



***Ventspils 4.vidusskolas
Klašu audzinātāju
darba paraugplāns.***

2023./2024. mācību gadam.

Mērķis:

Izglītojamo psihoemocionālā labbūtība, individuālo kompetenču pilnveide pašvadītās mācīšanās veicināšanā, pilsoniskās un nacionālās apziņas veidošana.

Uzdevumi:

- Īstenot psihoemocionālo labbūtību veicinošas aktivitātes;
- veicināt katra izglītojamā pašizpaušmi un individuālo attīstību pašvadītās mācīšanās veicināšanā visās mācību satura jomās;
- Īstenot nacionālās identitātes un valstiskuma apziņas stiprināšanai veltītus pasākumus;
- pilnveidot priekšstatu par Latvijas kultūrvēsturisko mantojumu, tradīcijām;
- aktīvi iesaistīties skolas organizētajos pasākumos, veicināt ekoskolas darbību;
- popularizēt labdarības ideju.

1. Klases audzinātāja stundas

Temats	Paredzamais rezultāts	Stundu skaits	Piezīmes (plānotais laiks)
1. Sevis izzināšana un pilnveidošana			
Personības izzināšanas testi; Personības SVID analīze (stiprās puses, vājās puses, manas iespējas un draudi).	Apzinās savu individualitāti, atšķirību no citiem, analizē savas īpašības. Prot saskatīt un novērtēt pozitīvo sevi. Novērtē savus panākumus un neveiksmes.		
Prasme pieņemt racionālus lēmumus. Zēnu un meiteņu atšķirīgais pasaules redzējums.	Apzinās savas emocijas un mācās tās mērķtiecīgi vadīt.		
Stress un depresija, kā atpazīt un kontrolēt.	Apzinās savu identitāti un personīgo potenciālu, ir pozitīva attieksme pret sevi un dzīvi.		
Prioritātes personības un dzīves attīstībai, prasme tās izvirzīt.	Analizē un pieņem lēmumus, izvirza prioritātes, kas sekmē mērķu sasniegšanu		
Prioritāte – mērķis- uzdevums lēmums.	Apzinās savu lēmumu darbības sekas, spēj sekot saviem nodomiem un mērķiem.		

Konfliktu risināšana	Prot izmantot dažādus saskarsmes paņēmienus konflikta situācijās, kontrolēt un vadīt savu rīcību un emocijas konfliktā, argumentēt savu viedokli		
Ētiskās vērtības	Saskaņo savas vērtības ar vispārcilvēciskajām vērtībām (LR Satversmes preambula) Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus, apzināti rīkojas to sasniegšanai.		
Emociju dažādība, aizsargmehānismi to vadīšanā.	Apzinās sevi, savas jūtas, prot tās mērķtiecīgi vadīt.		
2. Piederība valstij.			
Piederība novadam/pilsētai	Ir iepazinis kultūrvēsturiskos un dabas objektus novadā/pilsētā. Ir iepazinis ievērojamākos vietējās kopienas cilvēkus un tradīcijas.		
Valstiskā identitāte	Zina un svin Latvijas valsts svētkus, zina piemiņas un atceres dienas, cieņpilni izturas pret valsts simboliem. Zina ievērojamus Latvijas cilvēkus – sportistus, kultūras darbiniekus, politiķus utt., ar ko valsts lepojas un kuri nes Latvijas vārdu pasaulē. Izprot Brīvības cīnītāju lomu Latvijas neatkarības radīšanā, atjaunošanā un nostiprināšanā.		
Nacionālā identitāte	Zina latviešu tautas kultūras mantojuma galvenās bagātības un simbolus (Dziesmu un deju svētku tradīcija, Dainu skapis, Gaismas pils u.c.). Iesaistās kultūras vērtību apzināšanā, apgūšanā un saglabāšanā.		
Multikulturāla vide	Apzinās savu nacionālo identitāti un citu tautību cilvēku esamību Latvijā. Izprot un respektē kopīgo un atšķirīgo dažādu tautu tradīcijās.		
Mūsu Latvija.	Izprot un ievēro LR Satversmē nostiprinātās vērtības: cilvēka cieņa, brīvība, vienlīdzība, solidaritāte, taisnīgums, godīgums, darba tikums un ģimene (LR Satversmes preambula).		
3. Pilsoniskā audzināšana un līdzdalība			
Tiesības un pienākumi	Zina, izprot un ievēro savas tiesības un pienākumus. Ar cieņu un izpratni izturas pret citu cilvēku tiesībām.		
Demokrātijas būtība un nozīme	Zina Latvijas valsts pārvaldes struktūru. Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi, īpaši Satversmes Preambulā noteiktās vērtības		

Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes	Izprot pilsoniskās līdzdalības nozīmi, dažādību un iespējas. Zina par savām iespējām Eiropas Savienībā. Prot strādāt komandā, formulējot kopīgu viedokli. Uzņemas atbildību, līdzdarbojoties savas klases un skolas rīkotajās aktivitātēs.		
Brīvprātīgais darbs	Zina brīvprātīgā darba būtību. Apzinās brīvprātīgā darba nozīmi personības veidošanā, savas karjeras un sabiedrības izaugsmē		
Ilgspējīga attīstība	Izprot Latvijas vietu globālajā pasaulē. Izprot globalizācijas plusus un mīnus. Izprot globālās pasaules drošības jautājumus un klimata pārmaiņu jautājumus. Izprot masu mediju ietekmi informācijas iegūšanā, spēj izmantot dažādus informācijas avotus.		
4. Karjeras izvēle			
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.		
Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana	Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības. Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā.		
Izglītības vērtība	Izprot saistību starp izglītību, profesiju un nodarbinātību. Apzinās izglītību kā vērtību, ir motivēts turpināt izglītību. Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas. Zina dažādus avotus, kur meklēt informāciju par izglītības iespējām.		
Profesiju daudzveidīgā pasaule	Apzinās karjeras nozīmi cilvēka dzīvē un saprot karjeras plānošanas pamatnosacījumus. Prot savākt, apkopot un analizēt atbilstošu informāciju par profesijām, izzina savas turpmākās izglītības iespējas. Ir apzinājis sev saistošās profesijas. Iesaistās darba izmēģinājumos. Ir iegūtas zināšanas par vietējo darba tirgu.		
Individuālā karjeras plāna izveide	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu individuālo sasniegumu mape (portfolio).		

	Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamo.		
Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences	Ir apzināta informācija par darba tirgus perspektīvām, kas ļauj izšķirties par attiecīga lēmuma pieņemšanu karjeras izvēlē. Izprot nodarbinātības tendences mūsu valstī un pasaulē. Ir gatavs pieņemt alternatīvus lēmumus karjeras izvēlē.		
Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības	Ir iepazinis dažādas darbavietas, darba devēju prasības, darba pienākumus. Pārzina darba meklēšanas procesu. Apzinās profesiju mainību saistībā ar zinātnes un tehnoloģiju attīstības tendencēm pasaulē. Izprot profesionālās ētikas pamatprincipus un prasības		
	5. Veselība un vide.		
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.		
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.		
Ar dzimuma piederību saistītās rakstura, uzvedības iezīmes. Seksualitāte kā neatņemama personības sastāvdaļa. Cieņa pret savu un pretējo dzimumu. Atbildība savstarpējās attiecībās, t.sk. dzimumattiecībās	Ir pozitīva attieksme un cieņa pret savu dzimumu un pretējo dzimumu. Apzinās savu dzimumu un ar to saistītās rakstura un uzvedības iezīmes un prot respektēt pretējā dzimuma atšķirības. Veidojas pozitīva attieksme pret jēdzieniem sievišķība un vīrišķība. Spēj atbilstoši izvērtēt sava rakstura iezīmes dzimuma piederības kontekstā. Apzinās savu seksualitāti kā neatņemamu personības attīstības sastāvdaļu, izprot jēdzienu par atbildību savstarpējās attiecībās un dzimumattiecībās. Ir informēts par jauniešiem piemērotām un pieejamām kontracepcijas metodēm		
Dažādu jūtu izpausmes veidi (verbālie un neverbālie), to izvērtēšana	Apzinās, ka jūtas un emocijas ir katra cilvēka dabiskas izpausmes, kam ir svarīga nozīme attiecību veidošanā. Ir izpratne par dažādām jūtu paušanas iespējām. Spēj savaldīt savas jūtas, prot tās paust, neaizvainojot citus. Izprot, spēj pieņemt un cienīt citu paustās jūtas.		
Narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu,	Apzinās atkarību izraisošo vielu lietošanas cēloņus, motīvus un sekas, kā arī ir prasmes uzlabot savu emocionālo stāvokli, neizmantojot		

alkohola, smēķēšanas ietekme uz veselību	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.		
Azartspēļu atkarība. Datorspēļu atkarība. Interneta atkarība	Izprot šo atkarību negatīvo ietekmi uz cilvēka psihisko un fizisko veselību. Ir prasme atteikties no nevēlama piedāvājuma. Spēj izvēlēties piemērotas nodarbošanās savā brīvajā laikā. Zina institūcijas un organizācijas, kur vērsties pēc palīdzība		

6. Drošība

Drošība ekstremālās situācijās un evakuācija	Prot adekvāti rīkoties un rast nepieciešamo palīdzību dabas katastrofu gadījumos, izsaucot atbildīgo institūciju pārstāvjus. Prot atbilstoši rīkoties trauksmes laikā. Rīkojas saskaņā ar evakuācijas plānu.		
Ūdens	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.		
Ugunsdrošība	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos.		
Pirotehnika	Prot novērtēt pirotehnikas bīstamību un apzinās nepareizas rīcības sekas.		
Bīstamie atradumi (lādiņi, ķīmiskās vielas, medikamenti, šļirces u.c.).	Prot rīkoties, konstatējot bīstamos atradumus, un apzinās nepareizas rīcības sekas.		
Civilā aizsardzība. Evakuācija	Prot pareizi rīkoties evakuāciju (skolā un citās sabiedriskās vietās) gadījumos. Nerada situācijas, kurās nepieciešama evakuācija (viltus trauksmes, zvani utt.), un apzinās atbildību.		
Drošība masu pasākumos un sabiedriskās vietās	Prot novērtēt situāciju masu pasākumos un sabiedriskās vietās un atbilstoši tai rīkoties.		
Pirmā palīdzība nelaimes gadījumos	Prot pareizi rīkoties dažādos nelaimes gadījumos, pasargājot sevi un citus no tiem. Nelaimes gadījumā prot izsaukt atbildīgos dienestus.		
Seksuālās vardarbības, nelegālās cilvēku tirdzniecības un prostitūcijas risks	Zina par cilvēku tirdzniecības draudu iespējām. Prot atrast nepieciešamo informāciju un palīdzību, lai izvairītos no riska situācijām.		

7. Ekoloģiska domāšana, skolas kā Ekoskolas darbības veicināšana

Veselīga vide	Zina vides faktoru ietekmi uz cilvēka veselību. Izvēlas sev labvēlīgu un veselībai nekaitīgu vidi.		
Veselīgas vides veidošana	Saprot, ka ikviens var būt līdzdalīgs veselīgas vides veidošanā skolā, mājās, pilsētā, ciemā utt.		

Ekoloģija	Izprot vides un sabiedrības mijiedarbību. Vides piesārņojums; Globālās vides pārmaiņas. Mana līdzdalība vides saglabāšanā		
8. Emocionālās labsajūtas veicināšana			
Personīgā atbildība par veselības un savas dzīves kvalitāti	Apzinās veselības un dzīvības kā vērtības nozīmi. Ir prasme novērtēt savu veselību un dzīvesveidu, sekot savam veselības stāvoklim. Ir prasme palīdzēt otram dažādās dzīves situācijās. Ir atbildīgs par savu un citu cilvēku veselību un dzīvību, tostarp saistībā ar atkarību izraisošo vielu lietošanu. Zina savus pienākumus un tiesības attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu.		
Emocionālā pazemošana internetā	Zina kur vērsties, ja notikusi emocionālā pazemošana internetā, zina kā var atpazīt pazemošanas veidus.		
Ņirgāšanās	Zina kā atpazīt ņirgāšanās veidus. Zina kur iegūt zināšanas par ņirgāšanos, tās veidiem, izplatību un iespējamām sekām. Paust nostāju un attieksmi, kas ir vērsta pret ņirgāšanos, uzsverot, ka ņirgāšanās ir nepieņemama uzvedības izpausme. Savlaicīgi pamanīt un pievērst uzmanību izmaiņām skolēna uzvedībā, attiecībām ar skolas un klasesbiedriem, kā arī izmaiņām skolas apmeklējumā un sekmēs.		

2. Sadarbība ar vecākiem

Sadarbības forma	Piezīmes (plānotais laiks)
Klašu vecāku un audzinātāju tikšanās	
Individuāla tikšanās ar skolēna vecāku	
Citas sadarbības formas	

3. Klases izpēte

Izpētes veids	Paredzamais rezultāts	Piezīmes (plānotais laiks)
Klases mikroklimata izpēte		
Klases emocionālā izpēte		

4. Klases pasākumi

Temats	Paredzamais rezultāts	Piezīmes (plānotais laiks)
Klases ekskursijas		
Klases pasākumi - klasesvakari		
Piedalīšanās skolas rīkotajos klašu pasākumos, konkursos		
Piedalīšanās labdarības akcijās		
u.c	.	