un ar citiem radu, kaimiņu bērniem.
- Veltīt katram bērnam laiku un uzmanību, piedāvājot tieši to, kas interesē viņu. Ar vienu bērnu var iet uz teātri, bet ar otru – uz zooloģisko dārzu, ja teātris neinteresē vienam, bet dzīvnieki – otram.
- Ļaut bērnam pabūt vienam. Ja nav iespējas iekārtot katram bērnam savu istabu, tad svarīgs ir stūrītis, kaut vai plaukts vai atvilktnē, kas ir personīgā lietošanā.
- Mācīt bērniem risināt problēmas tā, lai ieguvēji būtu visi. Mācīt dalīt atbildību par notikušo un ievērot visiem vienādus noteikumus.
- Neuzlikt pārāk lielu atbildību vecākajiem bērniem par jaunāko audzināšanu un aprūpēšanu.
- Cienīt ģimenē vienam otru, arī attiecībā uz bērniem. Nesodīt bērnus fiziski.

- Izstrādāt skaidrus ģimenes noteikumus, būt iejūtīgiem vienam pret otru un runāt par savstarpējām attiecībām
- Runāt ar bērniem par dusmām un mācīt, ka dusmas ir reakcija uz bailēm vai sāpēm.
- Mācīt atpazīt situācijas, kad “labāk apstāties pirms strīds sācies” un modelēt konfliktu atrisinājumus kopā ar bērniem.
- Kā labo piemēru demonstrēt pašiem savu darbību.

Bērnu strīdā:

- *sauglabājiet mieru*
- *nenostājieties neviena pusē*
- *dodiet laiku nomierināties, varbūt pat katram savā istabā*
- *neieslīgstiet vainīgā meklēšanā*
- *lūdziet ievērot noteikumus*
- *palīdziet bērniem risināt strīdus:*
 - *saprast, kas noticis,*
 - *izdomāt, ko darīt,*
 - *izdomāt, kā darīt;*
- *uzslavējiet bērnus, kad strīds atrisināts*

Pētījumi pierāda, ka brāļu un māsu strīdi ir daudz retāki tādās ģimenēs, kur vecāki savus strīdus risina mierīgā, konstruktīvā veidā un viens pret otru izturas ar cieņu.



Izziniet par brāļu un māsu attiecībām vairāk „Palīgs vecākiem” mājas lapā: www.paligsvvecakiem.lv

PIRMSSKOLAS IZGLĪTĪBAS IESTĀDES UN ĢIMENES SADARBĪBA

Līdz brīdim, kad bērns uzsāk gaitas pirmsskolas iestādē, viņš jau daudz ko ir apguvis ģimenē, jo vecāki ir bērna pirmie skolotāji.

Vecāki vislabāk pazīst savu bērnu un var sniegt informāciju, kas raksturo bērna intereses, temperamentu, veselību, attīstību, īpašos izaicinājumus.

Vecāki ir sava bērna labākie aizstāvji, daloties domās un pieredzē par viņa vajadzībām un uzvedību.

Vecāki ir izglītības pasūtītāji, tieši vecāki visvairāk izjūt vajadzību pēc bērnu kvalitatīvas izglītības.

Gan vecāku tiesības, gan pienākumi ietver sadarbību ar izglītības iestādi.

Iepazīstoties ar izglītības iestādes normatīvajiem dokumentiem, pievērsiet uzmanību, ko no vecākiem sagaida izglītības iestāde. Pārrunājiet ar iestādes administrāciju un bērna grupas skolotājiem arī jūsu kā vecāku vēlmes, gaidas un sadarbības iespējas – kādos veidos ir vēlama sadarbība un kāds komunikācijas veids jums ir ērts un pieņemams.

- Vecākiem ir tiesības būt pārliecinātiem, ka pirmsskolas izglītības iestādes darbinieki konfidenciāli glabās informāciju par ģimeni
- Vecākiem ir jāzina, kāda informācija par ģimeni un kādā veidā var tikt izpausta citiem
- Visām izglītības iestādēm ir jāizstrādā rakstiska konfidencialitātes politika
- Informācijas par ģimeni publiskošanai, tās prasītājiem ir jālūdz vecākiem rakstiska piekrišana
- Vecākiem ir tiesības jebkurā laikā pārskatīt sava bērna personīgo lietu, kas atrodas izglītības iestādē

Ģimenes un izglītības iestādes sadarbība nav skolotāju kaprīze vai tikai normatīvo dokumentu reglaments. Vecāku sadarbība ar izglītības iestādi vērsta uz kopīgu un mērķtiecīgu darbošanos bērna attīstības labā.



Ieguvumi no ģimenes un pirmsskolas izglītības iestādes veiksmīgas sadarbības

BĒRNI	VECĀKI	SKOLOTĀJI
<ul style="list-style-type: none"> • kļūst atraisītāki, drošāki, apzinās izglītības svarīgumu, nepieciešamību, jo vecāki interesējas par „dārziņā” notiekošo, • rodas vairāk kopīgu lietu, kuras pārrunāt ar vecākiem, • bērnu acīs aug vecāku autoritāte, bērns lepojas ar sevi vai savu māmiņu un tēti par paveikto izglītības iestādē, • gūst saskarsmes iemaņu pieredzi - bērns vēro, kā vecāki darbojas kolektīvā, kādas ir savstarpējās attiecības. 	<ul style="list-style-type: none"> • labāk izprot izglītības programmu, skolotāja darbu, • pārliecinās, ka/vai skolotāja bērnam neuzspiež to, ko neatbalsta vecāki, • jūtas vērtīgāki, nozīmīgāki, jo skolotājas interesējas par vecāku viedokli, • spēj objektīvāk novērtēt bērna izaugsmi, • efektīvāk reaģē uz notiekošo izglītības iestādē, problēmām, • spēj vieglāk un efektīvāk sazināties ar skolotāju. 	<ul style="list-style-type: none"> • labāk saprot ģimeņu uzskatus par bērnu attīstību, izglītību, vērtībām, • var veltīt vairāk individuālās uzmanības bērniem, izmantojot no vecākiem gūto informāciju, efektīvāk reaģēt dažādās situācijās, • nebaidās piedāvāt ģimenēm jaunas, interesantas sadarbības formas. • grupā ir patīkama savstarpējās sapratnes gaisotne, neizraisās neatrisināmi konflikti.

KUR VĒRSTIES PĒC PALĪDZĪBAS UN INFORMĀCIJAS

Izglītības iestādes vadība

Atbild par visu, kas notiek pirmsskolas izglītības iestādē – par bērnu drošību, izglītošanu un saimnieciskajiem jautājumiem. Ja vecākiem ir specifiski jautājumi vai ierosinājumi par bērnu veselību, ēdināšanu u.c., vecāki tikšanās laikā var pieaicināt izglītības iestādes medmāsu, ja jautājumu loks skar izglītības procesa organizāciju vai kvalitāti, var tikt pieaicināta metodiķe.

Pašvaldība

Atver un slēdz izglītības iestādes, finansē to darbību, atbild par ēku uzturēšanu; pieņem darbā un atbrīvo izglītības iestādes vadītāju.

Pašvaldības Izglītības nodaļa

Pārrauga izglītības darba kvalitāti, pirmsskolas izglītības iestādes vadības un skolotāju kvalifikācijas atbilstību veicamajiem pienākumiem, uzklausa/izskata vecāku sūdzības, ierosinājumus, u.c.

Iekļaujošas izglītības attīstības centrs

Piedāvā speciālistu pakalpojumus bērniem, konsultācijas skolotājiem un vecākiem par bērna mācīšanos un attīstību; organizē pedagoģiski medicīniskās komisijas darbu, iesakot bērniem atbilstošāko mācību programmu.

Nevalstiskas organizācijas (vecāku un citas)

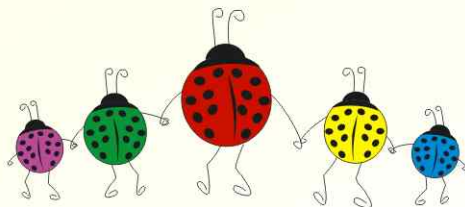
Atbilstoši to mērķiem savās aktivitātēs aizsargā bērnu, ģimeņu un skolotāju tiesības un intereses izglītības ieguves un darba procesā; sniedz profesionālu konsultācijas; piedāvā apmācības.

Valsts bērnu tiesību aizsardzības inspekcija

Uzrauga un kontrolē normatīvo aktu ievērošanu jebkurā iestādē vai organizācijā bērnu tiesību aizsardzības jomā. Sniedz konsultācijas un psiholoģisko atbalstu bērniem krīzes situācijās. Izskata sūdzību gadījumus.

Izglītības kvalitātes valsts dienests

Uzrauga normatīvo aktu ievērošanu izglītības jomā, tai skaitā – licenzē izglītības programmas, novērtē vispārējās izglītības kvalitāti, skolotāju tālākizglītību; nodrošina uzticības tālruņa darbību izglītības un zinātnes jomā.



Vecāku svarīgākie skolotāji ir viņu bērni.

Vērojiet savus bērnus, runājiet, darbojieties kopā ar viņiem un piefiksējiet „dzīves skolas” atziņas, ko negribētos pazaudēt ikdienā un gadu gaitā!



Informatīvais materiāls vecākiem izstrādāts IIC projekta „Vecāku skola” ietvaros, kā vecāku skolas nodarbību pamatatzīņu apkopojums.

Tas ir noderīgs ikvienam vecākam, kam ir bērni vecumā līdz 7 gadiem.

Galvenās tēmas, kas iekļautas bukletā:

- Rūpes par savu bērnu: vecāku tiesības un pienākumi
- Ģimenes kultūra un vērtības
- Kā audzinām bērnu?
- Bērnu attīstība
- Kas bērnam ir rotaļa?
- Svarīgākais skolas gaitu uzsākšanai
- Bērna pašapziņas un pozitīvas uzvedības veidošana
- Ko vecākiem darīt, ko nedarīt
- Pirmsskolas izglītības iestādes un ģimenes sadarbība
- Kur vērsties pēc palīdzības un informācijas



IZGLĪTĪBAS INICIATĪVU CENTRS (IIC)

IIC īsteno ar pieaugušo izglītību, kvalitatīvu izglītību un sabiedrības integrāciju saistītus projektus visā Latvijas teritorijā.

Kontaktinformācija:
Tālr.: 65235635
E-pasts: info@iic.lv
Mājas lapa: www.iic.lv