

APSTIPRINĀTS  
ar Kārsavas vidusskolas  
direktora 2017. gada 31. augusta  
rīkojumu Nr.1.11/29a

**Kārsavas vidusskolas audzināšanas programma  
2017./2018.-2019./2020.māc.g.**

## Saturs

1. Ievads .....	3
2. Klases stundu programmas tematiskas grupas .....	4
2.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana .....	4
2.2. Piederība valstij .....	4
2.3. Pilsoniskā līdzdalība .....	5
2.4. Karjeras izvēle .....	5
2.5. Veselība un vide .....	6
2.6. Drošība .....	7
3. Klašu grupa: 1. – 3.klase .....	8
3.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana .....	8
3.2. Piederība valstij .....	9
3.3. Pilsoniskā līdzdalība .....	11
3.4. Karjeras izvēle .....	12
3.5. Veselība un vide .....	13
3.6. Drošība .....	14
4. Klašu grupa: 4. – 6.klase .....	17
4.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana .....	17
4.2. Piederība valstij .....	18
4.3. Pilsoniskā līdzdalība .....	20
4.4. Karjeras izvēle .....	21
4.5. Veselība un vide .....	22
4.6. Drošība .....	23
5. Klašu grupa: 7. – 9.klase .....	25
5.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana .....	25
5.2. Piederība valstij .....	26
5.3. Pilsoniskā līdzdalība .....	28
5.4. Karjeras izvēle .....	29
5.5. Veselība un vide .....	30
5.6. Drošība .....	31
6. Klašu grupa: 10. – 12.klase .....	34
6.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana .....	34
6.2. Piederība valstij .....	35
6.3. Pilsoniskā līdzdalība .....	38
6.4. Karjeras izvēle .....	39
6.5. Veselība un vide .....	40
6.6. Drošība .....	42
Ieteicamā literatūra un informācijas avoti: .....	43

## 1. Ievads

Kārsavas vidusskolas audzināšanas programma (turpmāk tekstā – audzināšanas programma) ir veidota, pamatojoties uz Izglītības likumu, Valsts pamatizglītības standartu, Valsts vispārējās vidējās izglītības standartu, valstī izvirzītajām aktualitātēm audzināšanas darbībā katrā mācību gadā, vidusskolas attīstības plānu, izmantojot VISC izstrādāto “Klases stundu programmas paraugu”.

Pamatojoties uz valstī izstrādātajām aktualitātēm audzināšanas darbībā, Kārsavas vidusskolas klašu audzinātāju MK katra mācību gada sākumā izvirza prioritātes audzināšanas darbā skolā.

Izglītības likums, Valsts pamatizglītības standarts, Valsts vispārējās vidējās izglītības standarts un mācību priekšmetu standarti nosaka ikviena pedagoga iesaistīšanos un atbildību audzināšanas darbībā.

Kārsavas vidusskolas pamatmērķis – sekmēt izglītojamo atbildīgas attieksmes pret sevi, ģimeni, līdzcilvēkiem, valsti, demokrātijas un morāles vērtību veidošanu.

Klases audzinātājs vistiešāk veic audzināšanas darbību un sniedz atbalstu savas audzināmās klases skolēniem. Viņš sadarbībā ar skolēnu vecākiem, skolas pedagogiem un skolas psihologu un valsts un/vai pašvaldības atbildīgām institūcijām risina ar skolēnu personības veidošanu un attīstību saistītus jautājumus, vienlaicīgi rūpējoties par pedagoģiski un psiholoģiski labvēlīgu klases vidi un saliedētu klases kolektīvu.

Klases audzinātājs, ņemot vērā skolēnu vajadzības un skolas audzināšanas programmu, izstrādā savu klases audzinātāja tematisko plānu (katram semestrim), kurā plāno:

- klases stundas,
- skolēnu pedagoģisko izpēti,
- skolotāju, skolēnu un ģimenes sadarbību,
- ārpusstundu aktivitātes.

### **Klases stundu programmas mērķis:**

Klases stundu mērķtiecīga un pēctecīga plānošana un īstenošana, attīstot skolēniem dzīves prasmes un veidojot attieksmi pret sevi, ģimeni, klasi, skolu, vidi, darbu, kultūru, sabiedrību, valsti.

### **Veidojot audzināšanas tematisko plānu, klases audzinātājs izmanto klases stundu programmu, kuras uzdevumi:**

1. Sniegt atbalstu audzināšanas programmas veidošanā un īstenošanā atbilstoši skolēnu vecumposma īpatnībām.
2. Ieteikt tematiku klases stundām un citām audzināšanas darbības formām.
3. Ieteikt metodes un paņēmienus klases stundām.
4. Ieteikt klases audzinātāja darbā izmantojamo literatūru un informācijas avotus.
5. Aktualizēt starppriekšmetu saiknes nozīmīgumu audzināšanas darba īstenošanā skolā.

### **Audzināšanas tematiskajos plānos iekļautie temati:**

- Sevis izzināšana un pilnveidošana;
- Piederība valstij;
- Pilsoniskā līdzdalība;
- Karjeras izvēle;
- Veselība un vide;
- Drošība.

## 2. Klases stundu programmas tematiskas grupas

### 2.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana

#### **Pamatojums:**

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.gs. sabiedrībā, kas balstīta uz konkurenci. Ir būtiski jautājumi, uz kuriem skolēni vēlas saņemt atbildes:

„**Kas es esmu?**” Skolēns vērtē sevi un vidi, apzinās vērtības, tā veidojot individualitāti. Skolēns apzinās savu nozīmi pasaulē, 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 virzības procesā.

#### **Uzdevumi:**

Radīt skolēnam iespēju

- izprast pašam sevi, apzināties savas attieksmes un rīcību;
- iegūt pieredzi, kā veidot pašam savu dzīvi, attiecības ar sevi un citiem;
- attīstīt savu pašapziņu;
- domāt un rīkoties patstāvīgi, uzņemoties atbildību par savu rīcību.

### 2.2.Piederība valstij

#### **Pamatojums:**

Būtisku politisko, ekonomisko un sociālo pārmaiņu laikā indivīdam jāspēj tikt galā ar ikdienas dzīves izvirzītajām prasībām. Ir nepieciešamas prasmes, kuras veicina saskarsmi un sazināšanos ar citiem cilvēkiem. Arvien biežāk tiek akcentēta tādu prasmju izkopšana kā tolerance pret atšķirīgo, empātija (spēja iejusties un saprast citu cilvēku rīcību dažādās dzīves situācijās), efektīva komunikācija, darbība komandā, prasme risināt konfliktus. Prasmes ir cieši saistītas ar attieksmi, tādējādi attieksme pret citiem veido 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. Dzīvojot multikulturālajā vidē, Latvijas sabiedrībā īpašu nozīmi iegūst piederības izjūtas veicināšana valstij. Ir ļoti svarīgi gan ģimenē, gan skolā un sabiedrībā kopumā veicināt nacionālo pašapziņu, interesi par savas ģimenes, dzimtas, pilsētas, novada, valsts vēsturi un kultūras mantojumu.

#### **Mērķis:**

Akcentēt skolēnu personisko lomu un uzdevumus ģimenes attiecībās, klases un skolas dzīves pilnveidošanā, piederības veidošanā savam novadam, pilsētai, reģionam un valstiskās apziņas stiprināšanā.

#### **Uzdevumi:**

- veidot pozitīvas attiecības starp ģimenes locekļiem, klases un skolasbiedriem;
- attīstīt iniciatīvu, prasmi uzņemties pienākumus un būt atbildīgam par to izpildi;
- apgūt prasmes sadarboties ar vienaudžiem un dažādu paaudžu cilvēkiem;
- izprast un respektēt citu cilvēku atšķirības un vajadzības;
- stiprināt patriotismu, lojalitāti un piederību skolai, novadam, pilsētai, valstij.

## 2.3.Pilsoniskā līdzdalība

### **Pamatojums:**

Sabiedrības ilgtspējīgās attīstības nodrošināšanā pilsoniskā līdzdalība ir tas izšķirošais priekšnosacījums, kurš ikkatram sabiedrības indivīdam palīdz kļūt līdzatbildīgam par apkārtējiem procesiem, būt aktīvam sabiedrisko un politisko notikumu veidotājam. Ilgtspējīga attīstība nodrošina šodienas vajadzību apmierināšanu, neradot draudus nākamo paaudžu vajadzību apmierināšanai. Attīstības izglītība jeb globālā izglītība veicina informētību un izpratni par to, kā notikumi pasaulē ietekmē indivīdu un kopienu dzīvi un kā mēs varam ietekmēt to, kas notiek pasaulē.

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 realizējot savu pilsonisko pozīciju.

Šobrīd arvien skaidrāk jāapzinās pasaules vienotība, mācoties izmantot tās sniegtās iespējas, bet nepazaudējot individualitāti un būtiskas, vēsturiski radušās tradīcijas un kultūrvērtības. Apzinoties piederību savai tautai un valstij, vienlaikus veidojama toleranta attieksme pret citādo sev līdzās, citu tautu etniskiem, reliģiskiem vai kultūras jautājumiem un priekšstatiem. Multikulturāla vide, multikulturāla sabiedrība - tie ir jēdzieni, kuri arvien vairāk ienāk mūsu ikdienā, palielinot cilvēktiesību ievērošanas aspekta nozīmi savstarpējās attiecībās, saskarsmē. Dzīve demokrātijā nozīmē aktīvu sabiedrības dzīvi, pilsoņu līdzdalību un līdzatbildību par savas dzīves laiku un telpu. Pilsonisko tikumu apgūšana sākas ģimenē un pilnveidojama skolā (īpaši skolēnu pašpārvaldē un nevalstiskās organizācijās).

### **Mērķis:**

Veicināt skolēnu izpratni par indivīda un sabiedrības mijiedarbību, līdzatbildību par apkārtējiem procesiem un personīgās aktivitātes nozīmi sabiedrisko notikumu veidošanā un dzīves kvalitātes uzlabošanā.

### **Uzdevumi:**

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

## 2.4. Karjeras izvēle

**Pamatojums:**

Karjeras izvēles jautājumi ir būtiski gan bērniem un jauniešiem, gan arī viņu ģimenēm. Izglītības procesā karjeras izvēlē sniegtajiem pakalpojumiem ir jābūt tādiem, lai palīdzētu skolēniem saprast savas intereses un spējas, saprast darba tirgu, apgūt un attīstīt savas karjeras vadīšanas prasmes. Šim darbam jābūt mērķtiecīgi organizētam visus skolas gadus. Svarīgi, lai skolēni pēc iespējas agrāk saņemtu informāciju un padomus, kas dotu viņiem iespēju pamatoti izvēlēties pašu vēlmēm un spējām noderīgu turpmākās izglītības un darba dzīves virzienu.

Skolotāja uzdevums ir ne tikai palīdzēt skolēniem attīstīt savu personību, t.i., veidot pašapziņu, iemācīties izprast pašam sevi, novērtēt savu pieredzi, sasniegumus, personiskās īpašības, stiprās un vājās puses, bet arī lai izpētītu dažādas karjeras veidošanas iespējas, rosinot skolēnus pieņemt svarīgus lēmumus savai dzīvei. Prasme motivēt audzēkņus mūžizglītībai un apzinātai karjeras izvēlei ir atbildīgs skolas uzdevums. Laba izglītība palīdzēs skolēniem apzināties karjeras veidošanas iespējas. Vēlēšanās realizēt svarīgus nākotnes plānus veicinās skolēnu motivāciju mācīties.

**Mērķis:**

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

**Uzdevumi:**

- apzināties mācību, darba un saturīga brīvā laika pavadīšanas nozīmi karjeras izvēles procesā;
- veidot prasmi salīdzināt un samērot personiskos sasniegumus un īpašības ar tiem nosacījumiem, kas nepieciešami tālākai izglītības turpināšanai un savas karjeras veidošanai;
- attīstīt prasmes, kas nepieciešamas savas karjeras attīstības plānošanā, lai sekmīgi konkurētu darba tirgū.

## 2.5. Veselība un vide

**Pamatojums:**

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 jaunās paaudzes veselību. Tādējādi 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.). Būtiska ir sevis kā vides sastāvdaļas apzināšanās, kad indivīds uzņemas pienākumus un rūpes par vides sakārtošanu, saglabāšanu, veidošanu.

**Mērķis:**

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

**Uzdevumi:**

- iegūt augstu pašapziņu un pozitīvu pašnovērtējumu (justies labi “savā ādā”, prast rūpēties par sevi un savu ķermeni);
- apgūt iemaņas un prasmes, kas palīdzētu pieņemt atbildīgus lēmumus savai fiziskai, psihiskai un sociālai attīstībai;
- atbilstoši rīkoties ar atkarību izraisošo vielu (tabaka, alkohols, narkotiskās, psihotropās, kā arī jaunās psihoaktīvās vielas u.c.) lietošanu saistītās situācijās vai nonākot saskarē ar atkarību izraisošiem procesiem (azartspēles, jaunās tehnoloģijas u.c.);
- veidot pozitīvu attieksmi pret apkārtējo vidi.

## 2.6. Drošība

### **Pamatojums:**

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:**

rosināt izpratni par drošību dažādās situācijās;  
attīstīt prasmes novērtēt drošību un rīkoties dažādās situācijās;  
sekmēt skolēnu atbildību lēmumu pieņemšanā savas un līdzcilvēku drošības nodrošināšanā.

### 3. Klašu grupa: 1. – 3.klase

#### 3.1. Sevis izzināšana un pilnveidošana

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Sevis apzināšanās, jeb pašidentitāte 1. Es un mani vaļasprieki. 2. Es un mana ģimene. 3. Dusmas. Kā pareizi dusmoties? 4. Es un cilvēki man apkārt.	Atpazīst savas emocijas un pārdzīvojumus, mācās izzināt cēloņus un nosaukt tos vārdos; saskata atšķirības starp emocijām un savu rīcību. Analizē savas spējas valdīt par sevi, savaldīties (atbilstoši sava vecuma psiholoģiskajām īpatnībām). Vēro sevi, domā par sakarībām, kādas veidojas starp domām, jūtām, rīcību, mācās kontrolēt sevi un savu uzvedību.	Sociālās zinības 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 1. Kas tas ir – raksturs? 2. Es izprotu savas spējas un prasmes. 3. Manas labākās spējas un prasmes un to attīstīšana. 4. Izaicinājums manām spējām un prasmēm.	Saprot, ka ir interesanti kaut ko jaunu uzzināt un mācīšanās sagādā prieku. Apzinās savas spējas un prasmes, kas ļauj sasniegt nodomāto.	Sociālās zinības Apzinās un ar piemēriem ilustrē to, ka cilvēka ētisko rīcību var noteikt prāts, jūtas un gribasspēks. Prot izvēlēties pieklājīgu uzvedību konkrētā situācijā. Ētika Mācās attīstīt savas morālās jūtas. Mācās attīstīt savu sirdsapziņu un dzīvot saskaņā ar to. Kristīgā mācība Ir iecietīgs, labvēlīgs un līdzjūtīgs pret cilvēku un dzīvo radību.
3.	Savstarpējas attiecības 1. Pieklājīgas uzvedības zelta likumi. 2. Reālās un virtuālās vides saskares punkti un to ietekme uz attiecībām. 3. Pieklājīgas uzvedības nozīme pozitīvās savstarpējās attiecībās. 4. Atvainošanās un piedošanas prasmes pozitīvā ietekme uz personības attīstību.	Mācās analizēt un saprast savstarpējās attiecības, uzklaustīt un sadarboties ar klasesbiedriem un skolotājiem. Izprot atšķirības starp saskarsmi reālā vidē un virtuālajā vidē. Mācās būt pieklājīgs un ievēro pozitīvas uzvedības noteikumus klasē, skolā un ārpus tās. Prot atvainoties un mācās piedot.	Sociālās zinības Novērtē dalīšanās prieku (prot dalīties ar citiem). Saprot, ka katrai rīcībai ir sekas. Ētika 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	Apzinās konflikta esamību, konflikta	Sociālās zinības



	<p>1. Kas tas ir – konflikts?</p> <p>2. Pamatsoli konfliktsituācijas izvērtēšanā un risināšanā.</p> <p>3. Kāpēc mēdz būt atšķirīgi viedokļi par vienu tēmu?</p> <p>4. Es risinu konfliktu.</p>	<p>situācijas un mācās tās izprast.</p> <p>Mācās uz klausīt atšķirīgu viedokli konfliktā un vērtēt savu attieksmi pret to un radušās emocijas.</p>	<p>Apzinās īpašības, kas veicina labvēlīgu saskarsmi.</p> <p>Ētika</p> <p>Mācās veidot pozitīvas, jēgpilnas attiecības.</p>
5.	<p>Ētiskas vērtības</p> <p>1. Izpratne par līdzatbildīgu sabiedrību.</p> <p>2. Labie darbiņi ikdienā.</p> <p>3. Tikums latviešu folklorā.</p> <p>4. Pozitīvie piemēri mums apkārt.</p>	<p>Prot novērtēt savstarpēju palīdzību un pateikties.</p> <p>Mācās saskatīt un novērtēt labo ikvienā.</p> <p>Mācās izprast un ikdienā ievērot taisnīgumu, godīgumu un veidot darba tikumu.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot palīdzības nozīmi, ir izpalīdzīgs.</p> <p>Attīsta pozitīvu pieeju dzīvei (optimismu).</p> <p>Prot nosaukt un pamatot sev nozīmīgas tikumiskās īpašības.</p> <p>Ētika</p> <p>Zina tikumiskās pamatvērtības (labais, dzīvība) un tikumus.</p> <p>Zina un pazīst tikumu un morāles darbību ģimenē, klasē, skolā.</p> <p>Ir motivēts rīkoties saskaņā ar tikumiskajām vērtībām.</p> <p>Mācās saprast saistību starp tikumiskās rīcības mērķi, rīcību un ideāliem.</p> <p>Attīsta pozitīvu attieksmi pret dzīvi.</p> <p>Zina objektīvi nozīmīgās tikumiskās īpašības (labestība, godīgums, patiesums, līdzjūtība, taisnīgums). Kristīgā mācība</p> <p>Izprot, ka sirdsapziņa ir Dieva balss cilvēkā.</p> <p>Saprot atbilstību Dieva baušļiem konkrētā situācijā.</p>

### 3.2. Piederība valstij

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Ģimene un dzimta</p> <p>1. Mana māja, mana dzimta.</p> <p>2. Manas ģimenes locekļu-vecāku un vecvecāku profesijas.</p> <p>3. Mani pienākumi ģimenē.</p>	<p>Izprot radniecības pakāpes un rūpējas par ģimenes locekļiem.</p> <p>Apzinās atbildību un pienākumus ģimenē.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Zina skolēna tiesības un pienākumus un skolas iekšējās kārtības noteikumus.</p> <p>Prot pastāstīt par ģimenes, dzimtas vietas nozīmi savā dzīvē un valstī. Ētika</p>

	<p>4. Es ģimenē, klasē, skolā.</p> <p>5. Es un mana ģimene.</p> <p>6. Skola senatnē (vecvecāku aptauja)</p>		Sāk apzināt pienākumu kā vērtību.
2.	<p>Piederība novadam/ pilsētai</p> <p>1. Pārgājiens uz...</p> <p>2. Pilsētas nozīmīgākās vietas</p> <p>3. Mans pagasts, mana pilsēta.</p> <p>4. Latvijas lepnums-drosmīgi, pašreizējā cilvēki.</p> <p>5. Piederība savai mājai.</p> <p>6. Piederība savai skolai.</p> <p>7. Piederība novadam, valstij.</p> <p>8. Manas pilsētas skaistākās vietas.</p> <p>9. Mans mazais pārgājiens.</p> <p>10. Tikšanās ar ievērojamiem cilvēkiem.</p> <p>11. Kur es aizvestu viesus savā pilsētā.</p> <p>12. Es lepojos ar savas skolas bijušajiem skolēniem.</p>	<p>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.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Prot pastāstīt par Latvijas galvaspilsētu, sava novada centru, savu pilsētu vai pagastu. Dabaszinības</p> <p>Prot atšķirt pilsētā (ciematā) dabas objektus un cilvēka radītus objektus.</p>
3.	<p>Valstiskā identitāte</p> <p>1. Barikāžu atceres diena.</p> <p>2. Latvijas simboli.</p> <p>3. Latvijas valsts svētki, to svinēšana.</p> <p>4. Latvijas karte.</p> <p>5. Valsts dzimšanas dienas kūkas gatavošana klasē.</p> <p>6. Latvijas prezidenti.</p> <p>7. Latvijas valsts himna, ģerbonis, karogs.</p> <p>8. Kas ir tā zeme, ko labi zinām?</p> <p>9. 11. Novembris - Lāčplēša diena.</p> <p>10. Ar ko lepojas Latvija.</p> <p>11. Kas ir latvietis.</p> <p>12. Latvija pasaulē.</p>	<p>Zina Latvijas vietu Eiropas kartē. Zina nozīmīgākos Latvijas valsts svētkus (11. un 18.novembris, 4.maijs)</p> <p>Zina Latvijas vietu Eiropas kartē. Zina nozīmīgākos Latvijas valsts svētkus (11. un 18.novembris, 4.maijs)</p>	<p>Pazīst Latvijas simbolus, zina to lietojumu, zina valsts svētkus un to atzīmēšanas tradīcijas. Dabaszinības. Parāda Latviju kartē un raksturo tās atrašanās vietu.</p> <p>Mūzika</p> <p>Dzied no galvas Latvijas Valsts himnu.</p>
4.	<p>Nacionālā identitāte</p> <p>1. Svētki un tradīcijas Latvijā.</p> <p>2. Latviešu tautas tradīcijas – Meteņi, Lieldienas.</p> <p>3. Latviešu tradicionālie ēdieni.</p> <p>4. Pašidentitāte.</p> <p>5. Dažādu tautu rotaļas, dziesmas, pasakas, mīklas.</p>	<p>Zina savas tautas un latviešu tautas tradīcijas un saulgriežu svinamos svētkus</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Iepazīst latviešu tautas tradīcijas un folkloru, kā arī citu tautu tradīcijas, salīdzina tās, meklējot kopīgo un atšķirīgo. Latviešu valoda</p> <p>Ir prieksstats par latviešu tautas garīgās kultūras vērtībām.</p>
5.	<p>Multikulturāla vide</p> <p>1. Kā pieņemt citādo.</p>	<p>Apzinās, ka Latvijā dzīvo dažādas etniskās piederības cilvēki.</p>	<p>Apzinās, ka Latvijā dzīvo dažādas etniskās piederības cilvēki.</p>

<p>2. Latvija - valsts, kurā dzīvojam.</p> <p>3. Es un citi. Saskarsmes kultūra un uzvedība. 4. Citādaļ man līdzās.</p> <p>5. Drošība vidē.</p> <p>6. Es – savā valstī, novadā, pilsētā.</p> <p>7. Iepazīšanās ar citu tautu bērnu literatūru.</p> <p>8. Kā iedraudzēties?</p> <p>9. Citu tautu nacionālie ēdieni.</p>		
--	--	--

### 3.3. Pilsoniskā līdzdalība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Tiesības un pienākumi</p> <p>1. Es – skolēns (skolēna uzvedība, pienākumi un noteikumi).</p> <p>2. Es un mana klase (ikdienā, klases pasākumos un sarīkojumos).</p> <p>3. Es un mana ģimene (sadarbība un pienākumi).</p> <p>4. Es – pasaulē (pasaulē bērnu stāsti)</p>	<p>Zina savas pamattiesības un pamatpienākumus ģimenē un skolā.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Zina skolēna tiesības un pienākumus, kas jāveic ikdienā (ģimenē, skolā).</p>
2.	<p>Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes</p> <p>1. Piekļāvības ABC – durvis uz sadarbību un sadzīvošanu (klases kārtības rullis).</p> <p>2. Esī saprātīgs un nosvērts (jūtu izpausmes veidi, to nozīme attiecību veidošanā).</p> <p>3. Es un citi (iespējas piedalīties un sadarboties ārpusstundu pasākumos, interešu izglītības pulciņos).</p> <p>4. Konflikts un tā risināšana.</p>	<p>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</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot atbildības jēdzienu. Prot formulēt un paust savu viedokli. Ir gatavs uz klausīt citu domas. Izprot izpalīdzības nozīmi.</p>
3.	<p>Ilgtermiņa attīstība</p> <p>1. Mana skola un mana pilsēta (kārtības izjūta un sakopta vide).</p> <p>2. Domāt un dzīvot zaļi (cilvēka un dabas mijiedarbība).</p> <p>3. Sabiedriskās darbības iespējas (labdarība,</p>	<p>Izvērtē atšķirību starp vēlmēm un vajadzībām. Izvērtē cilvēku rīcības ietekmi uz vidi. Rūpējas par vides sakopšanu tuvākajā apkārtnē. Izvērtē resursu patēriņu un</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Apzinās savu saistību ar vidi un atbildību par to. Atšķir veselībai un videi draudzīgu un nedraudzīgu rīcību. Apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā</p>

	<p>talkas u.c. aktivitātes). 4. Es – mazais ekonomists (ikdienā lietojamie resursi, to izmantošana un taupīšana)!</p>	<p>iespējas tos taupīt (piemēram, pārtika, ūdens, elektrība).</p>	<p>un to īstenošanā ģimenē, klasē, skolā. Prot atšķirt vēlmes no vajadzībām. Dabaszinības Apzinās cilvēka saimnieciskās darbības izraisītās pārmaiņas dabā. Cenšas taupīgi izmantot ūdeni un citus dabas resursus. Mājturība un tehnoloģijas Izprot mājās izmantojamo resursu taupīšanas nepieciešamību, saprot, ka pārtikas produkti jālieto ekonomiski.</p>
--	---	---	---

### 3.4. Karjeras izvēle

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	<p>Profesiju daudzveidība. Manu vecāku, ģimenes locekļu darbs 1. Manu vecāku darbs. 2. Manu ģimenes locekļu darbs. 3. Profesijas darbavietās pie manas skolas / manā pagastā / pilsētā. 4. Profesiju pārstāvji manā ikdienā.</p>	<p>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.</p>
2	<p>Mani pienākumi ģimenē. Mani vaļasprieki. Mana sapņu profesija 1. Mani ikdienas darbiņi. Pienākumi ģimenē. 2. Mani vaļasprieki mājās. 3. Manas intereses pulciņos. 4. Es vēlos strādāt par ...</p>	<p>Gūst priekšstatu par ikdienas darbu un interešu, vaļasprieku saistību ar profesijām, gūst izpratni par to dažādību.</p>
3.	<p>Dienas režīms 1. Kāpēc vajadzīga dienasgrāmata? 2. Mani dienas darbi skolā un mājās. 3. Mani vaļasprieki un atpūta. 4. Mans dienas režīms.</p>	<p>Prot izplānot savu dienas režīmu un tam sekot, paredzot laiku mācībām, pienākumiem mājās, vaļaspriekiem un atpūtai.</p>
4.	<p>Mācības - skolēna darbs 1. Kāpēc jāmacās? 2. Kā labāk mācīties? 3. Mācības – pienākums un atbildība. 4. Mācību rezultāti un sasniegumi.</p>	<p>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.</p>
5.	<p>Karjeras vīzija 1. Pēc 20 gadiem es būšu...</p>	<p>Mācās domāt par savu nākotni, iepazīstot dažādas profesijas, apgūst darba prasmes.</p>

	2. Profesijas pēc 50 gadiem. 3. Kas man jāprot manā sapņu profesijā? 4. Kādas prasmes es apgūstu skolā?	
--	---	--

### 3.5. Veselība un vide

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Uztura ietekme uz skolēna darbaspējām un sekmēm mācībās 1. Es augu lielāks... 2. Kas ir veselīgs uzturs?	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.) 1. Pārtikas produktu iesaiņojumi (praktiska nodarbība). 2. Mana ēdienkarte (diskusija, grupu darbs).	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 1. Mani ēšanas paradumi (diskusija). 2. Tīro roku nedēļa. 3. Ko es šodien izvēlēšos savā ēdienkartē? (praktiska nodarbība) 4. Vai es varēšu pateikt nē? 5. Mana izvēle.	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 1. Ko nozīmē būt fiziski aktīvam? (diskusija) 2. Manas fiziskās aktivitātes skolā un ārpuskolas (grupu darbs, skolēnu aptauja, skolēnu izpēte). 3. Viss sākas bērnībā. Tikšanās ar sportistiem.	Apzinās fizisko aktivitāšu nozīmi veselības saglabāšanā. Veidojas motivēta nepieciešamība piedalīties dažādās fiziskajās nodarbībās skolā un ārpus skolas
5.	Veselīga vide 1. Kāda ir veselīga vide? (diskusija) 2. Vide, kurā es atrodos (praktiska nodarbība). 3. Ekskursija . Pētīsim vidi! (praktiska nodarbība) 4. Zaļā nedēļa mājās, skolā .	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 1.Kas ir atkarība un kā tā var rasties? 2. Vai dators ir mans draugs un kad tas kļūst mans ienaidnieks? (diskusija) 3. Es un mobilais telefons. 4. Noteikumu ievērošana darbā ar datoru. 5. Būsim pieklājīgi izmantojot datoru un telefonu!(saruna, diskusija, grupu darbs)	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

### 3.6. Drošība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
<b>Satiksmes drošība</b>		
1.	Ceļš uz skolu 1. Mans ceļš uz skolu (zīmēt, aprakstīt ceļu, objektus, ceļazīmes, kas atrodas šajā posmā). 2. Drošība uz ielas. 3. Trīskrāsu luksoforiņš- mans draugs. 4. Es un mana drošība. 5. Iespējamie ceļi uz manu dzīvesvietu. 6. Drošākais ceļš no mājām 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 1. Es – gājējs. 2. Praktiska nodarbība ar policijas darbiniekiem gājēju pārejas šķērsošanā gan pie luksofora, gan zebbras. 3. Satiksmes līdzekļi un to izmantošanas iespējas manā pilsētā. 4. Drošība un uzvedības noteikumi sabiedriskajā transportā.	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 1.Kas ir ceļu satiksmes noteikumi? 2. Es – ceļu satiksmes dalībnieks. 3. Es gribu ar Tevi parunāties, Luksoforiņ! 4. Esi drošs! 5.Vai tu zini, kas es esmu (ceļa zīmju atpazīšana)	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 1. Satiksmes negadījums – kas tas ir, kas to izraisa? 2. Iela – rotaļu laukums? 3. Disciplinēta satiksmes dalībnieka īpašības. 4. Kas ir gaismas atstarotāji? 5. Kāpēc nepieciešami gaismas atstarotāji? 6. Esi redzams!	Spēj novērtēt bīstamas situācijas un prot atbilstoši rīkoties tajās, prot lietot gaismas atstarotājus.
5.	Velosipēds 1. Es – velosipēdists. 2. Ceļu satiksmes noteikumi velosipēdistam. 3. Praktiskas nodarbības noteikumu apgūšanā.	Zina un ievēro nosacījumus braukšanai ar velosipēdu, prot izvēlēties un izmanto drošāko atļauto ceļu
<b>Drošība ekstremālās situācijās</b>		
1.	Dabas katastrofas: vētra, plūdi, negaiss u.c. 1. Dabas stihijas Latvijā. 2. Uzvedība dabas katastrofu gadījumā. 3. Kā sev palīdzēt dabas katastrofas laikā?	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 1. Ūdens – draugs vai ienaidnieks? 2. Ūdenstilpnes. 3. Atpūta pie ūdens – esmu laimīgs vasarā. 4. Instrukcijas pirms peldēšanas (baseinā). 5. Urrā – ledus!?	Apzinās un ievēro drošības noteikumus ūdenī, uz ledus un ūdenskrātuvi tuvumā.
3.	Karsti un auksti laika apstākļi 1. Laika apstākļu dažādība. 2. Mans apģērbs un ekipējums aukstos laika apstākļos. 3. Kā justies labi karstā vasaras laikā? 4. Saules dūriens un tā radītās briesmas.	Apzinās drošības noteikumus karstos un aukstos laika apstākļos.
4.	Elektroierīces 1. Elektroierīces manās mājās. To atbilstība lietošanas noteikumiem. 2. Elektroierīces manā klasē. 3. Elektrodrošības noteikumi. 4. Esi pasargāts un drošs! 5. Tas varēja nenotikt...	Izprot dažādu elektroierīču funkcijas. Lietojot elektroierīces, prot ievērot drošības noteikumus un lietošanas instrukcijas. Apzinās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.
5.	Pirotehnika 1. Kas ir pirotehnika un kādiem nolūkiem to izmanto? 2. Svinēsim svētkus droši!	Izprot pirotehnikas bīstamību un zina, ka to bērni nedrīkst lietot.
6.	Ugunsdrošība 1. Uguns. Degšana. 2. Uguns izmantošana sadzīvē.	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.

	<p>3. Kādas ir ugunsdrošības zīmes?</p> <p>4. Apdegumi un to radītās sekas.</p> <p>5. Kā rīkoties, ja aizdegas apģērbs?</p>	Nedezina kūlu un sadzīves atkritumus.
7.	<p>Rīcība nelaiemes gadījumā Drošības dienesti</p> <p>1. Lomu spēle „Kā tu rīkosies?”</p> <p>2. Drošības dienestu funkcijas un izsaukšana.</p> <p>3. Drošība mājās, skolā.</p>	<p>Apzinās, kādu palīdzību var sniegt dažādi drošības dienesti.</p> <p>Prot izsaukt drošības dienestus un raksturot notikušo.</p> <p>Zina, kādos gadījumos nepieciešama evakuācija un kā rīkoties.</p>
8.	<p>Skolas evakuācijas plāns</p> <p>1. Mana skola – mana drošība.</p> <p>2. Kāpēc nepieciešams evakuācijas plāns?</p> <p>3. Skolas evakuācijas plāns (praktiska nodarbība).</p>	Zina, kur skolā atrodas evakuācijas plāns un kā rīkoties trausmes gadījumā.
9.	<p>Nevēlami svešinieki</p> <p>1. Kā izvairīties no suņa kodiena?</p> <p>2. Neaiztiek to, ko nepazīsti (nezini)!</p> <p>3. Indīgās čūskas Latvijā.</p> <p>4. „Draugi” internetā.</p> <p>5. „Labvēļi” pagalmā un uz ielas.</p> <p>6. „Ciemīņi” mājās, ja mājās esi viens.</p> <p>7. Mans sapņu rotaļu laukums</p>	<p>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.</p> <p>Prot meklēt palīdzību, ja nokļūst nepatīkamā situācijā.</p>



## 4.Klašu grupa: 4. – 6.klase

### 4.1.Sevis izzināšana un pilnveidošana

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Sevis apzināšanās, jeb pašidentitāte 1. Mana rakstura izvērtējums, manas stiprās un vājās rakstura īpašības. 2. Manas rakstura īpašības un emocijas, kādas tās izraisa. 3. Emociju pārvaldīšanas prasme. 4. Problēmsituācijas, kuras var radīt manas rakstura īpašības.	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.	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus. Izprot un ikdienā ievēro taisnīgumu, godīgumu un darba tikuma nepieciešamību.
2.	Mērķtiecība. Zinātkāre 1. Vai vienmēr ar problēmām jātiek galā pašam? 2. Dažādas iespējas problēmu risināšanā. 3. Mērķtiecīgi plāno, lai sasniegtu! 4. Mans darba dienas plāns.	Apzinās mērķtiecīgas darbības soļus un secību, lai paveiktu to, ko uzņemies. Izprot, kur nepieciešama pieaugušo palīdzība un atbalsts. Veido pārliecību, ka uzzināt ko jaunu ir interesanti un mācīšanās var sagādāt prieku.	Sociālās zinības 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.	Savstarpējas attiecības 1. Savstarpēja cieņa un sapratne – labas ikdienas pamats. 2. Pozitīva un negatīva komunikācija virtuālajā saziņas vidē. 3. Es kā virtuālās vides lietotājs. 4. Vienošanās - zaudējums vai uzvara?	Veido attiecības ar citiem, pamatojoties uz cieņu, sapratni un draudzīgumu. Izprot pozitīvas komunikācijas nepieciešamību virtuālajā saziņas vidē. Apzinās savas prasmes izbeigt strīdu un panākt vienošanos, neaizskarot un neaizvainojot citus.	Sociālās zinības Ir draudzīgs, ieinteresēts un atsaucīgs attiekmē pret visiem grupas biedriem. Prot ar toleranci izturēties pret atšķirīgām vērtībām, uzskatiem, pārliecību.
4.	Konflikta risināšana 1. Biežākie konflikta cēloņi. 2. Tolerance un empātija. 3. Prasme pamatoti paust savu viedokli. 4. Kā atrast kompromisu konfliktsituācijā?	Izprot konflikta cēloņus, novērtē savu lomu un rīcību konfliktā. Mācās mierīgi un tolerantī paust savu viedokli konfliktā un meklēt kopīgu risinājumu.	Sociālās zinības Ir draudzīgs, ieinteresēts un atsaucīgs attiekmē pret visiem grupas biedriem. Prot ar toleranci izturēties pret atšķirīgām vērtībām, uzskatiem, pārliecību.
5.	Ētiskas vērtības 1. Labdarības projekta izstrāde mūsu klasē. Labdarības pasākumi to nozīme.	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus. Izprot un ikdienā ievēro taisnīgumu, godīgumu un darba tikuma nepieciešamību.	Sociālās zinības Ir draudzīgs, ieinteresēts un atsaucīgs attiekmē pret visiem grupas biedriem.

2. Labdarības pasākumu organizētāji. 3. Klases labdarības pasākumu plānošana, izpilde.		Prot ar toleranci izturēties pret atšķirīgām vērtībām, uzskatiem, pārlicību.
---	--	--

## 4.2. Piederība valstij

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Ģimene un dzimta 1. Es - manas dzimtas koka atzars. 2. Mana loma ģimenē. 3. Ģimenes, tuvinieku atbalsta nozīmīgums. 4. Mana ģimene kā vērtība. 5. Savas dzimtas apzināšana – radinieki ārzemēs. 6. Izstādes „ Mana māja” apmeklējums. 7. Mans dzimtas koks. 8. Es ģimenē, pienākumi ģimenē. 9. Manas ģimenes vērtības un tradīcijas.	Veido savas dzimtas koku. Apzinās ģimeni kā vērtību. Ir informēti par dažādiem ģimenes attiecību modeļiem. Prot pastāstīt par tradīcijām ģimenē	Sociālās zinības Zina, ka ir dažādas ģimenes, un apzinās ģimenes vērtību. Novērtē ģimeni, mājas kā nozīmīgas vērtības savā un citu cilvēku dzīvē. Latvijas vēsture Izprot, ka paša un ģimenes vēsture ir saistīta ar Latvijas vēsturi un tās notikumiem. Ir pieredze veidot dzimtas koku
2.	Piederība novadam/ pilsētai 1. Novada ievērojamākās vietas un cilvēki. 2. Kultūra kā vērtība. 3. Es un mans novads. 4. Nozīmīgākie notikumi pilsētā. 5. Tūrists pilsētā un novadā 6. Intervija „Ievērojams manas pilsētas vai novada cilvēks.” 7. Iepazīsti seno arodu meistarus.	Sociālās zinības Zina, ka ir dažādas ģimenes, un apzinās ģimenes vērtību. Novērtē ģimeni, mājas kā nozīmīgas vērtības savā un citu cilvēku dzīvē. Latvijas vēsture Izprot, ka paša un ģimenes vēsture ir saistīta ar Latvijas vēsturi un tās notikumiem. Ir pieredze veidot dzimtas koku	Sociālās zinības Prot pastāstīt par Latvijas kultūrvēsturiskajiem novadiem. Latvijas vēsture Zina savas tuvākās apkārtnes nozīmīgākos vēstures notikumus.
3.	Valstiskā identitāte 1. Valsts svētku nozīme. 2. Es - vēstures veidotājs. 3. Valsts, kurā es dzīvoju. 4. Valsts svētku nozīme katra cilvēka un tautas dzīvē. 5. Atceres dienas. 6. Darbs grupās, sagatavota prezentācija-	Zina un svin Latvijas valsts svētkus, zina piemiņas un atceres dienas, cieņpilni izturas pret valsts simboliem. Zina ievērojamus Latvijas cilvēkus – sportistus, kultūras darbiniekus, politiķus utt., ar ko valsts lepojas un kuri nes Latvijas vārdu pasaulē. Izprot Brīvības cīņītāju lomu Latvijas	Sociālās zinības Izprot Latvijas valsts simbolus kā saikni starp nācijas pagātņi un tagadni. Latvijas vēsture Atpazīst Latvijas ievērojamākās vēsturiskās personas. Raksturo Latvijas valsts simbolus (karogs, himna, ģerbonis).

	<p>“Latvieši pasaulē” (sportisti, kultūras darbinieki, politiķi, utt.).  7. Spēle “Es mīlu Latviju!”.  8. Kas ir patriotisms?</p>	<p>neatkarības radīšanā, atjaunošanā un nostiprināšanā.</p>	<p>Saskata Latvijas valsts svētku un atceres dienu vēsturisko nozīmi.</p>
4.	<p>Nacionālā identitāte  1. Latviešu tautas kultūras mantojuma unikalitāte- dainas, dainu skapis; Dziesmu un deju svētki u.c.  2. Pasākumu apmeklēšanas kultūra.  3. Labdarības nozīme cilvēku savstarpējās attiecībās.  4. Svecīšu vakari. Veļu laiks. Cilvēka piemiņas saglabāšana.  5. Latviskie ornamentu, to nozīme, izmantošana mūsdienās.  6. Kultūrvēsturisko pieminekļu iepazīšana ekskursijās.  7. Tikšanās ar ievērojamiem cilvēkiem</p>	<p>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.</p>	<p>Sociālās zinības  Zina nozīmīgākās kultūras jomas (sadzīve, nodarbošanās veids, izglītība, reliģija, māksla, literatūra, folklorā, etnogrāfija).  Latvijas vēsture  Ir motivēts izzināt tuvākās apkārtnes vēstures pieminekļu izcelsmi un vēsturi.  Saskata Latvijas valsts simbolu saistību ar notikumiem Latvijas vēsturē.  Literatūra  Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības.</p>
5.	<p>Multikulturāla vide  1. Tolerance pret citādo.  2. Draugi kā vērtība.  3. Dažādu tautību cilvēki Latvijā.  4. Minoritāšu tradīcijas, valoda.  5. Uzvedība, apmeklējot kultūras pasākumus.  6. Labdarības nozīme cilvēku savstarpējās attiecībās.  7. Migranti pasaulē, Latvijā. Līdzcievība.  8. Sevis pilnveidošana.  9. Cilvēka dzīves veids saistībā ar vides apstākļiem.  10. Svētku svinēšanas tradīcijas pasaulē.</p>	<p>Apzinās savu nacionālo identitāti un citu tautību cilvēku esamību Latvijā.  Izprot un respektē kopīgo un atšķirīgo dažādu tautu tradīcijās.</p>	<p>Sociālās zinības  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.  Latvijas vēsture  Izprot, kā Latvijas vēstures notikumi ir ietekmējuši sabiedrības attīstību, kā veidojusies paša dzīve.  Saskata dažādu kultūru mijiedarbību tuvākajā apkārtnē.  Izprot, ka Latvijas vēsture ir dažādu tautu un kultūru mijiedarbības rezultāts.</p>

### 4.3. Pilsoniskā līdzdalība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Tiesības un pienākumi</p> <p>1. Cilvēka dzīve un pienākumi (Starptautiskā konvencija ANO bērnu un jauniešu tiesību aizsardzībā, tās darbība pasaulē).</p> <p>2. Es, kā pilsonis skolā, pilsētā un valstī (pienākumi, noteikumi, tiesības, to sasaiste).</p> <p>3. Mana dzīve un pienākumi (tagad un nākotnē)</p>	<p>Zina, kādi dokumenti nosaka cilvēka tiesības un pienākumus.</p> <p>Izprot un ievēro pienākumu un tiesību vienotību.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot saistību starp tiesībām, pienākumiem un atbildību.</p>
2.	<p>Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes</p> <p>1. Manas pilnveidošanās iespējas un pilsoniskā līdzdalība.</p> <p>2. Es un citi (interesu saskaņošana, domubiedru grupu veidošanās).</p> <p>3. Manas skolas un pilsētas sabiedriskā dzīve (līdzdalība skolas un pilsētas pasākumos).</p> <p>4. Es to protu, es to varu (pasākumu organizēšanas pamatprincipi).</p> <p>5. Manas klases pasākums (pasākuma izstrāde, norādot mērķi uzdevumus, norisi un izvērtējumu).</p> <p>6. Konflikta risināšana (konfliktu cēloņi un to novēršana).</p>	<p>Sāk iepazīt veidus, kā var piedalīties skolas dzīves organizēšanā.</p> <p>Iepazīst skolēnu pašpārvaldes darbību un iespējas.</p> <p>Iesaistās dažādu klases pasākumu organizēšanā. Ir gatavs uzņemties iniciatīvu un sadarboties.</p> <p>Prot izteikt savu viedokli un ir saprotošs pret atšķirīgu viedokli.</p> <p>Prot rast kompromisa risinājumu.</p> <p>Ir gatavs uzņemties atbildību.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot saistību starp tiesībām, pienākumiem un atbildību.</p>
3.	<p>Ilgspējīga attīstība</p> <p>1. Resursi un vide. Saimniecība un resursi (resursu izmantošanas nepieciešamība un sabalansēšana ar tīru vidi).</p> <p>2. Atbildība par vidi globālā un vietējā mērogā.</p> <p>3. Veselīgs uzturs ir veselības drošība (veselīga uztura ēdienkarte, sezonas ēdienkarte).</p> <p>4. Otrā elpa (projekta darbs, izmantojot otrreizēji izmantojamus materiālus).</p>	<p>Prot šķirot atkritumus un ievēro to ikdienā.</p> <p>Piedalās talkās, akcijās u.c. pasākumos vides aizsargāšanā.</p> <p>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 mājāsaimniecībā izmantojamo resursu patēriņu, sagatavo priekšlikumus resursu ilgtspējīgam patēriņam.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Zina veselīga uztura pamatprincipus.</p> <p>Izprot cilvēku, institūciju un valstu sadarbības nozīmi tīras vides uzturēšanā.</p> <p>Atšķir cilvēka galvenās ekonomiskās vajadzības un sociālās vajadzības.</p> <p>Zina, ka ražošanas resursi ir ierobežoti.</p> <p>Mājturība un tehnoloģijas</p> <p>Izprot ekonomiskas saimniekošanas nozīmi cilvēka dzīves kvalitātes uzlabošanā un vides saudzēšanā.</p> <p>Zina, ka sadzīves atkritumu pārstrāde un</p>

			sadzīves ķīmisko līdzekļu saprātīga lietošana saudzē vidi. Saskata likumsakarības starp galvenajiem mājsaimniecībā izmantojamajiem resursiem un to taupīšanas nepieciešamību.
--	--	--	---

#### 4.4. Karjeras izvēle

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Es un mani dotumi 1. Vislabāk es protu ... 2. Kā man iemācīties to, ko vēl tik labi neprotu? 3. Manas intereses. 4. Manu spēju un talantu prezentācija.	Apzinās savas stiprās un vājās puses, kā arī savas intereses, spējas.
2.	Mani darba ieradumi Sadarbības prasmes 1.Es plānoju savu dienas režīmu. 2.Es sadarbojos...	Prot plānot savu dienas režīmu, ievērojot savas un citu intereses un iespējas Prot sadarboties ar dažāda vecuma cilvēkiem.
3.	Brīvais laiks un tā izmantošana 1. Mūsu klases hobiji (vaļasprieki). 2. Interesu izgl. skolā. 3. Brīvais laiks un lietderīga tā pavadīšanas iespējas.	Izzina un izmanto daudzpusīgas lietderīga brīvā laika pavadīšanas iespējas, atrodot savām spējām un vēlmēm atbilstošāko.
4.	Mācīšanās prasmes un sasniegumi 1. Mana sasniegumu mape. 2. Mana izaugsme. 3. Vai es mācos tik, cik spēju? 4. Zināšanu un prasmju nozīme nākotnē.	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 1. Fizisks un garīgs darbs. 2. Profesiju veidi. 3. Profesiju prestižs un nepieciešamība. 4. Profesiju pieprasījums manā pilsētā/novadā/ pagastā.	Izprot profesiju veidus un tajās veicamo darba specifiku: fizisks – garīgs darbs, darbs telpās – darbs ārā u.tml. Izprot dažādo profesiju lomu sabiedrības dzīvē un veido priekšstatus par savu iespējamo nākotnes profesiju. Pētīt profesiju daudzveidību, domā par savām nākotnes iecerēm, par savām iespējām pilsētā/novadā/valstī.
6.	Lietišķā valoda, tās nozīme ikdienas dzīvē 1. Valodas kultūra ikdienā.	Izkopj savu valodas kultūru. Izprot publiskas uzstāšanās būtību un ir apguvis prasmes tajā piedalīties,

2. Publiskās runas prasmes un nepieciešamība. 3. Elektroniskās saziņas kultūra. 4. Telefonsaziņas kultūra.	prezentējot dažādus darbus un uzstājoties.
--	--

#### 4.5. Veselība un vide

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Personīgā higiēna. Rūpes par ārējo izskatu 1. Personīgā higiēna . 2. Kāpēc ir jāievēro personīgā higiēna? (diskusija, grupu darbs) 3. Mans ārējais izskats. Vai es sev patīku? (diskusija) 4. Manas rūpes par savu ārējo izskatu (grupu darbs).	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 1. Kārtība uz mana skolas sola un manā skolas somā. 2. Šķirosim atkritumus klasē, skolā! 3. Mana veselība un apkārtējā vide. 4. Kārtība skolas garderobē (praktiska nodarbība).	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 1. Faktori, kas ietekmē manu un citu veselību (grupu darbs). 2. Man ir jāmāk pašam sevi pasargāt! (grupu darbs, prezentācijas)	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 1. Mans dienas režīms. Kā es to ievēroju? (diskusija, skolēni veic savu vecāku aptauju) 2. Dienas režīma veidošana (praktiska nodarbība). 3. Mana rīcība dažādās situācijās: pie ūdens, uz ledus, elektrodrošība, ugunsdrošība, CSN (skolēnu instruktāža). 4. Evakuācija (praktiska nodarbība). 5. Pirmā palīdzība . 6. Atpazīsim svešinieku! Mana rīcība. 7. Būsim pieklājīgi izmantojot datoru un telefonu! Mana atbildība (tikšanās ar policijas pārstāvi). 8. Mana drošība (grupu darbs- veido plakātus). 9. Mans brīvais laiks.	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.

	10. Mans hobijs (var veidot klasē izstādi)
--	--

#### 4.6. Drošība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
<b>Satiksmes drošība</b>		
1.	Satiksmes noteikumi gājējiem un pasažieriem 1. Ceļu satiksmes noteikumi gājējiem. 2. Ceļu satiksmes noteikumi pasažieriem. 3. Gājēju un pasažieru pienākumi. 4. Drošības noteikumi uz ielas un sabiedriskās vietās. 5. Es protu izmantot sabiedrisko transportu.(praktiska nodarbība). 6. Kā uzvedība uz ielas var iespaidot veselību?	Prot ievērot pasažieru drošības noteikumus un pienākumus dažādos sabiedriskajos transportlīdzekļos. Ievēro uzvedības noteikumus stacijā un autoostā, sabiedrisko transportlīdzekļu pieturās.
2.	Transporta līdzekļi 1. Transportlīdzekļu daudzveidība. 2. Ērtākie un drošākie transporta līdzekļi. 3. Operatīvie transportlīdzekļi. 4. Risks ne vienmēr attaisnojas.	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 1. Mans velosipēds- mans draugs. 2. Vai esmu labs velosipēdists? 3. Velosipēda uzbūve un tehniskā drošība. 4. Velosipēda vadītāja dokumenti un to iegūšanas kārtība. 5. Esi zinošs velosipēdists!	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 1. Kurš ir atbildīgs par drošību uz ielas? 2. Ja ir noticis ceļu satiksmes negadījums... 3. Vai es protu sniegt pirmo palīdzību? 4. Pašpalīdzība un rīcība nestandarta gadījumos.	Prot atbilstoši rīkoties un meklēt palīdzību nelaimes gadījumos
<b>Drošība ekstremālās situācijās</b>		
1.	Drošība ekstremālās situācijās un evakuācija 1. Kas ir ekstremāla situācija? 2. Kas ir nelaimes gadījums? 3. Nelaimes gadījumi mājās, uz ielas, skolā.	Prot adekvāti rīkoties un rast nepieciešamo palīdzību dabas katastrofu gadījumos, izsaucot atbildīgo institūciju pārstāvjus. Prot atbilstoši rīkoties trauksmes laikā. Rīkojas saskaņā ar evakuācijas plānu.

	4. Rīcība ekstremālās situācijās.	
2.	<p>Ūdens</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ūdens – cilvēka draugs un ienaidnieks.</li> <li>2. Pārgalvīgu rīcību sekas.</li> </ol>	Prot izvērtēt un nepieļaut riska situācijas ūdenī uz ledus un ūdenskrātuvju tuvumā.
3.	<p>Ugunsdrošība</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Rotaļas ar uguni – joks vai draudi?</li> <li>2. Ugunsgrēks, ugunsdzēsēju izsaukšana.</li> </ol>	Zina un ievēro ugunsdrošības noteikumus. Prot rīkoties un zina, kur meklēt palīdzību nelaimes gadījumos
4.	<p>Pirotehnika</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Esi drošs svētkos un ikdienā!</li> <li>2. Vai vienmēr jālasa lietošanas noteikumi? Ko tie mums vēsta?</li> </ol>	Prot novērtēt pirotehnikas bīstamību un apzinās nepareizas rīcības sekas.
5.	<p>Bīstamie atradumi (lādiņi, ķīmiskās vielas, medikamenti, šļirces u.c.).</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Veselībai droša vide.</li> <li>2. Bīstamie atradumi – draudi dzīvībai.</li> <li>3. Sadzīvē lietotās bīstamās vielas – esi uzmanīgs!</li> </ol>	Prot rīkoties, konstatējot bīstamos atradumus, un apzinās nepareizas rīcības sekas.



## 5. Klašu grupa: 7. – 9.klase

### 5.1.Sevis izzināšana un pilnveidošana

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Sevis apzināšanās, jeb pašidentitāte</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Personības izzināšanas testi.</li> <li>2. Manas stiprās puses, vājās puses, manas iespējas un draudi.</li> <li>3. Bezizeja un izeja. Prasme pieņemt racionālus lēmumus.</li> </ol>	<p>Apzinās savu individualitāti, atšķirību no citiem, analizē savas īpašības. Prot saskatīt un novērtēt pozitīvo sevī. Novērtē savus panākumus un neveiksmes.</p> <p>Apzinās savas emocijas un mācās tās mērķtiecīgi vadīt.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Pazīst un raksturo iekšējās un ārējās kontroles mehānismus, kuri nosaka cilvēka rīcību un attiecības.</p> <p>Izprot dažādu emociju un stresa cēloņus; zina, kā pārvarēt negatīvas emocijas un stresu, kā rīkoties psiholoģiskas krīzes gadījumos.</p> <p>Pārvalda savas emocijas saskarsmē un sadarbībā.</p> <p>Raksturo cilvēka iekšējo pasauli kā sirdsapziņas, prāta un jūtu kopumu.</p> <p>Zina par garīgās pilnveidošanās dažādiem ceļiem.</p>
2.	<p>Mērķtiecība. Zinātkāre</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mērķu un uzdevumu izvirzīšanas prasme.</li> <li>2. Iespējamie risinājumi uzstādīto mērķu sasniegšanā.</li> <li>3. Plānošanas stratēģijas, kā tās izmantot.</li> <li>4. Klases stundas plānošana.</li> </ol>	<p>Apzināti savu darbību virza mērķu sasniegšanai.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>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.</p> <p>Raksturo cilvēka iekšējo pasauli kā sirdsapziņas, prāta un jūtu kopumu.</p> <p>Zina par garīgās pilnveidošanās dažādiem ceļiem.</p>
3.	<p>Savstarpējas attiecības</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aizspriedumi un stereotipi, izplatītākie mīti pusaudžu vidē.</li> <li>2. LR normatīvie dokumenti, kas nosaka atbildību savstarpējās attiecībās.</li> <li>3. Problēmsituācija, tās analīze un atbildības piemērošana.</li> <li>4. Pieņemama rīcība ārkārtas situācijās.</li> </ol>	<p>Veido cieņpilnas savstarpējās attiecības ar līdzcilvēkiem.</p> <p>Prot analizēt un risināt savstarpējo attiecību sarežģītumus gan reālajā, gan virtuālajā saziņas vidē, apzinās atbildību un zina likuma normas (normatīvajos dokumentos noteikto atbildību).</p> <p>Attīsta empātijas spējas.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Spēj izvērtēt savu rīcību, izmantojot ētisku argumentāciju, ja nepieciešams, atzīt savas kļūdas un aizspriedumus un mainīties.</p> <p>Respektē cilvēka dzīvības vērtību.</p> <p>Izprot pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanas principus.</p> <p>Konfliktu risināšana</p> <p>Prot analizēt konflikta situācijas un toleranti izvērtēt pretējās puses viedokli.</p> <p>Spēj piedāvāt konflikta risināšanas ceļu, saskaņojot abu konfliktējošo pušu viedokļus.</p>

4.	Konfliktu risināšana 1. Kopienų dažādība Latvijā, kultūru atšķirības. 2. Migrācijas procesi pasaulē. 3. Iespējamo konfliktu klases kolektīvā apzināšana un izvērtēšana. 4. Iespējamie risinājumi klases kolektīvā esošo konfliktu novēršanā.	Prot analizēt konflikta situācijas un tolerantu izvērtēt pretējās puses viedokli. Spēj piedāvāt konflikta risināšanas ceļu, saskaņojot abu konfliktējošo pušu viedokļus.	Sociālās zinības 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.	Ētiskas vērtības 1. Manas vērtības. 2. Ētiskās vērtības.	Mācās izvirzīt reālus un pozitīvus mērķus, apzināti rīkojas to sasniegšanai. Apzinās savas vērtības vispārcilvēcisko vērtību kontekstā (LR Satversmes preambula)	Sociālās zinības Pauž savu tikumisko izvēli, to pamatojot. Prot pastāstīt par pastāvīgo ētisko vērtību pasaulē un raksturot universālās ētiskās vērtības.

## 5.2. Piederība valstij

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	Ģimene un dzimta 1. Es un mani līdzcilvēki. 2. Konflikts, tā risināšana. 3. Latviskās tradīcijas manā ģimenē. 4. Mana loma ģimenē. 5. Savstarpējo attiecību problēmas un to risināšana. 6. Mana sapņu māja. 7. Mātes diena – vēstule mātei.	Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pilsētu. Ir iepazinies ar skolas muzeja /novadpētniecības muzeja kultūrvēsturiskām bagātībām, prot tās izmantot.	Sociālās zinības Izprot pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanas principus. Raksturo savas ģimenes ētiskās vērtības un novērtē ģimenes ieguldījumu savas personības veidošanā.
2.	Piederība novadam/ pilsētai 1. Es – savai pilsētai, pilsēta man. 2. Tradīcijas un svētki pilsētā.	Izprot lokālpatriotisma ideju un iedzīvina to savā attieksmē pret dzimto vietu, novadu, pilsētu. Ir iepazinies ar skolas muzeja /novadpētniecības muzeja kultūrvēsturiskām bagātībām, prot tās izmantot. Latvijas	Latvijas vēsture Saskata kultūrvēsturisko objektu nozīmi vēstures apgūvē. Latviešu valoda un literatūra. Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības. Mūzika. Izprot latviešu mūzikas kultūrvēsturiskās tradīcijas.

3.	<p>Valstiskā identitāte</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latvijas valsts dzimšanas dienai veltīts komandu konkurss klasē „Mēs mīlam Latviju”.</li> <li>2. Jauniešu nevalstiskās organizācijas.</li> <li>3. Dzimtene sirdī un domās.</li> <li>4. Latvijas valsts proklamēšana.</li> <li>5. Latvijas Republikas Neatkarības atjaunošana.</li> <li>6. Latvija pasaulē, mēs tajā.</li> <li>7. Vietējais darba tirgus.</li> <li>8. Dalība apkārtnes uzpošanā.</li> <li>9. Skolēnu pašu veidota aktuālā informācija klases stundu sākumā.</li> <li>10. Patriotisma jēdziens agrāk un šodien. Svečturu sagatavošana Lāčplēša dienai.</li> </ol>	<p>Ir interese par Latvijas valsts svētku vēsturisko izcelsmi.</p> <p>Izprot piemiņas un atceres dienu jēgu un nozīmi, prot svinēt valsts svētkus.</p> <p>Zina nacionāla mēroga jaunatnes nevalstiskās organizācijas (Mazpulki, Jaunsardze, Skauti un Gaidas, u.c.) un ir iepazinis to darbību.</p> <p>Apzinās Brīvības cīņu nozīmīgumu dažādos vēstures posmos, prot godināt kritušos cīnītājus un viņu piemiņu.</p> <p>Sociālās</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Zina un praksē izmanto pilsoniskās līdzdalības iespējas skolas, pašvaldības un valsts mēroga norisēs.</p> <p>Sadarbojas ar citiem, piedaloties vietējai sabiedrībai nozīmīgos projektos.</p> <p>Zina Latvijas valsts simbolus. Literatūra</p> <p>Ir priekšstats par saulgriežiem un gadskārtām latviešu tautas tradīcijās. Latvijas vēsture</p> <p>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.</p>
4.	<p>Nacionālā identitāte</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tolerance pret citādo līdzās.</li> <li>2. Kultūrvēsturisko pieminekļu iepazīšana ekskursijās.</li> <li>3. Diskriminācija.</li> <li>4. Dabas līdzsvara izjaukšanas sekas.</li> <li>5. Brīvā laika lietderīga izmantošana. Valsts svētki.</li> <li>6. Valsts svētki mūsu mājās.</li> <li>7. Kā es saprotu savu nacionālo identitāti.</li> </ol>	<p>Izprot un ar cieņu izturas pret nacionālās kultūras vērtībām. Ir vēlme tās saglabāt un popularizēt.</p>	<p>Latvijas vēsture</p> <p>Izprot latviešu tautas veidošanās priekšnosacījums un apstākļus.</p> <p>Argumentē, kāpēc ir svarīgi saglabāt, kopt un aizsargāt kultūrvēsturiskos pieminekļus.</p>
5.	<p>Multikulturāla vide</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mūsu Latvija.</li> <li>2. Mēs un citu tautu iedzīvotāji.</li> <li>3. Tolerance pret citādo.</li> <li>4. Nevalstiskās organizācijas Latvijā.</li> <li>5. Citu vajadzību un individualitātes respektēšana.</li> <li>6. Līdzcietība mūsdienu sabiedrībā.</li> <li>7. Pašcieņa un tolerance.</li> <li>8. Individīda un tautas brīvība.</li> <li>9. Taisnīgums un godīgums.</li> <li>10. Darba tikums senāk un mūsdienās.</li> </ol>	<p>Ir priekšstats par cilvēkiem, kuri dzīvo Latvijā un kuriem ir atšķirīga āriene, reliģiskā un etniskā piederība.</p> <p>Izprot un ievēro LR Satversmē nostiprinātās vērtības: cilvēka cieņa, brīvība, vienlīdzība, solidaritāte, taisnīgums, godīgums, darba tikums un ģimene (LR Satversmes preambula).</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Prot pastāstīt par pastāvīgajām ētiskajām vērtībām pasaulē un raksturot universālās ētiskās vērtības: labestību, godīgumu, taisnīgumu, iecietību, līdzcietību, uzticību, brīvību un pietāti pret dzīvību, patiesumu, draudzību, mīlestību, solidaritāti, cieņu.</p> <p>Ir iecietīgi pret atšķirīgo (izņemot gadījumus, ja tiek aizskarta personības un sabiedrības drošība).</p> <p>Izprot, ka cilvēkiem ir dažāda reliģiskā, politiskā un cita pārlicība.</p> <p>Ir tolerants pret mazākuma viedokli.</p> <p>Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi</p>

	<p>11. Galvenās vērtības demokrātiskā sabiedrībā.</p> <p>12. Kā es uzvedos ārpus savām mājām – ekskursijās, ārzemēs, sociālajos tīklos.</p>		<p>demokrātiskā sabiedrībā un paskaidro, uz kādām vērtībām tā balstīta.</p> <p>Latvijas vēsture</p> <p>Ar toleranci uzklausa atšķirīgus argumentētus vēstures skaidrojumus.</p>
--	---	--	---

### 5.3. Pilsoniskā līdzdalība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Demokrātijas būtība un nozīme</p> <p>1. Valsts pārvaldes struktūra.</p> <p>2. Satversme – valsts pamatlikums.</p> <p>3. Atbildība - viens no demokrātijas pamatprincipiem (atbildības avoti un veidi).</p>	<p>Zina Latvijas valsts pārvaldes struktūru.</p> <p>Zina Latvijas Republikas Satversmes nozīmi, īpaši Satversmes Preambulā noteiktās vērtības.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot demokrātiskas valsts un sabiedrības pamatprincipus.</p> <p>Zina lēmējvaras, izpildvaras, tiesu varas institūcijas Latvijā.</p>
2.	<p>Tiesības un pienākumi</p> <p>1. Tiesības un pienākumi skolā, vietējā sabiedrībā un valstī.</p> <p>2. Tiesības un pienākumi demokrātiskā un apspiestā sabiedrībā (pasaules piemēri).</p>	<p>Zina, izprot un ievēro savas tiesības un pienākumus.</p> <p>Ar cieņu un izpratni izturas pret citu cilvēku tiesībām.</p>	<p>Sociālās zinības.</p> <p>Zina un izprot tiesības un pienākumus demokrātiskā valstī.</p>
3.	<p>Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes</p> <p>1. Viens vai kopā ar citiem (pilsoniskā līdzdalība, tās nozīme, iespējas)?</p> <p>2. Interesu grupu saskarsmes veidi.</p> <p>3. Eiropas Savienība un tās piedāvātās iespējas.</p> <p>4. Runāsim droši (viedokļa formulēšana un pasniegšana)!</p>	<p>Izprot pilsoniskās līdzdalības nozīmi, dažādību un iespējas.</p> <p>Zina par savām iespējām Eiropas Savienībā.</p> <p>Prot strādāt komandā, formulējot kopīgu viedokli.</p> <p>Uzņemas atbildību, līdzdarbojoties savas klases un skolas rīkotajās aktivitātēs.</p> <p>Prot argumentēti aizstāvēt savu viedokli, ar cieņu izturoties pret citu viedokļiem.</p> <p>Apzinās dažādu skolēnu interešu grupu veidošanos un ietekmi uz klasesbiedru savstarpējām attiecībām un klases saliedētību.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Ir apguvis demokrātiskas pilsoniskās līdzdalības prasmes.</p> <p>Prot veidot tolerantu attieksmi pret atšķirīgām kultūrām un atšķirīgo sabiedrībā kopumā.</p> <p>Spēj formulēt savu viedokli, piedāvājot problēmas risinājumu un uzklauso citu viedokli.</p> <p>Ir apguvis publiskās uzstāšanās prasmes.</p> <p>Zina par Eiropas Savienības izveidi un tās darbības virzieniem. Latvijas vēsture</p> <p>Izprot, ka Latvija ir Eiropas Savienības dalībvalsts.</p> <p>Pasaules vēsture</p> <p>Zina Eiropas Savienības pamatvērtības.</p>
4.	Brīvprātīgais darbs	Zina brīvprātīgā darba būtību.	Sociālās zinības

	<p>1. Brīvprātīgā darba būtība.</p> <p>2. Brīvprātīgā darba nozīme personības veidošanā, uzkrātā pieredze (sava portfolio veidošana).</p> <p>3. Brīvprātīgā darba iespējas (reālu piemēru analizēšana).</p>	<p>Apzinās brīvprātīgā darba nozīmi personības veidošanā, savas karjeras un sabiedrības izaugsmē.</p>	<p>Zina, kas ir altruisms, un izprot tā nozīmi.</p>
5.	<p>Ilgtspējīga attīstība</p> <p>1. Latvija globālajā pasaulē .</p> <p>2. Globalizācijas process un tā objektīva attīstība (globalizācijas ietekmes sfēras un piemēri).</p> <p>3. Globālās vides izmaiņas un to ietekme uz mums.</p> <p>4. Mediju loma globālajā pasaulē (mediju pienesums un informācijas objektīvs izvērtējums).</p> <p>5. Pasaulē iedzīvotāju skaits un daudzveidība.</p> <p>6. Migrācijas galamērķu izaicinājums.</p> <p>7. Migrācija un Latvija (vēsture un tagadne).</p>	<p>Izprot Latvijas vietu globālajā pasaulē.</p> <p>Izprot globalizācijas plusus un mīnus.</p> <p>Izprot globālās pasaules drošības jautājumus un klimata pārmaiņu jautājumus.</p> <p>Izprot masu mediju ietekmi informācijas iegūšanā, spēj izmantot dažādus informācijas avotus. Zina iedzīvotāju skaitu pasaulē, izprot iedzīvotāju migrācijas veidus un sekas.</p> <p>Izprot sabiedrības daudzveidību.</p>	<p>Sociālās zinības</p> <p>Izprot globalizācijas jautājumus, tās izpausmes Latvijā un pasaulē.</p> <p>Mājturība un tehnoloģijas</p> <p>Apzinās iespējas sabiedrības ilgtspējīgas attīstības sekmēšanai.</p> <p>Ģeogrāfija</p> <p>Zina iedzīvotāju nacionālā sastāva pārmaiņas Latvijā; savas tautas tradīcijas un etnogrāfiskās īpatnības Latvijas novados.</p> <p>Izprot citu etnisko grupu ieguldījumu Latvijas attīstībā.</p> <p>Izprot dabas katastrofu ietekmi uz cilvēka dzīves apstākļiem.</p>

#### 5.4. Karjeras izvēle

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	<p>Vajadzības, vēlmes un spējas</p> <p>Pašvērtējums</p> <p>1. Es iepazīstu sevi (spējas, intereses, īpašības, vērtības).</p> <p>2. Mani plāni šim gadam.</p> <p>3. Ko es esmu labu izdarījis šogad?</p> <p>4. Mani nozīmīgākie sasniegumi.</p>	<p>Ir objektīvi izvērtējis, pārziņā savus dotumus, spējas un intereses, samēro savas intereses un spējas, personīgās īpašības un vērtības.</p> <p>Novērtē sava gribasspēka, neatlaidības un personīgā ieguldījuma nozīmīgumu dzīves mērķu sasniegšanā.</p> <p>Novērtē savu sasniegumu rezultātus.</p>
2	<p>Savu interešu, spēju un dotību attīstīšana</p> <p>1. Ārpusstundu nodarbības skolā un ārpus tās.</p> <p>2. Manas intereses, spējas un vajadzības un ārpusstundu aktivitāšu piedāvājums manā skolā, pilsētā.</p>	<p>Saprot, kā skolā, ārpusskolas aktivitātēs un ikdienā var attīstīt savas intereses, spējas un dotības</p> <p>Apzinās interešu izglītības un brīvprātīgo darba nozīmi savas pašattīstības veicināšanā</p>

	3. Interesu izglītība un pašattīstība. 4. Brīvprātīgā darba nozīme pirmās darba pieredzes gūšanā.	
3.	Izglītības vērtība 1. Izglītības, profesijas un nodarbinātības saistība darba tirgū. 2. Izglītība kā vērtība savas nākotnes veidošanā. 3. Izglītības sistēma un iespējas pēc 9.klases beigšanas. 4. Informācijas avoti par izglītības iespējām Latvijā.	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 1. Karjera un tās plānošanas pamatnosacījumi. 2. Informācija par manu nākotnes profesiju (alternatīvas). 3. Ēnu diena kā iespēja. 4. Manā novadā pieprasītākās profesijas.	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 1. Mērķis un starpmērķi. 2. Izvēle un alternatīvas. 3. Lēmumu pieņemšanas ceļi. 4. Manas sasniegumu mapes prezentācija.	Ir apgūtas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Prot pieņemt ar karjeras izvēli saistītus lēmumus. Ir izveidota un regulāri tiek papildināta savu sasniegumu mape (portfolio).

## 5.5. Veselība un vide

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	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 1. Pārmaiņu laiks: kas ir pubertāte? 2. Izmaiņas pusaudžu organismā (meitenes un zēni). 3. Esi patīkams sev un citiem. 4. Es un vienaudži.	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.
2.	Ar dzimuma piederību saistītās rakstura, uzvedības iezīmes. Seksualitāte kā neatņemama personības sastāvdaļa. Cieņa pret savu un pretējo dzimumu. Atbildība savstarpējās attiecībās, t.sk. dzimumattiecībās 1. Seksualitāte.	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.

	<p>2. Seksuālā izturēšanās</p> <p>3. Savstarpējās attiecības.</p> <p>4. Sargā sevi pats!</p>	<p>Apzinās savu seksualitāti kā neatņemamu personības attīstības sastāvdaļu, izprot jēdzienu par atbildību savstarpējās attiecībās un dzimumattiecībās.</p> <p>Ir informēts par jaunajiem piemērotām un pieejamām kontracepcijas metodēm.</p>
3.	<p>Dažādu jūtu izpausmes veidi (verbālie un neverbālie), to izvērtēšana</p> <p>1. Pazīt un pārvaldīt savas jūtas.</p> <p>2. Vai visi uztveram vienādi?</p> <p>3. Kā paust savas jūtas.</p> <p>4. Cienīsim sevi un citu.</p>	<p>Apzinās, ka jūtas un emocijas ir katra cilvēka dabiskas izpausmes, kam ir svarīga nozīme attiecību veidošanā.</p> <p>Ir izpratne par dažādām jūtu paušanas iespējām.</p> <p>Spēj savaldīt savas jūtas, prot tās paust, neaizvainojot citus. Izprot, spēj pieņemt un cienīt citu paustās jūtas.</p>
4.	<p>Narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu, alkohola, smēķēšanas ietekme uz veselību</p> <p>1. Atkarību izraisošas vielas.</p> <p>2. Psihoaktīvo vielu iedarbība.</p> <p>3. Reklāma manā dzīvē.</p> <p>4. Atkarība un atbildība.</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.</p> <p>Ir izpratne par medikamentu lietošanas noteikumiem.</p> <p>Ir izpratne par jauno psihoaktīvo vielu (zāļu maisījumi, vīraki u.c.) lietošanas negatīvo ietekmi uz veselību.</p> <p>Ir prasme izvērtēt dažādas situācijas un pieņemt veselībai pozitīvus lēmumus.</p> <p>Spēj pretoties negatīvam psiholoģiskam spiedienam. Spēj izvēlēties piemērotas nodarbošanās savā brīvajā laikā.</p> <p>Izprot alkohola un tabakas reklāmas būtību.</p> <p>Zina institūcijas un organizācijas, kur vērsties pēc palīdzības.</p> <p>Zina savus pienākumus un tiesības attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu (pasīvā smēķēšana u.c.)</p>
5.	<p>Azartspēļu atkarība. Datorspēļu atkarība. Interneta atkarība</p> <p>1. Atkarība no procesiem.</p> <p>2. Azartspēļu atkarība.</p> <p>3. Jauno tehnoloģiju atkarība.</p> <p>4. Brīvais laiks – draugs vai ienaidnieks?</p>	<p>Izprot šo atkarību negatīvo ietekmi uz cilvēka psihisko un fizisko veselību. Ir prasme atteikties no nevēlama piedāvājuma.</p> <p>Spēj izvēlēties piemērotas nodarbošanās savā brīvajā laikā.</p> <p>Zina institūcijas un organizācijas, kur vērsties pēc palīdzības.</p>
6.	<p>Veselīga vide</p> <p>1. Vide man apkārt.</p> <p>2. Veselīga vide.</p> <p>3. Veselīgas vides veidošana.</p> <p>4. Mana dzīves vide.</p>	<p>Zina vides faktoru ietekmi uz cilvēka veselību. Izvēlas sev labvēlīgu un veselībai nekaitīgu vidi.</p> <p>Saprot, ka ikviens var būt līdzdalīgs veselīgas vides veidošanā skolā, mājās, pilsētā, ciemā utt.</p>

## 5.6. Drošība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
<b>Satiksmes drošība</b>		
1.	Satiksmes dalībnieka atbildība 1. Atbildīga satiksmes dalībnieka portrets. 2. Es kā satiksmes dalībnieks. 3. Kā novērtēt riska situāciju un savas palīdzības sniegšanas iespējas? 4. Esi atbildīgs uz ceļa!	Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā.
2.	Motorizētie transportlīdzekļi 1. Motorizētie transportlīdzekļi, to vadīšanas nosacījumi. 2. Ceļu satiksmes drošības spēle. 3. Esi mobils! (iesaistīšanās CSDD aktivitātēs). 4. Motocikla/rollera vadītāja pienākumi un atbildība. 5. Motocikla/rollera vadītāja satiksmes noteikumi.	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
<b>Drošība ekstremālās situācijās</b>		
1.	Ugunsdrošība 1. Atbildīga apiešanās ar uguni. 2. Ugunsdrošība mājās un skolā. 3. Ugunsnelaimes. Kā rīkoties ugunsgrēka gadījumā?	Ievēro ugunsdrošības noteikumus un spēj ietekmēt citus saprātīgai rīcībai saskarē ar uguni.
2.	Civiltā aizsardzība. Evakuācija 1. Evakuācijas plāna nepieciešamība. 2. Rīcība evakuācijas gadījumā. 3. Atbildība par rīcībām, kas rada evakuācijas situāciju.	Prot pareizi rīkoties evakuāciju (skolā un citās sabiedriskās vietās) gadījumos. Nerada situācijas, kurās nepieciešama evakuācija (viltus trauksmes, zvani utt.), un apzinās atbildību.
3.	Drošība masu pasākumos un sabiedriskās vietās 1. Masu pasākumu pozitīvais un negatīvais aspekts 2. Es – masu pasākumu dalībnieks. 3. Vai viegli pateikt „Nē!”? 4. Incidents sabiedriskā vietā – kā rīkoties?	Prot novērtēt situāciju masu pasākumos un sabiedriskās vietās un atbilstoši tai rīkoties.
4.	Pašaizsardzība 1. Personiskais īpašums, tā neaizskaramība. 2. Manas tiesības uz aizsardzību, pašaizsardzību. 3. Aizsardzība pret ļaunprātīgu darbību	Prot sargāt savu personisko mantu. Prot atbilstoši rīkoties, ja konstatēta personisko mantu zādzība.
5.	Pirotehnika 1. Pirotehnikas skaistums un ēnas puses. 2. Sertificēta, atbilstoši instrukcijai lietota pirotehnika – drošības garants	Zina, ka ir sertificēta pirotehnika, kuru jālieto atbilstoši instrukcijām, nepakļaujot sevi un citus briesmām.
6.	Pirmā palīdzība nelaimes gadījumos	Prot pareizi rīkoties dažādos nelaimes gadījumos, pasargājot sevi



<ol style="list-style-type: none"><li>1. Rīcība vardarbības gadījumos.</li><li>2. Neatliekamā palīdzība nelaimes gadījumā.</li><li>3. Dažās sekundēs var izšķirties viss.</li><li>4. Saruna ar speciālistu (skolas/pagasta medmāsu) par iespējamo rīcību sadzīves negadījumos (čūsku, bites u.tml. kodieni, apdegumi un apsaldējumi, deguna asiņošana, sasitumi, iegriezumi, elektrotraumas, lūzumi).</li></ol>	<p>un citus no tiem. Nelaimes gadījumā prot izsaukt atbildīgos dienestus.</p>
---	---

## 6.Klašu grupa: 10. – 12.klase

### 6.1.Sevis izzināšana un pilnveidošana

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Sevis apzināšanās, jeb pašidentitāte</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Personas pašvērtējuma izstrāde.</li> <li>Personīgais potenciāls, tā izvērtēšana un attīstīšana.</li> <li>Stress un depresija, kā atpazīt un kontrolēt.</li> <li>Emociju dažādība, aizsargmehānismi to vadīšanā.</li> </ol>	<p>Prot analizēt savu pašvērtējumu un apzinās tā nozīmi personības izaugsmē un attiecību veidošanā.</p> <p>Apzinās savu identitāti un personīgo potenciālu, ir pozitīva attieksme pret sevi un dzīvi.</p> <p>Apzinās sevi, savas jūtas, prot tās mērķtiecīgi vadīt.</p>	<p>Psiholoģija</p> <p>Izprot stresa vadīšanu.</p> <p>Atpazīst un raksturo dažādas emocijas un jūtas, atšķirīgus garastāvokļus. Filozofija</p> <p>Zina un prot salīdzināt dažādas cilvēka būtības izpratnes filozofijā.</p> <p>Ētika</p> <p>Izprot savas patības veidošanas nepieciešamību.</p>
2.	<p>Mērķtiecība. Zinātkāre</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Prioritātes personības un dzīves attīstībai, prasme tās izvirzīt.</li> <li>Prioritāte – mērķis- uzdevums, lēmums.</li> <li>Mana nākotnes profesija, prioritātes, mērķi, uzdevumi un lēmumu.</li> <li>Kognitīvo procesu nozīme personības attīstībā.</li> </ol>	<p>Analizē un pieņem lēmumus, izvirza prioritātes, kas sekmē mērķu sasniegšanu.</p> <p>Apzinās savu lēmumu darbības sekas, spēj sekot saviem nodomiem un mērķiem.</p> <p>Psiholoģija</p>	<p>Psiholoģija</p> <p>Izprot stresa vadīšanu. Atpazīst un raksturo dažādas emocijas un jūtas, atšķirīgus garastāvokļus.</p> <p>Filozofija Zina un prot salīdzināt dažādas cilvēka būtības izpratnes filozofijā.</p> <p>Ētika</p> <p>Izprot savas patības veidošanas nepieciešamību.</p>
3.	<p>Savstarpējas attiecības</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>Cilvēka uzvedības motīvi. Sabiedrības uzvedības modeļi.</li> <li>Sabiedriskais un brīvprātīgais darbs – viens no sabiedrības līdzatbildības pamatiem.</li> <li>Personīgā atbildība par ģimeni un tuvākajiem līdzcilvēkiem.</li> </ol>	<p>Veido cieņpilnas un atbalstošas savstarpējās attiecības.</p> <p>Kritiski izvērtē savstarpējo attiecību veidošanos reālajā un virtuālajā saziņas vidē/ sociālajos tīklos, izvairoties no emocionālās un fiziskās vardarbības.</p> <p>Prot risināt konfliktus, meklējot kompromisu un pieņemot atbildīgus lēmumus.</p> <p>Psiholoģija</p>	<p>Psiholoģija</p> <p>Zina aizspriedumu negatīvo ietekmi.</p> <p>Zina efektīvas saskarsmes priekšnosacījumus.</p> <p>Analizē cilvēka uzvedību no novēroto kognitīvo procesu, emociju un motivācijas izpausmju viedokļa. Filozofija</p> <p>Spēj salīdzināt dažādas izpratnes par izzīni.</p> <p>Ētika</p> <p>Izprot ētiskās problēmas informācijā un komunikācijā. Kulturoloģija</p> <p>Ir tolerants pret dažādām kultūrām un prot veidot pozitīvas attiecības ar dažādu kultūru un reliģiju pārstāvjiem.</p>

4.	<p>Konfliktu risināšana</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konflikta risināšanas stratēģijas.</li> <li>2. Saskarsmes šķēršļi un barjeras.</li> <li>3. Modelētas konfliktsituācijas analīze.</li> <li>4. Saskarsmes šķēršļu un barjeru atpazīšana modelētā konfliktsituācijā</li> </ol>	<p>Prot izmantot dažādus saskarsmes paņēmienus konflikta situācijās, kontrolēt un vadīt savu rīcību un emocijas konfliktā, argumentēt savu viedokli.</p> <p>Spēj piedāvāt konflikta risināšanas variantus un nepieciešamības gadījumā uzņemties konflikta risināšanas vadību</p>	<p>Psiholoģija</p> <p>Zina konfliktu cēloņus, attīstību un risināšanas stratēģijas.</p> <p>Izmanto dažādus saskarsmes paņēmienus un atpazīst saskarsmes šķēršļus modelētajā situācijā.</p>
5.	<p>Ētiskas vērtības</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Personīgās un sabiedrībā pieņemtās absolūtās un relatīvās ētiskās vērtības.</li> <li>2. Dažādās ētiskās vērtības.</li> <li>3. Manas ētiskās vērtības un LR Satversmē ietvertās vērtības.</li> <li>4. Mūsdienu Latvijas sabiedrībai nepieciešamās ētiskās vērtības.</li> </ol>	<p>Ievēro taisnīguma, godīguma principu un darba tikumu. Saskaņo savas vērtības ar vispārcilvēciskajām vērtībām (LR Satversmes preambula)</p>	<p>Filozofija</p> <p>Prot pamatot un argumentēt savu viedokli jautājumā par absolūtām un relatīvām vērtībām.</p> <p>Prot pamatot savu vērtību izvēli.</p> <p>Ētika</p> <p>Prot kritiski un radoši rīkoties dažādās situācijās, pamatojoties uz tikumisko izvēli</p>

## 6.2.Piederība valstij

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Ģimene un dzimta</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mana dzimta.</li> <li>2. Labvēlīgas attiecības ģimenē un spēja tās veidot.</li> <li>3. Ģimene un sabiedrība.</li> <li>4. Ģimene mūsdienās.</li> <li>5. Manas ģimenes vērtības.</li> <li>6. Veselīgs dzīvesveids kā stabilas ģimenes pamats.</li> <li>7. Ģimenes loma jaunieša personības izveidē.</li> <li>8. Uzvedības etiķete ģimenē un citur.</li> </ol>	<p>Apzinās savas saknes, ieguvumus un iespējamus apdraudējumus veselībai, pašidentitātei un sociālajai identitātei.</p> <p>Izprot ģimeni kā sociālo grupu. Apzinās mīlestības un laulības nozīmi ģimenes veidošanā, nākamās paaudzes radīšanā.</p> <p>Apzinās tikumības, atbildības un paškontroles nozīmi ģimenes veidošanā un dzīvē.</p> <p>Izprot ģimenes nozīmi personības pilnveidē.</p>	<p>Latvijas un pasaules vēsture</p> <p>Ir pieredze diskutēt par individuālo un kolektīvo atbildību vēsturē.</p> <p>Izprot ētisko un vispārcilvēcisko vērtību pārmantojamības nozīmi un nepieciešamību.</p> <p>Psiholoģija</p> <p>Skaidro iedzimtības un sociālās vides faktoru nozīmi indivīda attīstībā.</p> <p>Raksturo bioloģisko un sociālo faktoru ietekmi uz personības īpašībām un kognitīvo spēju veicināšanu.</p> <p>Veselības mācība</p> <p>Novērtē ģimeni kā vienu no pamatvērtībām.</p> <p>Izprot ģimenes lomu personības attīstībā.</p>

2.	<p>Piederība novadam/ pilsētai</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manas pilsētas vēsture.</li> <li>2. Līdzatbildība un piederība savam novadam, dalība sabiedriskajās aktivitātēs.</li> <li>3. Piedalīšanās pilsētas/skolas teritorijas sakopšanā Lielās talkas ietvaros.</li> <li>4. Tikšanās ar pašvaldības uzņēmējiem un deputātiem.</li> <li>5. Pētījumi par novadu.</li> <li>6. Cilvēka tiesības un pienākumi savā valstī.</li> <li>7. Kas ir Latvijas patriots? Kurš ir mūsu pilsētas, novada patriots?</li> <li>8. Mana atbildība valsts attīstībā.</li> </ol>	<p>Apzinās savas skolas nozīmi/tēlu vietējās kopienas izglītības un kultūrvides veidošanā, izjūt piederību tai. Interesējas par dzimtās puses/ novada/ pilsētas attīstības perspektīvām. Lepojas ar piederību savai kopienai, meklē un saskata iespējas savas dzīves veidošanai novadā/pilsētā.</p>	<p>Latvijas un pasaules vēsture  Ir interese par savas pilsētas, novada vēsturi un kultūru.  Politika un tiesības  Izjūt piederību savai kopienai.</p>
3.	<p>Valstiskā identitāte</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Kas ir brīvība?</li> <li>2. Cilvēka tiesības un pienākumi savā valstī.</li> <li>3. Kas ir Latvijas patriots?</li> <li>4. Mana atbildība valsts attīstībā.</li> <li>5. Līdzdalība Lāčplēša dienas lāpu gājienā.</li> <li>6. Svečturu sagatavošana Lāčplēša dienai.</li> <li>7. Latvija ES kontekstā.</li> <li>8. Latvijas valsts vērtības-brīvība, patstāvība un demokrātija</li> </ol>	<p>Zina Latvijas veiksmes stāstus uzņēmējdarbībā, kultūrā, sportā u.c. jomās.  Ir lojāls Latvijas valstij, apzinās pilsoņa iespējas, pienākumus un atbildību, ir sabiedriski aktīvs un ieinteresēts valsts izaugsmē.  Ir interese par politiskajiem un sociālekonomiskajiem procesiem un notikumiem Latvijā, Eiropā, pasaulē.  Izprot Latvijas vietu tajos.  Spēj izteikt konstruktīvu kritiku un priekšlikumus dažādu valstisku problēmu risināšanai.  Izprot Latvijas valsts brīvību, patstāvību un demokrātiju kā neatņemamas valsts vērtības  Apzinās sevi kā valsts veidotāju.</p>	<p>Latvijas un pasaules vēsture  Raksturo svarīgākos Latvijas un globālās vēstures virzienus.  Izprot Latvijas valsts rašanās apstākļus.  Ir pieredze analizēt daudzveidīgo sociālo, saimniecisko, ideoloģisko un ārpolitisko ietekmi uz Latvijas valstiskuma attīstību.  Prot diskutēt par individuālo un kolektīvo atbildību vēsturē un mūsdienās.  Politika un tiesības  Izzina tautas un nācijas veidošanos un kultūrvēsturisko mantojumu.  Analizē pilsoniskās sabiedrības un valsts sadarbības nepieciešamību dažādu viedokļu saskaņošanā un interešu konfliktu novēršanā.  Pauž savu nostāju par Latvijas sabiedrības konsolidāciju, valstiskuma saglabāšanu un attīstību, to nozīmi.  Ekonomika  Prot raksturot Latvijas pastāvošo ekonomisko sistēmu.</p>
4.	Nacionālā identitāte	Zina Latvijas Kultūras kanonā nosauktās	Latvijas un pasaules vēsture

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Manas vērtības.</li> <li>2. Laimīgs cilvēks.</li> <li>3. Latvijas institūta darbība</li> <li>4. Latvijas kultūras kanons.</li> <li>5. Iesaistīšanās interešu izglītībā – iespēja kopt savu nacionālo identitāti.</li> <li>6. Baltā galdauta svētki.</li> </ol>	<p>vērtības.</p> <p>Izprot nacionālās pašapziņas būtību</p>	<p>Izprot etniskās un nacionālās identitātes veidošanos Latvijā, Eiropā un pasaulē 19. gadsimtā. Analizē cilvēku nacionālo identitāti. Raksturo Latvijas nacionālās idejas un kultūrautonomijas idejas rašanos. Politika un tiesības</p> <p>Izprot pilsoņa atbildību un devumu savai valstij. Saprot, ka patstāvīgi domājošs cilvēks var ietekmēt sabiedrības pārvaldīšanas norises. Pēta etniskās un politiskās nācijas veidošanās īpatnības.</p> <p>Kulturoloģija</p> <p>Apzinās kultūras mantojuma, tradīciju lomu un vērtību pasaules un Latvijas kultūrā.</p> <p>Raksturo nacionālo kultūru iezīmes Latvijā un Eiropā. Latviešu valoda un literatūra</p> <p>Izprot latviešu tautas garīgās kultūras vērtības.</p>
5.	<p>Multikulturāla vide</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Citādā pasaule.</li> <li>2. Tolerance pret citādo.</li> <li>3. Latvietis svešumā.</li> <li>4. LR likumdošana un mazākumtautības, cittautiešu tradīcijas, ko pārņem arī Latvijā.</li> <li>5. Attiecību veidošana ar dažādu/atšķirīgu kultūru un reliģiju pārstāvjiem.</li> <li>6. Bēgļu jautājums Latvijā un attieksme pret to. Latvieši trimdā.</li> <li>7. Civiltiesības.</li> <li>8. Globalizācija un tās sekas.</li> <li>9. Cilvēktiesības (lomu simulācijas spēle).</li> <li>10. Debates “Mīts vai patiesība” – stereotipi, aizspriedumi pret dažādām minoritātēm.</li> </ol>	<p>Apzinās savu un respektē citu cilvēku pasaules redzējumu, novērtē starpkultūru dialoga nepieciešamību sadzīves, sociālpolitisku un sociālekonomisku problēmu risināšanā.</p> <p>Prot izvērtēt sabiedrībā valdošos stereotipus un aizspriedumus pret dažādām minoritātēm un toleranti attiecas pret citādo/ atšķirīgo.</p>	<p>Latvijas un pasaules vēsture</p> <p>Ir toleranta attieksme pret mūsdienu pasaules daudzveidību.</p> <p>Psiholoģija</p> <p>Atpazīst izplatītos stereotipus, atšķir tos no personības īpašībām.</p> <p>Politika un tiesības</p> <p>Spēj analizēt sociālo un kultūrintitāšu daudzveidību un pārklāšanos mūsdienu sabiedrībā</p> <p>Kulturoloģija</p> <p>Ir toleranti pret dažādām kultūrām, prot veidot pozitīvas attiecības ar dažādu kultūru un reliģiju pārstāvjiem.</p>

### 6.3.Pilsoniskā līdzdalība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts	Starppriekšmetu saikne ar mācību priekšmetiem
1.	<p>Demokrātijas būtība un nozīme</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demokrātijas pamatprincipi: atbildība, godīgums, vara un taisnīgums.</li> <li>2. Latvijas valsts institūcijas.</li> <li>3. Nevalstiskās organizācijas kā ilgtspējīgas attīstības virzītāji.</li> </ol>	<p>Izprot Latvijas lēmējvaras, izpildvaras un tiesu varas institūciju darbību.</p> <p>Zina nevalstisko organizāciju lomu demokrātijas principu stiprināšanā.</p>	<p>Politika un tiesības</p> <p>Apzinās demokrātijas nozīmi mūsdienu sabiedrībā.</p> <p>Izprot likumdošanas, tiesu un izpildvaras darbības pamatprincipus un funkciju sadalījumu Satversmē.</p>
2.	<p>Tiesības un pienākumi</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valsts un pilsoniskas sabiedrības attiecības.</li> <li>2. Cilvēktiesības Latvijā un pasaulē.</li> </ol>	<p>Izprot un ievēro savus pienākumus pret sabiedrību un valsti.</p> <p>Zina un izprot cilvēktiesību normas.</p>	<p>Politika un tiesības</p> <p>Zina indivīda tiesības un pienākumus.</p> <p>Izprot valsts tiesību, krimināltiesību, civiltiesību un administratīvo tiesību jomu galvenos uzdevumus un principus.</p> <p>Izprot vecāku un bērnu savstarpējo tiesību un pienākumu būtību.</p>
3.	<p>Pilsoniskās līdzdalības iespējas un prasmes</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pilsoniskās līdzdalības veidi jauniešiem - skolā, vietējā sabiedrībā un valstī.</li> <li>2. Mana klase – komanda (komandas darbības principi un iespējas).</li> <li>3. Pašvaldības loma un iespējas demokrātiskā sabiedrībā.</li> <li>4. Cilvēku līdzdalība valsts, ES, pašvaldības darbībā un vietējās sabiedrības dzīves uzlabošanā.</li> <li>5. Līdzdarbošanās principi jauniešu nevalstiskajās organizācijās.</li> <li>6. Lēmumu pieņemšana.</li> <li>7. Prezentēšanas prasmes</li> </ol>	<p>Zina un izprot savas pilsoniskās līdzdalības iespējas skolas un pilsētas/novada dzīves organizēšanā. Zina un izprot savas pilsoniskās līdzdalības iespējas lēmumu pieņemšanas procesos valsts un Eiropas Savienības līmenī.</p> <p>Apzinās iespējas piedalīties dažādās jauniešu nevalstiskajās organizācijās. Prot argumentēt un izmantot publiskās runas prasmes. Prot piedalīties lēmuma pieņemšanā un sadarboties.</p> <p>Ir gatavs uzņemties atbildību.</p>	<p>Politika un tiesības</p> <p>Zina indivīda tiesības un pienākumus.</p> <p>Izprot valsts tiesību, krimināltiesību, civiltiesību un administratīvo tiesību jomu galvenos uzdevumus un principus.</p> <p>Izprot vecāku un bērnu savstarpējo tiesību un pienākumu būtību.</p>
4.	<p>Brīvprātīgais darbs</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Brīvprātīgā darba nozīme savas karjeras veidošanā.</li> </ol>	<p>Izprot brīvprātīgā darba nozīmi.</p> <p>Zina par brīvprātīgā darba iespējām savā pilsētā/novadā, Latvijā, Eiropas Savienībā un pasaulē.</p>	<p>Politika un tiesības</p> <p>Izprot pilsoņa atbildību un devumu savai valstij.</p>

	2. Brīvprātīgais darbs ES un pasaulē.	Ir motivēts veikt brīvprātīgo darbu.	
5.	<p>Ilgtspējīga attīstība</p> <p>1. Pasaules globalizācijas process un izpausmes.</p> <p>2. Globālā ekonomiskā nenoteiktība (iedzīvotāju skaits un migrācija).</p> <p>3. Globālā pilsonība (mediju loma, stereotipu ietekme, attīstības sadarbība).</p> <p>4. Starpkultūru attiecības.</p> <p>5. Pārtikas krīze un drošība.</p> <p>6. Ilgtspējīga attīstība (ilgtspējīga iepirkšanās, konflikti un cilvēkdrošība, izglītības pieejamība pasaulē).</p>	<p>Zina un apzinās galvenās ar globalizāciju saistītās problēmas pasaulē (konflikti un cilvēkdrošība, nabadzība, ilgtspējīga iepirkšanās, pārtikas krīze, migrācija un emigrācija, starpkultūru attiecības u.c.).</p> <p>Apzinās izglītības piedāvājumu un pieejamību Latvijā un pasaulē.</p> <p>Izprot masu mediju ietekmi un spēj analizēt un kritiski vērtēt informāciju.</p> <p>Izprot katra cilvēka atbildību un iespējas uzlabot dzīves kvalitāti mijiedarbīgā pasaulē</p>	<p>Ģeogrāfija</p> <p>Apzinās iedzīvotāju migrācijas procesā izeidojušās problēmas.</p> <p>Ir iepazinis cilvēku dzīvesveida un tradīciju daudzveidību.</p> <p>Izprot dažādu reliģisku un etnisku konfliktu cēloņus un sekas pasaules reģionos.</p> <p>Izprot pārtikas nodrošinājuma problēmas attīstītās un attīstības valstīs. Politika un tiesības</p> <p>Izmanto preses materiālus un vērtē sociālo grupu intereses saimnieciskajā dzīvē, valsts iekšpolitiskajās attiecībās. Bioloģija</p> <p>Apzinās un izprot dabas aizsardzības un dabas resursu (mežu, lauku, ūdeņu u.c.) racionālas izmantošanas nozīmi ekosistēmu stabilitātes un bioloģiskās daudzveidības saglabāšanā.</p>

#### 6.4. Karjeras izvēle

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	<p>Izglītības iespējas Latvijā un ārzemēs</p> <p>1. Latvijas izglītības sistēma un tālākās izglītības iespējas.</p> <p>2. Nosacījumi studijām ārzemēs (apmaiņas programmas).</p> <p>3. Informācijas avoti par iespējām turpināt izglītību.</p> <p>4. Informācijas avoti par studiju fondiem, stipendijām, kredītiem</p>	<p>Izprot Latvijas izglītības sistēmu un savas tālākās izglītības iespējas.</p> <p>Izprot būtiskākos nosacījumus studijām ārzemēs.</p> <p>Zina, kur meklēt informāciju par iespējām turpināt izglītību un ar to saistītajiem studiju fondiem, stipendijām, kredītiem u.c. gan Latvijā, gan ārvalstīs.</p>
2	<p>Mūžizglītība</p> <p>1. Kāpēc saka: “Mūžu dzīvo, mūžu mācies”?</p> <p>2. Darba loma un izglītība kā vērtība manā dzīvē.</p> <p>3. Formālās un neformālās izglītības iespējas.</p> <p>4. Pašizglītošanās iespējas. Informācijas avoti.</p>	<p>Izprot nepārtraukta izglītošanās procesa un darba lomu un nozīmi savā dzīvē.</p> <p>Apzinās izglītību kā vērtību.</p> <p>Apzinās formālās un neformālās izglītības sniegtās iespējas</p>

3.	Informācija par darba tirgu un tā attīstības tendencēm. Vietējo ekonomiku ietekmējošās tendences 1. Laiks un profesijas. 2. Darba tirgus perspektīvas un lēmuma pieņemšana. 3. Nodarbinātības tendences Latvijā un pasaulē. 4. Alternatīvu lēmumu pieņemšana karjeras izvēlē.	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.
4.	Zinātnes un tehnoloģiju attīstība. Profesiju mainība un dažādība, pienākumi, darba devēju prasības 1. Ko sagaida darba devējs? 2. Darba meklēšanas process un iespējas. 3. Zinātnes un tehnoloģiju attīstības ietekme uz profesiju mainību. 4. Profesionālā ētika un darba likumdošana.	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.	Darbs ārzemēs 1. Darbs ārpus Latvijas. Iespējas un riski. 2. Informācijas avoti par dažādu valstu darba likumdošanu. 3. Veiksmes stāsti par darbu ārzemēs. Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. 4. Kāpēc es atgriezšos? Pienākumi un atbildība. Cerības un realitāte. Negatīvā pieredze un patriotisms.	Zina par iespējām strādāt ārpus Latvijas un kur griezties pēc palīdzības, ja tas ir nepieciešams. Ir informēts, kur meklēt ziņas par attiecīgās valsts darba likumdošanu.
6.	Karjeras izvēles plānošana. Individuālā karjeras plāna izveide 1. Man piemērotāko profesiju saraksts. 2. Izvēlētās profesijas apguves iespējas. 3. Individuālā plāna īstenošanas termiņi. 4. Dažādas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas. Izvēle un alternatīvas.	Ir izvērtēta piemērotība izvēlētajai profesijai. Ir apkopota informācija atbilstoši izvēlētajai profesijai. Ir pilnveidotas plānošanas prasmes un veicināta spēja uzņemties atbildību par savu plānu īstenošanu. Izzinātas izglītības vai darba iespējas pēc skolas beigšanas, iegūstot informāciju par interesējošo profesiju/nodarbošanās veidu un izvēloties sev vēlamu.

## 6.5. Veselība un vide

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
1.	Mikrovides veidošana ģimenē (pienākumi ģimenē, tradīcijas ģimenē u.c.) 1. Ģimenes veidošana. 2. Vide ģimenē. 3. Bērns ģimenē. 4. Ģimenes tradīcijas	Izprot indivīda lomu ģimenē – jebkurš ģimenes loceklis ir ģimenes daļa un ir atbildīgs cits par citu. Izprot atbildības nozīmi kopā sadzīvošanā. Zina un izprot potenciālo vecāku atbildību par pēcnācēju veselību un atbildību par bērnu prenatalajā posmā. Izprot ģimenes plānošanas nozīmi. Apzinās pienākumus ģimenē. Apzinās, kā vecāku savstarpējās attiecības



		<p>ietekmē bērna pašsajūtu ģimenē.</p> <p>Izprot un spēj novērtēt ģimenes tradīciju lomu personības attīstībā un ģimenes stiprināšanā.</p>
2	<p>Personīgā atbildība par veselības un savas dzīves kvalitāti</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Veselība un dzīvība kā vērtības.</li> <li>2. Veselīga dzīvesveida noslēpumi.</li> <li>3. Manas dzīves kvalitāte.</li> <li>4. Izvēles brīvība un atbildība.</li> </ol>	<p>Apzinās veselības un dzīvības kā vērtības nozīmi.</p> <p>Ir prasme novērtēt savu veselību un dzīvesveidu, sekot savam veselības stāvoklim.</p> <p>Ir prasme palīdzēt otram dažādās dzīves situācijās. Ir atbildīgs par savu un citu cilvēku veselību un dzīvību, tostarp saistībā ar atkarību izraisošo vielu lietošanu.</p> <p>Zina savus pienākumus un tiesības attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu.</p>
3.	<p>Risks un tā iespējamās sekas</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Uzvedība, rīcība un veselība.</li> <li>2. Jauniešu bojāejas galvenie cēloņi, līdzcilvēku rīcība un atbildība.</li> <li>3. Izsargāšanās no nelaimes gadījumiem ikdienā.</li> <li>4. Rīcība ekstremālās situācijā</li> </ol>	<p>Spēj novērtēt riska pakāpi. Ir prasme analizēt, izprast sakarību starp nevajadzīgu riskēšanu un nelaimes gadījumu, tostarp attiecībā uz alkohola, narkotisko, psihotropo, kā arī jauno psihoaktīvo vielu un tabakas izstrādājumu lietošanu. Spēj novērtēt risku savā rīcībā un uzvedībā.</p> <p>Ir atbildīgs par savu un sev līdzās esošo cilvēku drošību. Prot novērtēt situāciju un atbilstoši rīkoties.</p> <p>Izprot saules un mākslīgā starojuma (solārija) negatīvo ietekmi uz ādu, zina kā pasargāt ādu no saules negatīvās ietekmes.</p>
4.	<p>Darba drošība veselības aizsardzības nolūkos. Pirmā medicīniskā palīdzība</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Profesijas izvēle atbilstoši veselības stāvoklim.</li> <li>2. Darba vides riska faktori.</li> <li>3. Darba drošība.</li> <li>4. Dzīvības ābece.</li> </ol>	<p>Zina darba drošības pamatelementus. Prot sniegt pirmo medicīnisko palīdzību.</p>
5.	<p>Veselīgs uzturs</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Veselīga uztura pamatprincipi.</li> <li>2. Veselīga pārtika.</li> <li>3. Uzturs un dzīvesveids.</li> <li>4. Mana veselīga ēdienkarte.</li> </ol>	<p>Izprot veselīga uztura nozīmi cilvēka dzīvē.</p> <p>Prot plānot savu ikdienas ēdienkarti, pilnvērtīgi un sabalansēti izvēloties pārtikas produktus. Apzinās sekas, kas saistītas ar nepareiza uztura izraisītām saslimšanām.</p>
6.	<p>Medicīniskās apskates un profilaktiskās vakcīnas</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Veselības veicināšana.</li> <li>2. Profilakse, tās veidi un izmantotās metodes.</li> <li>3. Valsts garantētās bezmaksas profilakses pārbaudes.</li> <li>4. Vakcinācija – jā vai nē?</li> </ol>	<p>Rūpējas par savu veselību, izmantojot valsts apmaksātās medicīniskās apskates un vakcināciju.</p>
7.	<p>Ekoloģija</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cilvēku ietekme uz vidi.</li> <li>2. Vides piesārņojums</li> </ol>	<p>Izprot vides un sabiedrības mijiedarbību.</p>

3. Globālās vides pārmaiņas. 4. Mana līdzdalība vides saglabāšanā.	
---	--

## 6.6. Drošība

Nr. p.k.	Stundu temati, tēmas	Plānotais sasniedzamais rezultāts
<b>Satiksmes drošība</b>		
1.	Satiksmes drošība un atbildība 1. Atbildīga gājēja, transportlīdzekļa vadītāja, pasažiera portrets. 2. Es kā satiksmes dalībnieks. 3. Autovadītāja apliecības iegūšana – apliecināšanās vai nepieciešamība?	Apzinās savu lomu un atbildību satiksmes kustībā kā jebkura veida satiksmes dalībnieks (gājējs, pasažieris, transporta līdzekļa vadītājs).
<b>Drošība ekstremālās situācijās</b>		
1.	Rīcība, atbildība un līdzatbildība sadzīves un ekstremālās situācijās 1. Individuālie un kolektīvie aizsardzības līdzekļi dabas stihijas laikā. 2. Valstī iespējamās ārkārtas situācijas un Tava darbība tajās. 3. Normatīvie akti	Prot rīkoties sadzīves un ekstremālās situācijās. Apzinās savu atbildību un līdzatbildību ārkārtas situācijās. Zina un ievēro tiesību aktus, kuri nosaka drošības noteikumus.
2.	Seksuālās vardarbības, nelegālās cilvēku tirdzniecības un prostitūcijas risks 1. Riska uzvedība. 2. Uzticības telefons. 3. Cilvēku tirdzniecība pasaulē un situācija Latvijā. 4. Kāpēc jaunieši kļūst par cilvēku tirdzniecības upuriem? 5. Legāls un nelegāls darbs ārzemēs – priekšrocības un trūkumi. 6. Patiesība vai mīts? 7. Kā nepakļaut sevi dažādiem riskiem	Zina par cilvēktirdzniecības draudu iespējām. Prot atrast nepieciešamo informāciju un palīdzību, lai izvairītos no riska situācijām.

Programma akceptēta Kārsavas vidusskolas pedagoģiskās padomes sēdē 2017. gada 31. augustā (protokols Nr.6).

## Ieteicamā literatūra un informācijas avoti:

### Sevis uzzināšana un pilnveidošana

1. Alens Dž, Nerre Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam.- R.:Skolu atbalsta centrs, 2000
2. Aleksejeva G. Konfliktsituācijas izglītības procesā. – R.:RaKa, 2010
3. Andersone R. Pusaudžu sociālo prasmju veidošanās. – R.:RaKa, 2004
4. Ādlers A. Individuālpsiholoģija skolā. Lekcijas skolotājiem un audzinātājiem.- R.:Zvaigzne ABC, 2001
5. Borns L., Ruso N. Psiholoģija (Mācību grāmata).- R.:RaKa, 2005
6. Čehlovs M. Vidusskolēnu pašnoteikšanās attīstības humanitārie aspekti. – R.:RaKa, 2011
7. Daniela L. Skolēni un mācību disciplīna. – R.:RaKa, 2009
8. Daudzpusīgā intelekta teorija skolā. Pieredzes materiāls.- R:Skolu atbalsta centrs, 2000
9. Diksone A.Grūtās sarunas. – R.:Zvaigzne ABC, 2007
10. Dūka M. Psihes bioloģiskie pamati.- R.:RaKa, 2005
11. Fišers R. Mācīsim bērniem domāt.- R.:RaKa, 2005
12. Garleja R. Sociālā uzvedība patērētāja izvēles vadīšanā.- R.:RaKa, 2005
13. Groduma-Vīriņa D., Muižule D. Kā iepazīt sevi. – R.:RaKa, 2010
14. Keiments P. Mācāmie no savām kļūdām.- R.:RaKa, 2005
15. Latvijas Republikas Satversme (22.07.2014.redakcija). Pieejams:<http://likumi.lv/doc.php?id=57980>
16. Liepiņa S. Speciālā psiholoģija.- R.:RaKa, 2005
17. Maļicka J. Piederības izjūta un mācību motivācija.- R.:RaKa, 2005
18. Merima E.Dž. Psiholoģija (Skolotāja grāmata), I.,II.,III.,IV daļa.- R.:RaKa, 2005
19. Metodiskais līdzeklis skolotājiem. Vērtībizglītība ētikas, sociālo zinību un klases stundām 1.-6.klasē.- R: Valsts izglītības satura centrs, 2014 20.
- Nucho, A.O., Vidnere, M. Garīgās veselības veicināšana. – R: RaKa, 2002.
21. Ozoliņa-Nucho A., Vidnere M. Garīgā inteliģence: meklējumi un attīstība.- R.:RaKa, 2007
22. Pagraba E. Klases audzinātājam darbā ar vecākiem, bērniem un sevi pašu – R.:Pētergailis, 2006
23. Pļaveniece M., Škuškovnika D. Sociālā psiholoģija pedagogiem.- R.:RaKa, 2005
24. Puškarevs I. Attīstības psiholoģija.- R.:RaKa, 2005
25. Riņķis J. Intelektuālo spēju attīstīšana. – R.:RaKa, 2007
26. Tauriņa Ž. Skolēnu kompetenču pašvērtējums. – R.:RaKa, 2013
27. Vidnere M., Garleja R. Psiholoģijas un sociālās uzvedības aspekti ekonomikā.-R.:RaKa, 2005

## Piederība valstij

1. Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana.- R.:Skolu atbalsta centrs, 2000
2. Andersone R. Pusaudžu sociālo prasmju veidošanās. - R.:RaKa, 2001
3. Baldiņš A., Raževa A. Skolas un ģimenes sadarbība.- R.:Pētergailis, 2002
4. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē.- R.:Pētergailis, 2001
5. Balsons M. Kā izprast klases uzvedību.- R.:Lielvārds, 1995
6. Bērnu tiesību aizsardzības likums. (pieņemts Saeimā 19.06.1998.) Pieejams: <http://likumi.lv/doc.php?id=49096>
7. Čehlova Z., Grinpauks Z. Skolēnu integratīvo prasmju veidošana.- R.:RaKa, 2005
8. Diķe V., Krieviņš V. Es, ģimene, pasaule.- R.:RaKa, 1998 9. Kaņepāja-Vanaga E., Vanags V. Jaunieša līdera rokasgrāmata.- R.: -2002
10. Kā veidot tradīcijas. Rokasgrāmata skolotājiem. – R.:Zvaigzne ABC, 2010
11. Keisments P. Mācāmies no savām kļūdām.-R.:RaKa, 2005
12. Kopmane P. Petermane L. Demokrātijas pieredze skolā. Pieredze. Teorija. Prakse.-R.:RaKa, 1999
13. Metodiskais līdzeklis “Skolas un ģimenes sadarbība”. – R:Valsts jaunatnes iniciatīvu centrs, 2009
14. Metodiskais līdzeklis “Svinēsim valsts svētkus!” – Valsts jaunatnes iniciatīvu centrs, 2009
15. Metodiskais materiāls “Cieņojamies Ministru kabinetā”. – R:Valsts kanceleja, 2013
16. Metodiskais materiāls “Stunda muzejā”. – R:Valsts izglītības satura centrs, 2013
17. Mūsdienīga skola - prieks, iespējas un atbildība.- LVAVA, 2004
18. Nīmante D. Klasvadība. – R:Zvaigzne ABC, 2007
19. Omarova.S. Cilvēks dzīvo grupā. Sociālā psiholoģija.- R.:Kamene, 1996
20. Plaude I. Sociālā pedagogija.- R.:RaKa, 2005
21. Puškarevs I. Attīstības psiholoģija.- R.:RaKa, 2001
22. Rubana I.M. Mācīties darot.- R.:RaKa,2005
23. Sociālpedagoģiskās inovācijas: Teorija un prakse. 1.Rakstu krājums.-R.,1999
24. Špalleka R. Pubertāte. - R.:Tapals, 2004.
25. Špona A. Audzināšanas teorija un prakse. - R.:RaKa, 2001
26. Šteinerts R. Vispārīgā cilvēkmācība kā pedagogijas pamats.- R.:RaKa, 2005
27. Latvijas Republikas Satversme (22.07.2014.redakcija) Pieejams:<http://likumi.lv/doc.php?id=57980>

## Pilsoniskā līdzdalība

1. Autoru kolektīvs. Skolu jaunatnes kultūrintegrācija.- R.:RaKa, 2005
2. Andersone R. Pusaudžu sociālo prasmju veidošanās. Teorija. Pieredze. Prakse. - R.:RaKa, 2004
3. Dirba M. Mijkultūru izglītības daudzveidība.- R.:RaKa, 2005
4. Drivdāle-Karuškina S. Starptautiskais pilsoniskās izglītības pētījums Latvijā.-R.:Mācību grāmata, 2003
5. Gromska S. Pilsoniskā audzināšana. – R.:RaKa, 2012
6. Eiropas Komisija. Jūsu rokasgrāmata par Eiropas pilsoņu iniciatīvu. 2. izdevums.- Brisele: 2012. Pieejams: [http://www.eesc.europa.eu/resources/docs/12\\_97-citizens-initiative-lv.pdf](http://www.eesc.europa.eu/resources/docs/12_97-citizens-initiative-lv.pdf)
7. Etniskā tolerance un Latvijas sabiedrības integrācija/ Pētījuma kopsavilkums. – R.:Baltijas Sociālo Zinātņu institūts, 2004
8. Es. Sabiedrība. Valsts. Rokasgrāmata pasniedzējiem pilsoniskajā izglītībā.– R.: Latvijas Pieaugušo izglītības apvienība, „Impresio”, 1999.
9. Grambergs M. Iedzīvotāji kā partneri. ESAO rokasgrāmata par informāciju, konsultācijām un sabiedrības līdzdalību politikas veidošanas procesā.- R.:Ekonomiskās sadarbības un attīstības organizācija, 2003
10. Izglītība pārmaiņām: Ilgtspējīgas attīstības mācīšanas un mācīšanās rokasgrāmata. – R.:Vides Vēstis - 2007
11. Jaunieši pārmaiņu sabiedrībās. Diskusiju ceļvedis.-UNICEF, 2002
12. Jauns impulss Eiropas jaunatnei. Baltā grāmata.- R.: Valsts jaunatnes iniciatīvu centrs, 2003
13. Jaunais skolotājs. Pārdomas un ieteikumi mūsdienu skolotājam/ Rakstu krājums. – R.:IAC, 2006
14. Kļaviņa S., Greiškālna I. Līdzdalības iespējas valsts pārvaldē. Rokasgrāmata nevalstiskām organizācijām un apņēmīgiem indivīdiem. – R.:Valsts kanceleja, 2006
15. Kristīgā ētika un morāle: Sabiedrības pamats.- R.:Marts, 1993
16. Lapiņa L., Rudiņa V. Apgūsim demokrātiju. Skolotāja rokasgrāmata: interaktīvās mācīšanas metodes. – R.: Zvaigzne ABC, 1997.
17. Lasmane S. Ētika. - R.:Zvaigzne ABC, 1992
18. Latvijas Universitātes Filozofijas un socioloģijas institūts. Jauniešu identitātes veidošanās un līdzdalība. - R.: 2005. Pieejams: [http://izm.izm.gov.lv/upload\\_file/jaunatne/petijumi/LSIF\\_jaunieshu\\_lidzdaliba\\_smal.pdf](http://izm.izm.gov.lv/upload_file/jaunatne/petijumi/LSIF_jaunieshu_lidzdaliba_smal.pdf)
19. Lenglija M. Pasauls reliģijas. - R.:Zvaigzne ABC,1997
20. Mauliņa D., Grīntāle I. Brīvprātīgā darba organizēšanas rokasgrāmata. – R.:Biedrība „brīvprātīgais.lv” Pieejams: [http://izm.izm.gov.lv/upload\\_file/jaunatne/Rokasgramata\\_BD\\_brivpratigais-lv.pdf](http://izm.izm.gov.lv/upload_file/jaunatne/Rokasgramata_BD_brivpratigais-lv.pdf)
21. Miķelsone L. Mācību metodes sociālajās zinībās. Teorija. Pieredze. Prakse.- R.:RaKa, 2002
22. Ose L., Falka S. Mācību līdzeklis “Iepazīsti Eiropas Savienību un izmanto savas iespējas”, 2015. Pieejams: <http://www.es.gov.lv/es-informacijas-sniedzaji/eiropa-skolas/macies-par-es/macibu-lidzleklaiepazisti-eiropas-savienibu-un-izmanto-savas-iespejas>
23. Paeglīte I. Pilsoniskās līdzdalības rokasgrāmata. Es piedalos.- R.:Latvijas pieaugušo izglītības apvienība, 2004.
24. Pilsoniskās sabiedrības stiprināšanas politika.- R.: Īpašu uzdevumu ministra sabiedrības integrācijas lietās sekretariāts, 2006
25. Skolu jaunatnes kultūrintegrācija. Rakstu krājums. Pedagogu izglītības atbalsta centrs.-R.: RaKa, 1999
26. Tavas tiesības. – R.: Izglītības un zinātnes ministrijas Bērnu tiesību aizsardzības centrs,1997
27. Tolerances trenāžeros jeb ārvalstu jaunieši starp mums. Rokasgrāmata skolu pašpārvaldēm un Metodiskie ieteikumi jaunatnes lietu speciālistiem un direktoru vietniekiem audzināšanas darbā – R.:Latvijas Republikas Izlītības un zinātnes ministrija, 2012.

## Karjeras izvēle

1. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Kalniņa I. Mērķtiecīga karjeras veidošana. Mācību metodika.– R.: LUMA, 2007
2. Akmeņkalna I., Kārklīšs A., Skutele D. Mērķu sasniegšana. – R.: LUMA, 2007
3. Alens Dž., Nerne Dž. Skolēnu izaugsmes veicināšana. Palīgs klases audzinātājam. – R.: Skolu atbalsta centrs, 2000
4. Baldiņš A., Raževa A. Klases audzinātāja darbs skolēnu personības izpētē. – R.: Pētergailis, 2001
5. Beloraga G. Par ko kļūt? Darba lapas par profesijām.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
6. Daija Z., Panasina I. Veido savu karjeru pats! Grāmata patstāvīgai profesijas izvēlei. – R.: Profesionālās karjeras izvēles centrs, 2000
7. Daiktere I. Mērķu izvirzīšana un sasniegšana. Mācību metodika. – R.: SIA LUMA, 2007
8. Darba pasaules un karjeras iespēju izpēte / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem projektu nedēļas vadīšanai 7. – 9.klasēs. – R.: PIAA, PIAC, 2004
9. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Interesantas idejas klases audzinātājam.– R.: RaKa, 2008
10. Dektereva N., Dorofjeva S., Vagele A., Zavjalova G.. Mūsdienīga skolēna portfolio.– R.: RaKa, 2008
11. Ertelts B.J., Šulcs V. Karjeras konsultēšanas kompetences. – R.: VIAA, 2008, Vācija: Rosenberger Fachverlag, 2007 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_kompetences\\_2008.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kompetences_2008.pdf)
12. Karjeras atbalsta pasākumi riska grupu jauniešiem. Caur mācīšanos uz darbu.– R.: VIAA, 2011, Eiropas profesionālās izglītības attīstības centrs, 2010 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_atbalsta\\_pasakumi\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_atbalsta_pasakumi_2010.pdf)
13. Karjeras attīstības atbalsts. Izglītība. Konsultēšana. Pakalpojumi.– R.: VIAA, 2008 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_attiistiibas\\_atbalsts\\_2008.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_attiistiibas_atbalsts_2008.pdf)
14. Karjeras attīstības rokasgrāmata konsultantiem, kas strādā ar jauniešiem ar īpašām vajadzībām. Jaunatnes karjeras servisa attīstības projekts. Pieejams: <http://www.careercenteronline.org>
15. Karjeras iespēju izpēte / Metodisks palīglīdzeklis skolotājiem, klašu audzinātājiem profesionālās orientācijas darbā.– R.: PIAP aģentūra, 2003 Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
16. Karjeras izglītība skolā. Pieredze 2009.– R.: VIAA, 2010 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_izgliitiiba\\_skolaa\\_2010.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_izgliitiiba_skolaa_2010.pdf)
17. Karjeras izglītība 10. – 12.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. Karjeras izglītība 7.-9.klasei. Skolotāja rokasgrāmata. – R.: PIAA, 2006 Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
18. Karjeras izglītība 7.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 8.klasē. Metodiski ieteikumi. Karjeras izglītība 9.klasē. Metodiski ieteikumi. – R.: PIAA, 2006 Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
19. Karjeras izglītības mērķi pamatskolā / Ieteikumi skolotājiem, klašu audzinātājiem pamatskolas skolēnu zināšanu, prasmju un iemaņu veidošanai starppriekšmetu tēmā.– R.: PIAA, PIAC, 2004 Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
20. Karjeras konsultēšanas metodes.– R.: VIAA, 2009, Bukareste: Institute of Educational Sciences, Euroguidance, 2007 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras\\_kons\\_metodes.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/karjeras_kons_metodes.pdf)
21. Karjeras plānotājs. Metodiski ieteikumi.– Jelgava: PKIC, 2007
22. Karjeras plānotājs pamatskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne? Karjeras plānotājs vidusskolēnam. Mana profesija? Kāpēc gan ne?– Jelgava: PKIC, 2007
23. Karjeras Ziņas. – R.: VIAA karjeras atbalsta departamenta ziņu izdevums. Pieejams: [http://viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/kad\\_zinu\\_izdevumi/](http://viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/kad_zinu_izdevumi/)
24. Korna. E. Karjeras izglītība. Tukuma 2.vidusskolas pieredze. – R.: RaKa, 2011

25. Kurš mācību priekšmets man vislabāk patīk? Padomi veiksmīgai karjeras izvēlei.– R.: VIAA, Karjeras atbalsta departaments, 2008 Pieejams: [http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras\\_atbalsts/euroguidance\\_sadala/klasu\\_audzinatajiem/](http://www.viaa.gov.lv/lat/karjeras_atbalsts/euroguidance_sadala/klasu_audzinatajiem/)
26. Ķīkule I. Domā pats! Metodiskie ieteikumi darbam ar videofilmu 5. – 8.klasei. – R.: Labklājības ministrija, SIA „ULMA”, 2006
27. Mans bērns izvēlas karjeru.– R.: VIAA, 2010 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans\\_berns\\_izvelas\\_karjeru\\_web.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/mans_berns_izvelas_karjeru_web.pdf)
28. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma pamatskolas skolēniem. Perija N., Zarks Z. Karjeras veidošanas mācību programma vidusskolas skolēniem. – R.: PKIVA.
29. Pīvijs V. Sociodinamiskā konsultēšana. Praktiska pieeja nozīmes veidošanai. ASV: Taosas institūta izdevniecība, 2004, R.: VIAA, 2011 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262\\_viaa\\_pivijis\\_2012\\_f.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/38262_viaa_pivijis_2012_f.pdf)
30. Profesiju aprakstu katalogs.– R.: PKIVA, NVA., 2007,2012 Pieejams:[http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju\\_aprakstu\\_katalogs\\_A4.pdf](http://www.nva.gov.lv/karjera/docs/profesiju_aprakstu_katalogs_A4.pdf); [http://www.nva.gov.lv/docs/pak\\_2012.pdf](http://www.nva.gov.lv/docs/pak_2012.pdf)
31. Profesiju definīciju katalogs.– R.: PKIVA, 2007 Pieejams: <http://jvmv.lv/f/uploads/profesiju-aprakstu-katalogs-A5.pdf>
32. Profesiju klasifikators.– R.: Latvijas Vēstnesis, 2006 Pieejams: <http://www.lm.gov.lv/text/80>
33. Rubana I.M. Mācīties darot.– R.: RaKa, 2004
34. Stabiņš J., Pupiņš M. Ieteikumi karjeras veidošanai. / Mācību līdzeklis sociālajās zinātnēs.– R.: RaKa, 2008
35. Starptautiskā karjeras atbalsta metodikas rokasgrāmata darbam ar grupu. 2.izd. - Vīne: 2012 Pieejams: [http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa\\_naviguide\\_interactive.pdf](http://viaa.gov.lv/files/news/727/viaa_naviguide_interactive.pdf)
36. Templers R. Veiksmīgas karjeras likumi.– R.: Zvaigzne ABC, 2007
37. Veiksmīgas karjeras anatomija.– R.: Lietišķās informācijas dienests, 2009

## **Videomateriāli**

1. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas būvniecības nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas elektrotehnikas un elektronikas nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas ķīmijas un farmācijas nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas mašīnbūves un metālapstrādes nozarē. Atrodi savu ceļu! Karjeras un izglītība iespējas meža nozarē. – DVD: VIAA.
2. Domā pats! (videofilma 5. – 8.klasei.)
3. Iepazīsti izglītības un darba pasauli. – CD – ROM: PIAP.
4. Iepazīsti un izvēlies! Virtuālais ceļvedis: Daugavpils Universitāte, Latvijas Lauksaimniecības universitāte, Liepājas Pedagoģijas akadēmija, Rēzeknes augstskola, Ventspils Augstskola, Vidzemes Augstskola. – CD.
5. Izglītība Latvijā 2008 – CD: STA.
6. Kurp doties? Ķīmiķis. Farmaceits. Mikrobiologs. (TV raidījumi) Nākotnes aprēķins. (īsfilma)– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2006
7. Kurp doties? Farmaceits. Vides speciālists. Mārketinga speciālists.– DVD: biedrība „Jauniešu konsultācijas”, 2007
8. Karjeras iespējas Latvijā. RSEBAA. AIESEC. – CD.
9. Labklājības ministrijas pētījumi. ES struktūrfondu Nacionālās programmas „Darba tirgus pētījumi” projekts. – CD.
10. Mana karjera. Mana karjera manās rokās. Autoceļu būvniecība. Mana karjeras – manās rokās. Enerģētika. – CD: SIA „AGD GRUPA”, IZM ISEC.
11. Profesionālās darbības jomas Latvijā. – DVD (1., 2.disks), VHS: PKIVA.
12. Progresīvās profesijas. – CD: PKIVA, Labklājības ministrija, projekts „Profesiju segregācijas cēloņu mazināšana”
13. Studijas datorikas nodaļā. Fragments no LTV7 raidījuma „Aktualitātes”. (13.04.2008.) – CD (.mpg): SIA „AGD GRUPA”
14. “Zaļais pipars 1-4” – CD: RTU Pieejams: <http://karjera.rtu.lv/lv/ieraksts/izglitojosa-filma-zalais-pipars>

Interneta resursi:

1. [www.europass.lv/](http://www.europass.lv/) - CV standarts "Europass"
2. <http://jaunatne.gov.lv/lv> - informatīvi materiāli par konkursiem un brīvprātīgo darbu
3. [www.niid.lv](http://www.niid.lv) - nacionālā izglītības iespēju datu bāze
4. <http://www.nva.gov.lv/karjera/> - informatīvie un metodiskie materiāli sevis, profesiju un izglītības iespēju izpētei, ieteikumi karjeras plānošanai
5. [www.prakse.lv](http://www.prakse.lv) - prakses, darba, brīvprātīgā darba vakances jauniešiem, informācija par profesijām un izglītības iespējām
6. [www.profesijupasaule.lv](http://www.profesijupasaule.lv) – profesiju paraksti, intervijas ar profesionāļiem, darba vides fotogalerijas

## Veselība un vide

1. Adamaite I., Bērziņa I. Starp mums, vecākiem, runājot. Par atkarības problēmām ģimenē un sabiedrībā.- R.: Lielvārds, 2002
2. Adamaite I. Kur slēpjas atkarība?- R.: Zvaigzne ABC, 1998
3. Adamaite I., Stirna A., Vārpa I., Atkarības profilakse.- R: b/o v/u Narkoloģijas centrs, 2000
4. Apturi vardarbību.- R.:Latvijas Sarkanais Krusts, 2005
5. Azarovs J. Ģimenes pedagogija. – R.: Zvaigzne, 1986
6. Āltonene U. Pusaudžu sekss. – R.: Sprīdītis, 1991.
7. Balsons M. Kā izprast klases uzvedību. – Lielvārde: Lielvārds, 1996
8. Borins E.P. Smēķēšana, alkohols un uztura mācība. – R.: Sorosa fonds – Latvija, 1995
9. Borzovs J. u.c. Darbs ar datoru un jūsu veselība. Informatīvais materiāls datoru lietotājiem. - R.: Labklājības ministrija, Valsts darba inspekcija.
10. Dzīves derīguma termiņš: mācību videofilma.-R.: Rīgas Dome, Rīgas atkarības profilakses centrs, Sabiedrības veselības aģentūra, Rīgas psihiatrijas un narkoloģijas centrs, 2008
11. Fords Dž.B. Cilvēka ķermenis. Enciklopēdija jaunatnei. – R.: Belitha press. Kolibri, 1994
12. Glikasa O. Augsim veseli.- R.: Zvaigzne, 1996
13. Golubeva A., Lazdiņa S., Zavadskis A. Skolas incidenti, kas saistīti ar apreibinošo vielu lietošanu, izplatīšanu, aizdomām-R.: Sabiedrības integrācijas fonds, 2005
14. Kas ir veselības mācība.- LVAVA, 2004
15. Karpova Ā. Ģimenes psiholoģija. – R.: RaKa, 2000
16. Kondrāte I., Kuņicka I., Rocēna I., Jātniece I. Pusaudžiem par intīmo. Rokasgrāmata skolotājiem.- R.: ANO Attīstības programma, IZM, 2003
17. Kondrāte I., Kuņicka I., Rocēna I., Jātniece I. Pusaudžiem par intīmo. Aktivitātes darbam klasē.- R.: ANO Attīstības programma, IZM, 2004
18. Krūzmētra M. Ģimenes socioloģija. – R.,1993
19. Metodiskais līdzeklis pedagogiem un vecākiem "Darbs ar sociālā riska grupas bērniem un jauniešiem atkarību profilaksē" – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2015
20. Metodiskais materiāls "Veselības izglītība vispārējā vidējā un profesionālajā izglītībā"- R.: Valsts izglītības satura centrs, 2013
21. Mias dienasgrāmata. - R.: B/O V/U Narkoloģijas centrs, 2000
22. Nāves mušpapīrs: mācību videofilma. – B/O V/U Narkoloģijas centrs, 2000
23. Nucho A.O, Vindere M. Garīgās veselības veicināšana. Psiholoģija izglītībai.- R.: RaKa, 2002
24. Paiks G., Selbijs D. Pasaule ienāk klasē.- R.: LU Ekoloģijas centra apgāds VIDE, 1998
25. Pārmaiņu laiks: mācību videofilma latv. val., 20 min



26. Pirmā palīdzība. Novērtēšana. Ārstēšana. Prasmes.- R.: Jumava; 2002
27. Plotnieks I. Psiholoģija ģimenē. – R.: Zvaigzne, 1988
28. Puškareva I. Par smēķēšanu, alkoholismu, narkomāniju –Lielvārde: Lielvārds, 1996
29. Rubene I.M.. Ēd vesels! – R.:Zaļais circenis, 1998
30. Sauka M. Es kļūstu pieaudzis. – R.: SIA Atols,1997
31. Seksualitāte un kontracepcija: mācību videofilma latv.val.,10 min.
32. Skolas politika apreibinošo vielu lietošanas profilaksē.- R.: SFL un Valsts bērnu tiesību aizsardzības centrs., 2000
33. Skolēni un narkotikas.- R.: ANO Narkotiku kontroles programma, 2001
34. Slazds: animācijas filma. – R.: B/O V/U Narkoloģijas centrs, 2000
35. Tūna A., Kalniņš A. Es pasaulē, 1. un 2. daļa – Lielvārde: Lielvārds, 1995
36. Vadlīnijas vienaudžu izglītībā HIV/ AIDS un reproduktīvā veselībā.- R.: ANO Attīstības programma, IZM, 2003
37. Vide un mūsu sabiedrība.- R.: SFL, 1996
38. Viss būs tieši tā, kā tu vēlies: mācību videofilma vidusskolēniem latv. val., 20 min.
39. Zavadskis A.,Lazdiņa S., Kunda I. „Savādāks bērns skolā”- kā sniegt nepieciešamo atbalstu.-R.: Artekoms, 2003
40. Ziemassvētku brīnums: mācību videofilma par grūtniecību, dzemdībām un pēcdzemdību periodu latv.val., 20 min.
41. Pašnāvību novēršana: informatīvais materiāls skolotājiem un citiem skolu darbiniekiem. R.: Slimību profilakses un kontroles centrs, 2013
42. Latvijas skolēnu veselības paradumu pētījums, 2009./2010.māc.g. aptaujas rezultāti un tendences - R.: Slimību profilakses un kontroles centrs, 2012.
43. Social determinants of health and well-being among young people. Health behaviour in school-aged children (HBSC) study: international report from the 2009./2010 survey, WHO, 2012
44. Starptautiskais jauniešu smēķēšanas pētījums. 2011.gada aptauja Latvijā. R.: Slimību profilakses un kontroles centrs, 2012 4
5. Bērnu antropometrisko parametru un skolu vides pētījums Latvijā. – R: Veselības ekonomikas centrs, 2011
46. Pētījums par Latvijas jauniešu bērībā gūto nelabvēlīgo pieredzi, 2011. – R.: Slimību profilakses un kontroles centrs, 2012
47. Latvijas iedzīvotāju veselību ietekmējošo paradumu pētījums 2012. – R.: Slimību profilakses un kontroles centrs, 2013
48. Iedzīvotāju reproduktīvā veselība. Pārskats par situāciju Latvijā (2003.-2011.) – R.: 2011
49. Slimību profilakses un kontroles centra mājas lapa – www.spkc.gov.lv sadaļas „Informatīvie izdevumi“, „Veselības veicināšana“, „Publikācijas“, „Pētījumi un ziņojumi“
50. Veselības ministrijas mājas lapa – www.vm.gov.lv sadaļa “Tava veselība”, “Veselīgs un aktīvs dzīvesveids“, „Veselīgs uzturs“
51. Valsts izglītības satura centra mājas lapa – www.visc.gov.lv sadaļa „Vispārējā izglītība“ – „Izglītības saturs“ – „Metodiskie materiāli“
52. www.lib.ru

## **Drošība**

1. Beloraga G. Drošība dažādās situācijās.- R.: Zvaigzne ABC, 2003
2. Ceļa zīmju komplekts. CSDD
3. Civilā aizsardzība. Civilā aizsardzība Minimālās prasības civilās aizsardzības kursa saturam vispārējā un profesionālajā izglītībā. – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2011
4. Damberga A. Ceļu satiksmes drošība 1.-4.klasei. – Lielvārde: Lielvārds, 2003

5. Drošība internetā. Rikasgrāmata skolotājiem. - Latvijas Interneta asociācijas Drošāka interneta centrs „Net-Safe Latvia”, 2010
6. Drošība. Metodiski ieteikumi pamatskolai. – R.: ISEC, 2004.
7. Falka S., Ničiporčika-Guseva R., Romanovska G. Drošība uz ceļa. Skolotāja rokasgrāmata. – R.:Valsts izglītības satura centrs, 2009
8. Golubeva A. Skolēnu drošība. Nelaiimes gadījumi. Pirmā palīdzība.- Lielvārde:Lielvārds, 1998
9. Katram bērnam drošību. – R.: Bērnu un ģimenes lietu ministrija, 2004
10. Ko darīt, ja...Jautājumi un atbildes par dažādām situācijām skolas vidē. – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2012.
11. Lāma D., Kļaspere V. Metodiskais materiāls ceļu satiksmes drošības jautājumu apguvei pamatizglītībā. – R.: ISEC, 2008
12. Lāsēns un ceļu satiksme. – R.: Rasa ABC, 2003
13. Metodiskais līdzeklis “Veselības un drošības jautājumu aktualizēšanai sākumskolā”. – R.: Rīgas Stradiņa universitātes Darba drošības un vides veselības institūts, 2012
14. Metodiskie ieteikumi sākumskolai. – R.: ISEC kopā ar CSDD, 1997
15. Metodiskie ieteikumi drošības jautājumu mācīšanai 1.–4. klasē audzinātāja stundās. – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2011
16. Metodiskais materiāls "Dzīvnieki un tava drošība" darbam ar pirmsskolas un pamatskolas bērniem – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2013
17. Mācību filma „Saku Vau, lai nebūtu Au!”
18. Mācību filma velosipēdistiem. CSDD
19. Mācību līdzekļi satiksmes drošībā velosipēdistu apmācībai „Ceļā ar velosipēdu”, VAS Latvijas dzelzceļš.- R.: Zvaigzne ABC, 1998
20. Mācību materiālu komplekts Sargā sevi! - R.: SAC, 2002
21. Metodiskie materiāli „Esi redzams!”.- R.: CSDD
22. Muceniece L. Ceļu satiksmes noteikumu mācīšana pamatskolā.-R.: 2003
23. Obuhovičs A. Ceļu satiksmes noteikumi skolām (5.-9. klasēm).-R.: 2003
24. Sociālie stāsti par veselību un drošību 7.-9.klasē “Īsi stāsti drošai dienai”. Metodiskais materiāls skolotājiem un mācību spēle. – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2013
25. Vesels un drošs. Spēle tiešsaistē un videomateriāls “Ar spēles palīdzību bērniem mācīs drošu uzvedību”. – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2013
26. Vesels un drošs – ikdienu Tev apkārt. Interaktīvs elektronisks materiāls pirmsskolas un sākumskolas bērniem vecākiem un pedagogiem – R.: Valsts izglītības satura centrs, 2013
27. [www.112.lv](http://www.112.lv)
28. [www.csdd.lv](http://www.csdd.lv)
29. [www.emergency.lv](http://www.emergency.lv)
30. [www.vugd.gov.lv](http://www.vugd.gov.lv)