

Satja Sai izglītība cilvēciskajās vērtībās



NODARBĪBU PLĀNI 3. GADAM

Vecumposms 7 – 8 gadi

Mācību programma
rakstura īpašību
un emocionālās
inteliģences attīstīšanai

*sagatavojusi Kerola Aldermana
(Carole Alderman)*



*Pateicībā
Satja Sai, kurš māca
šīs cilvēciskās vērtības
un kurš mani iedvesmoja
sagatavot nodarbību
plānus bērniem
visā pasaulē.*

Šie nodarbību plāni ir jo īpaši piemēroti, ja mācību viela ir saistīta ar:

PERSONĪGO, SOCIĀLO UN HIGIĒNAS MĀCĪBU,
PILSONISKO IZGLĪTĪBU,
RELIĢISKU IZGLĪTĪBU – Mācīšanos no reliģijas,
ANĢĻU VALODU,
DRĀMU,
MŪZIKU.

Šie nodarbību plāni der arī mācīšanai par citu tematiku, piemēram, vēsturi un zinātni, ja mācīšanā izmanto uz vērtībām balstītu pieeju. Turklāt tie var būt īpaši noderīgi, bērniem apgūstot Personīgo, sociālo un higiēnas mācību un Pilsonisko izglītību ar saīsinātā mācību grafika aktivitāšu palīdzību, piemēram, tematiskajām dienām, vai arī aktivitātēs ar daudz lielāku skolēnu iesaistīšanos vietējā (t. i., skolas) un plašāku kopienu dzīvē.

VISI NODARBĪBU PLĀNI IR BALSTĪTI UZ CILVĒKAM PIEMĪTOŠĀM, POZITĪVĀM VĒRTĪBĀM.

ŅEMIET VĒRĀ, KA ŠO GRĀMATU IETEICAMS IZMANTOT PĒC APMĀCĪBĀM, KURAS PRAKTISKĀ VEIDĀ SNIEDZ IZPRATNI PAR DAUDZIEM ASPEKTIEM, AR KURIEM JĀRĒĶINĀS, PIEMĒRAM, AR EMOCIJU APZINĀŠANOS, JŪTĪGUMU UN PRASMĒM TIKT AR TO GALĀ. APMĀCĪBAS SATJA SAI IZGLĪTĪBAS BRITU INSTITŪTĀ PIEEJAMAS BEZ MAKSAS.

© 2005 BISSE Limited

Visas tiesības aizsargātas.

Neviena daļa no šīs publikācijas nedrīkst tikt reproducēta, uzglabāta datorā vai nodota jebkādā formā un veidā – elektroniskā, mehāniskā, kopētā, balss ierakstā vai kā citādāk – bez autortiesību turētāja iepriekšējas piekrišanas, izņemot lapas, ko skolotāji drīkst kopēt ierobežotā apjomā, ja tās ir paredzētas darbam nodarbībās un tās izmanto bērni.

ISBN: 978-9934-8773-2-2

No angļu valodas tulkojusi Aija Nīlendere
© 2019 Nodibinājums “Sokrata tautskola”

Izdevējs:
BISSE Limited



Iespiedējs:
Nodibinājums “Sokrata tautskola”
Tālr.: (+371) 29463326
E-pasts: info@sokratatautskola.lv
Mājas lapa: www.sokratatautskola.lv

PATEICĪBAS

Vēlos pateikties Satja Sai par iedvesmu un atļauju izmantot mācību programmu, kā arī tiem daudzajiem atbalstītājiem, kuri veltījuši savu laiku un talantus, neprasot samaksu, lai palīdzētu man sarakstīt šīs grāmatas. Jo īpaši saku paldies

par padomiem
izglītības jautājumos

Džeimsam Lī (*James Lee*), BSc(Hons),
MPhil, Izglītības konsultantam

stāstu tapšanā

Ēzopam (*Aesop*)
Sārai Beikerei (*Sarah Baker*)
Kejai Šalonerei (*Kay Challoner*)
Elizabetei Frimpongai (*Elizabeth Frimpong*)
Tesai Hilmenai (*Tessa Hillman*)
Dr. Kanakai Latai (*Dr. Kanaka Latha*)
Annai Makmeilai (*Ann McMail*)
Kvabīnai Mehutuskāmenai (*Kwabena Mehutusekamen*)
Marianai Melounai (*Mariana Mellone*)
Kamillai Noublai Vorenai (*Camilla Noble-Warren*)
Polīnai Jangai (*Pauline Young*)

par lugu pielāgošanu

Džilai Hālijai (*Gill Harley*)

par radošo darbu idejām

Annijai Kalaganai (*Anni Callaghan*, BSc(Hons))
Nikolai Džonsonei (*Nicola Johnson*, BA, MA)
Heroldam Džefrijam (*Harold Jefferies*)

par dziesmām

Zitai Starkī (*Zita Starkie*, MA(Ed))
Ričardam Breitveitam (*Richard Braithwaite*,
BA(Hons) Music, DipEd)
Nikijai Gilbertai (*Nicky Gilbert*, BA(Hons))
Sārai Džonai (*Sara John*)
Sjuartam Džounsam (*Stuart Jones*)

par aktivitātēm

Džeinai Atkinsonei (*Jane Atkinson*, ADVS)
Nikolai T. Džonsonei (*Nicola T. Johnson*), BA, MA
Zitai Starkī (*Zita Starkie*), MA (Ed)
Bainai Velsenai (*Bina Valsan*), BSc. (vidusskolas klasēm)
Nikai Viljamsai (*Nik Williams*), BA(Hons),
FAETC, HID, Dip. ArtTh

par rediģēšanu

Elisonai Rosai (*Alison Ross*), LCST
Frīdai Kanatigodai (*Freda Kamathigoda*)
Barbarai Edmondsonai (*Barbara Edmondson*)

par tehnisko atbalstu

Rojam Krekam (*Roy Creck*)

MĀCĪŠANĀS REZULTĀTI UN MĀCĪBU STUNDU SATURS

Galvenie mērķi:

Lpp.

Visas mācību stundas palīdzēs bērniem:

- izdarīt labākas izvēles, kad ir jāizvēlas starp to, kas ir pareizi un nepareizi;
- paust savu viedokli par viņiem svarīgiem jautājumiem un sīkāk paskaidrot savu viedokli;
- iepazīt savas sajūtas pozitīvā veidā;
- domāt par savu dzīvi un pieredzi, sasaistot to ar mācību stundām, kas ir jāapgūst no stāstiem un lugām.

Nodarbībās bērni:

- piedalīsies diskusijās pa pāriem un diskutēs kopā ar visu klasi;
- mācīsies apzināties, ka viņiem ir izvēle, jo īpaši attiecībā uz pareizo un nepareizo.

Dažās nodarbībās iesaka papildus iepazīties ar līdzīgās vērtībās balstītiem stāstiem no Kejas Čelenoras (*Kay Challenor*) grāmatām *“Finding Your Feet”* (ISBN 0-9544188-0-8) un *“Learning to Live!”* (ISBN 0-954418804-0).

3.1 nodarbība

Mērķis

Iepazīstināšana ar programmu

11

Iepazīstināt ar piecām vērtībām, palīdzēt klasei tās izprast un izrunāt situācijas, kurās šīs piecas mācību satura komponentes ir visnoderīgākās.

Piekrist nodarbību noteikumiem un tos ievērot, kā arī saprast, kā noteikumu ievērošana palīdz.

Apzināties, kā ikviena bērna uzvedība ietekmē visus pārējos klasesbiedrus.

Ieklausīties pārējos, būt draudzīgiem rotaļu un mācību procesa laikā, cienīt atšķirīgo, rūpēties vienam par otru un neapcelt citus.

Cienīt atšķirīgo un līdzīgo citos cilvēkos.

Atpazīt ķircināšanas un apcelšanas veidus un apņemties tā nedarīt.

Citāts

1. Draugi, kuri Tev palīdz...

2. Dzejolis par piecām vērtībām

Pamatnoteikumi

Sēdēšana klusumā

Stāsts / drāma

Saistītais stāsts

“Surikāts un lauva”

“Viens labs darbs ir pelnījis turpinājumu”

(no grāmatas *“Learning to Live!”*)

Dziesma

“Miers, prieks, mīlestība uz zemes”

Aktivitāte

1. Viena lieta, kas mums ir kopīga...

2. Luga

3.2 nodarbība

Mērķis

Vērtība: Patiesība

Pakārtotā vērtība: Zinātkāre

20

Izprast atšķirību starp veselīgu zinātkāri un pasīvu ziņkāri par citu cilvēku dzīvi.

Atpazīt, kā šāda uzvedība ietekmē mūs pašus un citus.

Saprast, ka ģimenei un draugiem ir vienam par otru jā rūpējas.



Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Ir labi būt zinātkāram. Ir labi izzināt, bet nav labi...” “Ziņkārīgā Džouzija” “Tas ir brīnišķīgi!” 1. Spēle “Kurš šeit pietrūkst?” 2. Luga		
<u>3.3 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Patiesība</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Bez bailības un</u>	26
Mērķis	Attīstīt pārliecinātību, kad ir jāsaskaras ar problēmām un bailēm, lai ar tām tiktu galā drošā veidā. Apzināties, ka ģimenei un draugiem vienam par otru būtu jārūpējas.		
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Skaties acīs savām bailēm, un tās pazudīs.” “Bekija un briesmonis” “Neticamā pasaka” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet!</i> ”) “Es no vilka nebaidos” 1. Mākslas un radošais darbs “Sejas maskas” 2. Luga		
<u>3.4 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Patiesība</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Godīgums</u>	32
Mērķis	Veicināt izpratni par to, cik svarīgi ir rīkoties patiesi un godīgi. Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus.		
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Godīgums nozīmē būt patiesam un laipnam.” “Mango” “Trīs zirneklīši” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet!</i> ”) “Nekad nemelo!” 1. Spēle 2. Luga 3. Patiesības telefons		
<u>3.5 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Patiesība</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Sevis un citu</u>	37
Mērķis	Noteikt un cienīt atšķirības un līdzības starp cilvēkiem un citām dzīvajām radībām. Arvien vairāk apzināties savu uzvedību. Apzināties, kā mūsu katra uzvedība ietekmē citus.		
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Mazas ūdens lāsītes, mazi smilšu graudi...” “Lietus lāsīte” “Liels vai mazs” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet!</i> ”) “Viss, ko redzu, ir daļa no manis” 1. Ūdens brīnums 2. Plūstošās spēles 3. Luga		

<u>3.6 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Patiesība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Dzīvības novērtēšana</u> 46 Sekmēt apzināšanos par to, cik katras dzīvās radības dzīvība ir svarīga. Aplūkot augšanas procesu – no jauna līdz vecam – un izmaiņas cilvēku vajadzībās.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“No mazām zilēm aug vareni ozoli.” “Vecā koka stāsts” “Tur ir skaistums” 1. Luga 2. Pārrunāt, kas man ir vajadzīgs, lai es būtu laimīgs. 3. Radošais darbs: a) mājiņa maziem zvēriem, b) komposta veidošana
<u>3.7 nodarbība</u> Mērķis 	<u>Vērtība: Mīlestība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Dāsnums</u> 53 Veicināt domāšanu par to, kāda ietekme uz mani un citiem ir sevis pieņemšanai. Izprast vajadzību darboties sadarbībā vienam ar otru. Atpazīt, kā mana uzvedība ietekmē citus. Ieklausīties citos, spēlēties un strādāt sadarbībā ar citiem.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Došana sniedz vairāk prieka, nekā ņemšana.” “Dāsnā Īza” “Dot, dot, dot” 1. Luga 2. Mākslas un radošais darbs “Klases laipno darbu koks”
<u>3.8 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Mīlestība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Draudzība</u> 60 Veicināt domāšanu par to, kāda ietekme uz mani un citiem ir rūpēm. Apzināties, ka draugiem vienam par otru ir jārūpējas.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Novērtē draugus un rūpējies par viņiem...” “Maģiskie gredzeni” “Draudzene feja” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet</i> ”) “Atrodi jaunus draugus” 1. Luga 2. Spēle “Atrodi savu draugu!”
<u>3.9 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Mīlestība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Pieņemšana</u> 66 Veicināt domāšanu par to, kas patīk un kas nepatīk. Atpazīt, nosaukt un aplūkot tās pozitīvā veidā. Saprast to, ka sadzīves priekšmeti, tostarp pirotehnika, var būt bīstama, ja ar to nepareizi rīkojas. Pieņemt to, ka drošības noteikumi un ieteikumi drošības nodrošināšanai ir nepieciešami.
Citāts Sēdēšana klusumā	“Man klājas labi. Tev arī.”

Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Ballīte ar salūtu” “Lai notiek tā!” 1. Luga 2. “Padod sainīti!” 3. Radošais darbs: izgatavot kartiņu kādam, kuru tu vēlies uzmundrināt.	
<u>3.10 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Mīlestība</u> <u>Pakārtotā vērtība:</u> Empātija / Laipnība Veicināt izpratni par to, kā mūs katru un citus ietekmē tas, ja mēs iejūtamies otra cilvēka ādā. Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus. Ieklausīties citos cilvēkos, rotaļāties un strādāt sadarbojoties. Apjaust, ka cilvēkiem un citām dzīvām radībām ir vajadzības un ka mums visiem ir pienākums tās apmierināt. Apzināties, ka pastāv dažādi ķircināšanas un apcelšanas veidi, kā arī to, ka apcelt citus nav pareizi. Iemācīties, kā palīdzēt mainīt situāciju, neķeroties pie citu apcelšanas.	71
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Sāksim dienu ar mīlestību, piepildīsim dienu ar mīlestību...” “Pūķis un velsiešu kūkas” “Izpalīdzīgā roka” (no grāmatas “<i>Finding your Feet</i>”) “Laipnība ir dārgums” 1. Luga 2. “Pasauciet zobu feju!” (saskaitīšana un atņemšana) 3. “Pūķu reps” (pieturzīmes)	
<u>3.11 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Mīlestība</u> <u>Pakārtotā vērtība:</u> Dalīšanās / Rūpes Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus un mūs pašus. Iemācīties rotaļāties, sadarbojoties vienam ar otru. Rūpēties vienam par otru.	80
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Man patīk dalīties ar Tevi...” “Smilšu pils” “Aklais putns” (no grāmatas “<i>Learning to Live!</i>”) “Dalīšanās un rūpēšanās” 1. Luga 2. Puzles likšana	
<u>3.12 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Miers</u> <u>Pakārtotā vērtība:</u> Pašnovērtējums un cieņa Apjaust, ko es par sevi domāju. Noteikt un cienīt cilvēkos atšķirīgo un līdzīgo. Ievērot, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus. Apzināties, cik svarīgi ir cienīt sevi un citus.	88
Citāts Sēdēšana klusumā	“Bagātība ir sirdī, nevis naudas daudzumā.”	



Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Bagātībā vienlīdzīgi” “Nepaklausīgs vai jauks” (no grāmatas “<i>Learning to Live!</i>”) “Vai Tu neredzi, kā Tu man dari pāri?” 1. Luga 2. Lomu spēle “Labas manieres” 3. Mākslas un radošais darbs “Sirds dārgumi”	
<u>3.13 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Miers</u> <u>Pakārtotā vērtība: Sevis pieņemšana</u> Attīstīt pārliecību pašam par sevi.	94
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Apzinies, ka Tu esi svētība pats sev...” “Zilonis” “Esi tu pats” (no grāmatas “<i>Learning to Live!</i>”) “Es esmu tāds, kāds esmu” 1. Mākslas darbs “Lietas, kas man patīk draugā un sevī” 2. Luga	
<u>3.14 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Miers</u> <u>Pakārtotā vērtība: Būt pateicīgam</u> Padomāt par to, kas mums pieder – mājas, draugi, mantas – un par dāvanām, kas mums tiek dotas. Padomāt, vai uzskatām tās par pašsaprotamām, vēlamies saņemt kaut ko labāku vai esam pateicīgi par to, kas mums ir dots. Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus. Rūpes par citiem un pateicība tiem, kuri rūpējās par mums.	100
Citāts Sēdēšanas klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Pēc viena laba darba seko nākamais” “Lauvu bedrē” “Nepaklausīgā pele” (no grāmatas “<i>Finding your Feet</i>”) “Ja Tu ilgojies pēc mīlestības” 1. Luga 2. Mīlākā TV vai radio programma	
<u>3.15 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Miers</u> <u>Pakārtotā vērtība: Kā tikt galā ar sērām?</u> Apjaust savas sajūtas un to, kā saskatot un pieņemot savas sajūtas, mēs varam tikt galā ar sērām.	105
Citāts Sēdēšana klusumā: Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Dzīve ir īsa, taču, lai uzsmaidītu, vajag tikai sekundi.” “Jociņš-spociņš” “Dziļš miers” 1. Luga 2. Mākslas darbs	

<u>3.16 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Miers</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Iecietība,</u>	111
Mērķis	Aplūkot un apzināties dažādus apcelšanas veidus; kā jūtas tas, kuru apceļ, un kāpēc apcelt citus nav pareizi.		
Citāts	"Ja paslīd mute, tā ir slidenāka nekā pēda."		
Sēdēšana klusumā	"Slidenā nogāze"		
Stāsts / drāma	"Tu esi unikāls" (no grāmatas <i>"Learning to Live!"</i>)		
Saistītais stāsts	"Kad esam labā garastāvoklī"		
Dziesma	1. Luga		
Aktivitāte	2. Darbs pa pāriem "Diskutēsim par apcelšanu"		
	3. Plakāts "Nost ar apcelšanu!"		
<u>3.17 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Pareiza rīcība</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Rūpes par sev</u>	117
Mērķis	Vairoto izpratni par to, kāpēc ir svarīgi rūpēties par sev piederošām mantām un mājdzīvniekiem.		
	Spēt sajūst empātiju ar citām dzīvajām radībām.		
	Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.		
	Apzināties, ka pastāv dažādi apcelšanas un ķircināšanas veido un ka apcelt citus nav pareizi.		
Citāts	"Pret visām lietām izturies uzmanīgi."		
Sēdēšana klusumā	"Sēna un Bobijs"		
Stāsts	"Dziesma par ķermeni"		
Dziesma	1. Luga		
Aktivitātes	2. Spēle "Jautātājs"		
<u>3.18 nodarbība</u>	<u>Vērtība: Pareiza rīcība</u>	<u>Pakārtotā vērtība: Veselīgs dzīvesveids</u>	123
Mērķis	Vairoto izpratni par to, cik liela nozīme ir uzturam kā veselīga dzīvesveida sastāvdaļai.		
	Kā izdarīt vienkāršas izvēles, kas palīdzētu uzlabot veselību un labsajūtu.		
Citāts	"Ne tikai ēdiens, ko es ēdu, ..."		
Sēdēšana klusumā	"Alkatīgā lapsa"		
Stāsts / drāma	"Dziesma par pareizu rīcību"		
Dziesma	1. Luga		
Aktivitāte	2. Mīļākais ēdiens "Kuri ēdieni ir gan garšīgi, gan veselīgi?"		
	Izvelkama sienas tabula ar ēdienu veidiem uz 4 lpp.		
Papildu darbs	Klases projekts par veselīgu dzīvesveidu		

3.19 nodarbība Mērķis	Vērtība: Pareiza rīcība Pakārtotā vērtība: Paļaušanās uz sevi 129 Veicināt domāšanu par to, cik svarīgi ir rūpēties par sevi un ne vienmēr paļauties uz citiem, ka viņi parūpēsies par tavām vajadzībām.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Slinkums ir rūsa un putekļi, darbs ir palīgs un atpūta.” “Karaļa pils” “Sapņu piepildīšana” (no grāmatas “ <i>Learning to Live!</i> ”) “Dari to!” 1. Luga 2. Anketa
3.20 nodarbība Mērķis	Vērtība: Pareiza rīcība Pakārtotā vērtība: Palīdzēšana / 134 Strādāt sadarbībā ar citiem Vairot izpratni par to, cik svarīgi ir rūpēties par savu tuvāko apkārtni un būt labvēlīgi noskaņotam pret palīdzēšanu. Ieklausīties citos, rotaļāties un strādāt sadarbībā ar citiem.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	Rouzas Failmenas (<i>Rose Fyleman</i>) dzejolis “Aizņemtā Betsija” “Kjū un Kvona” “Laimīgi ir tie” 1. Luga 2. Spēle: šarādes ar uzdevumu kartītēm
3.21 nodarbība Mērķis	Vērtība: Pareiza rīcība Pakārtotā vērtība: Darīt tik labi, cik spēju 139 Vairot izpratni par to, cik svarīgi ir censties darīt darbus mājā un skolā, attīstot atbildības sajūtu un maksimāli izmantojot savas spējas.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Laimes noslēpums ir nevis darīt to, kas patīk, bet darīt ar patiku to, kas ...” “Kilimapašs – maģiskais kalns” “Cūciņa Persijs” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet</i> ”) “Labs, labāks, vislabākais” 1. Luga 2. Mākslas darbs “Ilustrē stāstu!”
3.22 nodarbība Mērķis	Vērtība: Nevardarbība Pakārtotā vērtība: Citu nesāpināšana 146 Iedrošināt bērnus, ka otru cilvēku var pārliecināt, nenodarot viņam pāri un neapceļot. Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.
 Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Pārliecināšana ir spēcīgāka, nekā fizisks spēks.” “Vējš un saule” “Es esmu maza skudra” 1. Luga 2. Spēle “Saule, vējš un mākoņi”

<u>3.23 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Nevardarbība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Neizšķērdēšana</u> 151 Sekmēt domāšanu par to, cik svarīga ir neizšķērdēšana, saglabāšana un otrreizējā pārstrāde.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Dziesma Aktivitāte	“Nebūsi izšķērdīgs, nevajadzēs krāt.” “Nav nekā nederīga” “Rūpēsimies!” 1. Luga 2. Diskusija “Dabas nozīme manā dzīvē” 3. Grupu darbs “Izvairīšanās no izšķērdības”
<u>3.24 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Nevardarbība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Cieņa pret dzīvniekiem</u> 159 Vairot izpratni par to, cik svarīgi ir rīkoties atbildīgi.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Visām dzīvām būtnēm ir tiesības uz cieņu un laipnību.” “Anastasija grib trusi” “Jaunais kaķēns” (no grāmatas “ <i>Finding your Feet</i> ”) “Mīliet dzīvniekus!” 1. Luga 2. Spēle “Dzīvnieku spēle ar attēlu kartītēm”
<u>3.25 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Nevardarbība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Pasaules pilsonība</u> 165 Sekmēt domāšanu par dažādām grupām un kopienām, kurām cilvēki pieder, un saprast, ka ģimenēm un draugiem vienam par otru būtu jā rūpējas.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistīts stāsts Dziesma Aktivitāte	“Domā globāli, rīkojies lokāli!” “Pasaules pilsonis” “Viena ģimene” (no grāmatas “ <i>Learning to Live!</i> ”) “Mūsu jūtīgā pasaule” 1. Luga 2. Diskusija “Viena vērtīga lieta, ko es šodien iemācījos, ir...”
<u>3.26 nodarbība</u> Mērķis	<u>Vērtība: Nevardarbība</u> <u>Pakārtotā vērtība: Rūpes par citiem</u> 169 Veicināt domāšanu par to, cik svarīgi ir rūpēties par sevi un ne vienmēr paļauties uz citiem, ka viņi parūpēsies par tavām vajadzībām.
Citāts Sēdēšana klusumā Stāsts / drāma Saistītais stāsts Dziesma Aktivitāte	“Nevardarbīgam cilvēkam visa pasaule ir kā vienota ģimene.” “Skaistā vienradze” “Lepnais pāvs” (no grāmatas “ <i>Learning to Live!</i> ”) “Mazliet mīlestības” 1. Luga 2. Vārdu meklēšana

IEVADNODARBĪBA

katra jauna gada sākumā

Mērķis:

Iepazīstināt bērnus ar piecām vērtībām un palīdzēt viņiem tās izprast, kā arī ikdienā darboties saskaņā ar šīm piecām mācību komponentēm.

Nodarbībās bērniem jādarbojas saskaņā ar šīm piecām mācību komponentēm un jāievēro nodarbību noteikumi, kā arī jāizprot tas, ka noteikumi ir domāti tam, lai palīdzētu.

Mācīt bērniem atpazīt, kā viņu uzvedība ietekmē citus.

Ieklausīties citos, spēlēties un darboties sadarbībā vienam ar otru, cienīt atšķirīgo, rūpēties vienam par otru un nepazemot citus.

Atpazīt ķircināšanas un apcelšanas veidus un apņemties tā nedarīt.

Atslēgvārdi: baobabs, pateicīgs, cilvēciskās vērtības, mīlestība, surikāts, stāstītājs, nevardarbība, miers, pareizums (rīkoties pareizi), Tomsona gazele, patiesība, universāls, velds (Dienvidāfrikas stepe).

Bioloģija: dzīvnieki. **Ģeogrāfija:** Dienvidāfrika. **Lasīšana:** fabulas (morāle).

Darbs ar vārdu: pieturzīmes, stāstījums. Dziedāšana: dziesmas / dzejoļi ar atskaņām

Runāšana un klausīšanās, lugu iestudēšana.

Šos 26 nodarbību plānus var izmantot nenoteiktā secībā, bet ir jāsāk ar šo ievadnodarbību. Jebkuras nodarbības plānu var izmantot atkārtoti, un tas var būt ģarīgs pamats, kas aizved pie citām tēmām vai aktuāliem notikumiem. Tādējādi skolotājs var izmantot nodarbību plānu visefektīvākajā veidā kā daļu no integrētās mācību programmas.

Kursa ievads:

Izskaidrot bērniem, ka šīs nodarbības ir par vērtībām, kas ikvienam palīdz dzīvot laimīgāk un lielākā saskaņā ar citiem cilvēkiem, kā arī mācīt apzināties, ka ikviens bērns mūsu klasē ir vērtība.

Pamatnoteikumu izveidošana:

Lai efektīvi izveidotu uz sadarbību un savstarpēju cieņu vērstu emocionālo vidi, visus bērnus kopīgi aicina pārrunāt, kā viņi viens pret otru izturēsies. Pārliecinieties, ka pamatnoteikumi ir aptuveni šādi:

- runāt pa vienam;
- kad viens runā, pārējie cieņpilni klausās;
- nepazemot un neapsaukāt citus;
- ikvienam ir tiesības uz klusumu.

Noderīgs sākuma punkts varētu būt šāds:

*Lai ikviens mūsu klasē varētu justies laimīgs un mācīties,
mēs (darīsim to un to)... mēs (nedarīsim to un to)...*

Vēlāk mācību gada laikā atgādiniet bērniem sākotnējos pamatnoteikumus, ievērojot to, ka uz nevienu bērnu netiek ar pirkstu norādīts, ka viņš pie kaut kā ir vainīgs vai kaut kas viņam nav sanācis.

Ja bērni veic darbu grupā, mēģiniet nodrošināt, ka ikviens:

- jūtas novērtēts;
- ir iedrošināts aktīvi iesaistīties;
- izmanto humoru tādā veidā, kas neaizskar citus.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

1.

DRAUGI, KURIEM TU PALĪDZI LAIKOS GRŪTOS,
ATDARA BRĪŽOS SMAGOS UN SŪROS.

Pārrunājiet šo citātu. Vai jums prātā nāk tāds brīdis, kad ar jums ir noticis kaut kas līdzīgs?

2.

Kerola Aldermana

Dzejolis par piecām vērtībām
Ir piecas vērtības, ko nevar redzēt;
Piecas vērtības – tas esi tu un es.
Pirmā ir patiesība, kas zvana iekšēji kā zvaniņš.
Otrā – mīlestība, kas aicina dot, nevis paturēt.
Trešā – miers, ko jūtam, kad prāts ir pavisam kluss.
Ceturtā ir pareiza rīcība:
Gan tad, ja neviens to neredz, gan tad, ja uz tevi skatās.
Piektā, kopā ar jau minētajām četrām,
Tiek saukta par nevardarbību, kas nozīmē laipnību
Darbos, vārdos un mūsu prātā.

Pārrunājiet šīs piecas vērtības un pajautāriet bērniem, ko viņi domā par katru no tām.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Nodarbību plānos vingrinājums “Sēdēšana klusumā” ir vairāk sākuma daļā, vēl pirms stāsta, taču to var izpildīt arī jebkurā citā brīdī nodarbības laikā pēc skolotāja ieskatiem, ņemot vērā bērnu vecumu un spējas.

Izskaidrot bērniem, ka nodarbībā ir iekļauts kāds vingrinājums, kas ir ļoti vērtīgs un patīkams un kas viņiem palīdzēs labāk mācīties un būt laimīgākiem. Izpildot vingrinājumu, ir jābūt klusiem un jāklausa, jo īpaši pievērsot uzmanību skaņām un iekšējām sajūtām.

Atskaņojiet klusu mūziku vienas vai divu minūšu garumā dziesmu ar flautas mūziku no kompaktdiska vai jebkuru citu piemērotu mūziku ar dabas skaņām. Tad pakāpeniski samaziniet mūzikas skaļumu, lai sanāktu, ka bērni aptuveni minūti sēž klusumā.

Vingrinājums pirms sēdēšanas klusumā

Mēs izpildīsim atslābināšanās vingrinājumu. Sāksim ar ķermeņa atslābināšanu. Mums jāatbrīvo visa spriedze, kas uzkrājusies ķermenī, lai mūsu ķermenis atkal sajostos brīvs un atslābināts. Es stāvēšu jums priekšā un rādīšu, kā tas jādara.

Lūdzu, piecelieties.

Mēs sāksim ar rokām un kājām. Vispirms mēs tās sasprindzināsim, tad atslābināsim. Sarunāts?

Sasprindziniet roku un kāju muskuļus. Aiziet! Cieši, ļoti cieši sasprindziniet! Sajūti, kā muskuļi kļūst cieti no sasprindzinājuma.

Tagad atlaidiet.

Tagad mēs atbrīvosim spriedzi vēderā.

Ieelpojiet... Aizturiet elpu... un sasprindziniet vēdera muskuļus.

Cieši, ļoti cieši. Sajūti, kā vēdera muskuļi kļūst cieti.

Tagad atslābiniet.

Tagad mēs darīsim to pašu ar pleciem.

Pieskarieties ar pirkstu galiem pleciem.

Tagad aplojiet rokas uz aizmuguri pāris reižu.

Un uz priekšu.

Atslābinieties.

Tagad mēs strādāsim ar kaklu.

Dariet to ļoti lēnām.

Ļaujiet, lai galva maigi noliecas uz priekšu.

Ar apļveida kustībām pagrieziet to pa labi. Lēnām, lēnām pa apli un atpakaļ priekšā. Tagad ar apļveida kustībām pagrieziet galvu pa kreisi. Lēnām, lēnām pa apli, līdz nonākam atkal priekšā.

Tagad mēs atbrīvosim spriedzi no rokām un kājām.

Nedaudz saliecieties uz priekšu un ļaujiet rokām brīvi karāties.

Tagad sapuriniet rokas

Labi.

Tagad to pašu darīsim ar kājām. Uz maiņām.

Vispirms ar vienu kāju... Tad ar otru....

Vai esam pastrādājuši ar visu ķermeni?

Nē, mēs vēl neesam aiztikuši seju.

Izstiepiet visus sejas muskuļus.

Saviebiat sejas muskuļus un uztaisīt patiešām šausmīgu sejas grimasi.

Gatavi? Aiziet!

Pirksti paliek ārā un netiek nekur bāzti.

Un atslābstam.

Tagad mēs esam gatavi atslābināt savas galvas un domas. Lūdzu, apsēdieties!

Es jums lūgšu aizvērt acis. Es atskaņošu mūziku un lūgšu jūs kaut ko iedomāties, kaut ko ieraudzīt savā iztēlē.

Kad acis ir vaļā, jūsu uzmanību novērš visas lietas, ko jūs redzas visapkārt. Kad acis ir aizvērtas, ir vieglāk koncentrēties uz mūziku un uz vizualizēšanu jeb iztēlošanos.

Tagad es jums lūgšu aizvērt acis un atslābināties. Šis vingrinājums aizņems tikai pāris minūtes...

STĀSTU STĀSTĪŠANA

SURIKĀTS UN LAUVA

Pēc tautas pasakas motīviem

Reiz liels un varens lauva gulēja zem koka,
Kad surikāts to iztraucēja, lauva rūca ne pa jokam.
Tas surikātu satvēra ar savām milzu ķepām,
Un draudēja to apēst, nagus asinādams.

“Lūdzu, atbrīvo mani! Nav man nekādas gaļas.
Viendien palīdzēšu tev, to apsolīt es varu,”
teica nabaga mazais surikāts aiz bailēm drebēdams.
Lauva smējās skaļi tik drosmīgus vārdus dzirdēdams.



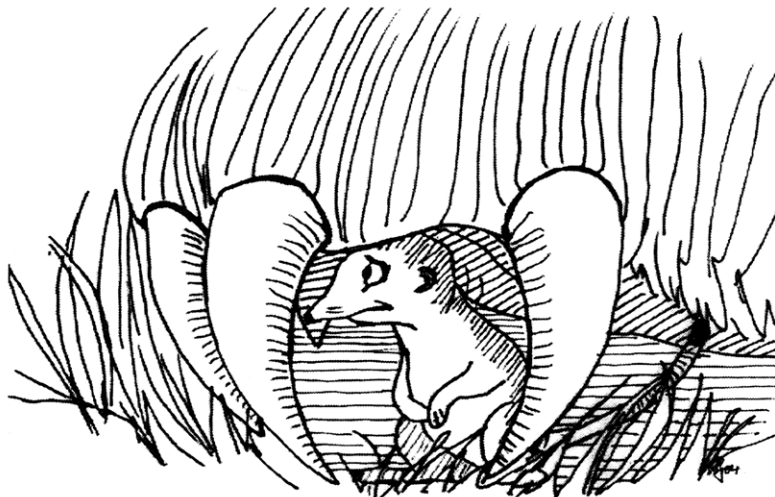
Reiz sensenos laikos kādā karstā pēcpusdienā lauva snauduļoja mežā koku ēnā. Viņš nebija aizmidzis, jo lauvas vienmēr saglabā modrību. Viņam lauvene tikko bija sagādājusi labas vakariņas, un viņš jutās labi paēdis, tāpēc šajā brīdī viņam nebija padomā kādam uzbrukt.

Tad aiz akmens sāka ložņāt mazs surikāts. Viņš bija pavisam parasts un ložņāja bez jebkāda īpaša galamērķa padomā. Viņam bija karsti, un viņš bija aizņemts ar ēnainas vietas meklējumiem.

Viņš šaudījās te vienā virzienā, te otrā, bet, lai kur arī viņš metās, zem viņa ķepām bija

karsta zeme, un tā nu viņš, būdams nelaimīgs, ar pārlēcieniem lēkāja šurpu turpu. Tad pēkšņi viņš atrada sev vēsu vietīņu.

“Beidzot!” viņš laimīgi nodomāja. “Tieši šādu vietīņu es sev meklēju.” Viņš bija ļoti priecīgs, ka beidzot varēja noslēpties no saules, un nemaz nepamanīja lielo, dzeltenbrūno stāvu, kas jau bija izslējies viņam blakus.



“Tev vajadzētu pievērst vairāk uzmanības tam, kuru tu ej!” dārdēja dziļā balss.

Pirms surikāts spēja attapties, pār viņu nolaidās milzīga, pinkaina ķepa. Nabaga mazais surikāts atskārta, ka spēj redzēt gaismu tikai cauri nežēlīgu nagu rindai, un, kad viņš saņēma pietiekami daudz drosmes, lai paskatītos cauri tām, viņš no šausmām gandrīz noģība.

“Lauva!” viņš iekliedzās. “Es esmu lauvas nagos!”

“Nudien,” noteica lauva. Viņš pacēla savu milzīgo ķepu tik daudz, lai ļautu surikātam pakustēties pāris centimetrus, tad viņš to pacēla augstāk un nometa. Jo tā spēlējās visi kaķi.

“Lūdzu, lauva,” surikāts raudāja. “Ļauj man iet.”

Lauva domīgi viņu apostīja, it kā mēģinādams izlemt – apēst surikātu vai tomēr palaist. “Man nav iemesla tevi palaist brīvībā,” visbeidzot viņš teica. “Pasaki man vienu, pamatotu iemeslu, mazo surikāt, un tad es padomāšu.”

“Es tev varu pateikt divus iemeslus,” teica surikāts, ātri domādams. “Pirmais iemesls ir tāds, ka es esmu tik mazs, ka es noteikti nebūtu pietiekami labs tavām vakariņām, un otrs iemesls – ja tu mani atbrīvosi, es kādudien tev ļoti labprāt palīdzēšu.”

Lauva smējās. “Kā gan tāds mazs surikāts kā tu varētu jebkādā veidā būt noderīgs Meža karalim?” viņš vaicāja.

“Es īsti nezinu,” surikāts atzina. “Taču, ja mani nogalināsi, neviens no mums to tā arī nekad neuzzinās.”

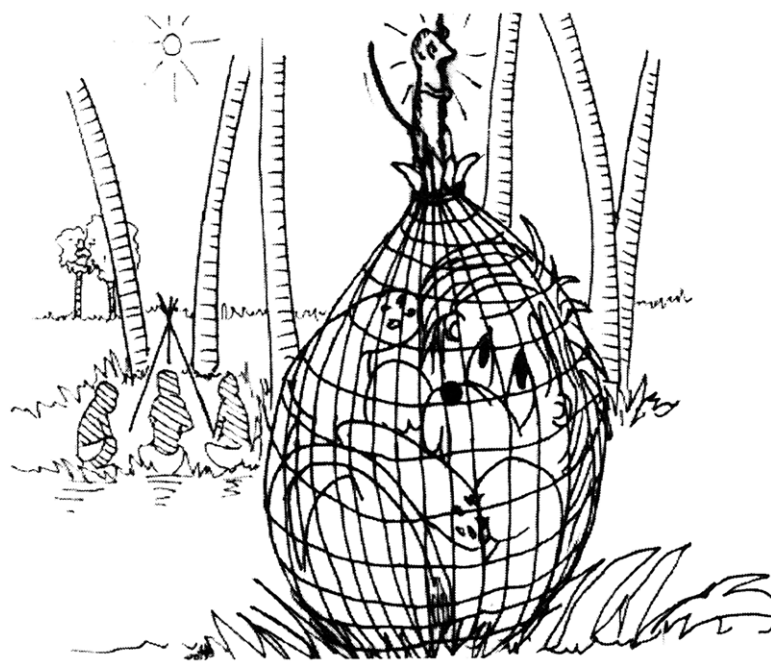
“Man jāatzīst, ka tu esi mazs drosminieks,” lauva teica. “Skrien nu!” Viņš pacēla ķepu no surikāta muguras.

“Liels tev paldies!” surikāts pateicībā noteica. “Nedomā, ka es to aizmirsīšu, jo mēs, surikāti, vienmēr turam doto vārdu.”

To teikdams, viņš skrēja prom, cik ātri vien varēja.

Nākamajās dienās lauva aizmirsa par tikšanos ar surikātu. Tad kādu dienu lauva ieskrēja lamatās. Tuvējā ciema mednieki bija izrakuši dziļu bedri un pārklājuši to ar tīklu. Tad pāri tīklam viņi bija pārlikuši nezāles un niedres, bet paši turpat netālu gaidīja, cerēdami, ka lauva ieskries lamatās. Viņiem par lielu prieku, tieši tā arī lauva izdarīja. Vīri dedzīgi savilka tīklu ciešāk un atstāja to blakus apmetnes vietai, kamēr viņi paši lēma, ko darīt tālāk.

“Mums tas jāpārdod cirkum,” ierosināja viens no medniekiem. “Esmu parliecināts, ka mēs par to dabūsim daudz naudas.”



“Nē, nē,” teica kāds cits mednieks. “Vairāk naudas maksās zoodārzs.”

Kamēr viņi mēģināja vienoties, lauva bezpalīdzīgi gulēja ciešajā tīklā, juzdamies pagalam nelaimīgs. Pēkšņi maza balstiņa viņam ausī čukstēja: “Neuztraucies, mans draugs Lauva. Esmu atnācis tev palīdzēt.”

Lauva izbrīnā paskatījās uz leju un ieraudzīja surikātu.

“Kā tāds mazs surikāts man varētu palīdzēt?” viņš skumīgi jautāja. “Pat es ar visu savu spēku nespēju izlauzties no tīkla.”

Saslējies un izstiepies uz pakāļkājām, surikāts paskatījās visapkārt. Redzēdams, ka neviens uz viņiem neskatās, viņš klusām sāka graužt virvi, ar kuru bija sasiets tīkla mezgls. Viņš to košlāja arvien ātrāk un ātrāk, līdz visbeidzot viņa mazie zobi bija pārkoduši virves stingros diegus.

“Lūk,” elsoja surikāts, virvei atraisoties pa gabaliņiem. “Tagad klusītiņām izlavies no tīkla, kamēr mednieki ir aizņemti sarunās.”

Lauva ļoti uzmanīgi izlavījās no tīkla un sekoja surikātam prom no mednieku apmetnes atpakaļ meža dziļumā.

“Es nezinu, kā tev pateikties, mazo surikāt,” lauva pateicībā teica. “Prasi man jebko, un es darīšu visu, kas ir manos spēkos, lai tev to sagādātu, pateicībā par tavu palīdzību.”

“Vai maz tu atceries, ka tu man neko neesi parādā,” surikāts noteica. “Vai tad tu neatceries? Es esmu tas surikāts, kuru tu reiz atlaidi brīvībā, un es tev tagad palīdzu, kā reiz solīju. Mēs, surikāti, esam mazi, bet mēs darām visu, lai turētu doto vārdu.”

Reiz liels un varens lauva gulēja zem koka,
Kad surikāts to iztraucēja, lauva rūca ne pa jokam.
Tas surikātu satvēra ar savām milzu ķepām,
Un draudēja to apēst, nagus asinādams.

“Lūdzu, atbrīvo mani! Nav man nekādas gaļas.
Viendien palīdzēšu tev, to apsolīt es varu,”
teica nabaga mazais surikāts, aiz bailēm drebēdams.
Lauva smējās skaļi tik drosmīgus vārdus dzirdēdams.

Tad pienāca reiz diena, kad pašu lauvu no slazda
Atbrīvoja surikāts, kurš pārkost virvi prata. Šņaks!
Kad jūtam sevī dusmas, jo kāds uz papēža uzkāpis,
Būsim laipni viens pret otru. Būsim draugi, diena vai nakts.

JAUTĀJUMI

1. Kā lauva noķēra surikātu?
2. Ko lauva taisījās ar surikātu darīt?
3. Kā surikāts izbēga no lauvas ķetnām?
4. Kā surikāts izrādīja savu pateicību lauvam?
5. Kāpēc lauva bija pateicīgs surikātam?
6. Ko mēs no šī stāsta varam mācīties?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums atgādināja par kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: Viens labs darbs ir pelnījis turpinājumu (no grāmatas “*Learning to Live!*”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. Spēle “Viena lieta, kas mums ir kopīga...”

Atbrīvojiet vietu telpā. Dodiet katram bērnam trīs minūtes laika atrast spēles partneri, kuru ne pārāk labi pazīst vai ar kuru parasti nespēlējās, un uzrakstīt vienu lietu, kas viņiem abiem ir kopīga. Kopīgās lietas varētu būt, piemēram, kaut kas tāds, ko viņiem abiem patīk darīt vai kaut kas tāds, kas viņiem abiem ir vienāds, piemēram, acu krāsa, dzimšanas diena vienā mēnesī, vienāds mājdzīvnieks, vai arī viņiem abiem patīk peldēt. Kad trīs minūtes ir pagājušas, uzaiciniet dažus brīvprātīgos pastāstīt, kuru spēles partneri viņi izvēlējās, un, ko viņi noskaidroja, kas viņiem abiem ir kopīgs.

2. Kopā mēs varam...

Katrs bērns paliek kopā ar iepriekšējās spēles partneri. Iedodiet katram pārim vienu lomu lugā, kas viņiem ir jālasa uz maiņām, tādējādi kopā izspēlējot visu lugu un visai klasei ieguldot komandas darbu. (Pārliecinieties, ka katram bērnam ir iedalīta loma un tiek dota iespēja piedalīties.)

LUGA

SURIKĀTS UN LAUVA

Darbības vieta ir Dienvidāfrikas stepe jeb velda. Zem baobaba guļ aizmidzis lauva.

Lomās: *Stāstītājs*
 Lauva
 Surikāts
 Pirmais mednieks
 Otrais mednieks
 Trešais mednieks

Stāstītājs: *[izlasa pirmos divus dzejoļa pantus, kā tas ir stāstā].*

Reiz sensenos laikos tveicīgā karstā pēcpusdienā Āfrikas veldā lauva snauda milzīga, plata baobaba ēnā.

Lauva: *[atvērdams vienu aci]* Es neesmu aizmidzis, jo man vienmēr ir jābūt sardzē. Man lauvene vakariņās bija nometījusi Tomsona gazeli. Tā bija ļoti garda, tāpēc tagad es jutos pieēdies un miegains. Vismaz uz brīdi es nevienam negribu uzbrukt.

Stāstītājs: Tad aiz akmens sāka ložņāt mazs surikāts. [Uznāk mazais surikāts] Viņš bija pavisam parasts, bez jebkāda īpaša galamērķa padomā.

Surikāts: Man ir ļoti karsti, un es esmu aizņemts ar ēnainas vietas meklējumiem.

Stāstītājs: Viņš šaudījās te vienā virzienā, te otrā, bet, lai kur arī viņš metās, zeme zem viņa ķepām bija karsta, un tā nu viņš, būdams nelaimīgs, ar pārlēcieniem lēkāja šurpu turpu. Tad pēkšņi viņš atrada sev vēsu vietīņu.

Surikāts: *[priecīgā balsī]* Beidzot! Tieši šādu vietīņu es sev meklēju.

Stāstītājs: Viņš bija ļoti priecīgs, ka beidzot varēja noslēpties no saules, un nemaz nepamanīja lielo, dzeltenbrūno stāvu, kas jau bija izslējis viņam blakus.

Lauva: *[dziļā, dārdošā balsī]* Tev vajadzētu pievērst vairāk uzmanības tam, kuru tu ej!

Stāstītājs: Pirms surikāts spēja attapties, pār viņu jau nolaidās milzīga, pinkaina ķepa. Nabaga mazais surikāts atskārta, ka spēj redzēt gaismu tikai cauri nežēlīgu nagu rindai, un, kad viņš saņēma pietiekami daudz drosmes, lai paskatītos cauri tām, viņš no šausmām gandrīz nogība!

Surikāts: Lauva! Lauva! Es esmu lauvas nagos!

Lauva: Tā nu tas ir.

Stāstītājs: Viņš pacēla savu milzīgo ķepu tik daudz, lai ļautu surikātam pakustēties pāris centimetrus, tad viņš to pacēla augstāk un nometa.

Surikāts: Lūdzu, lauva. Laid mani brīvībā!

Stāstītājs: Lauva domīgi viņu apostija, it kā mēģinādams izlemt – apēst surikātu vai tomēr palaist.

Lauva: Man nav iemesla tevi palaist brīvībā [žāvādamies, staipīdamies un kasīdams sev vēderu]. Pasaki man vienu, pamatotu iemeslu, mazo surikāt, un tad es padomāšu.

Surikāts [ātri]: Es tev varu pateikt divus iemeslus. Pirmais iemesls ir tāds, ka es esmu tik mazs, ka es noteikti nebūtu pietiekami labs tavām vakariņām, un otrs iemesls – ja tu mani atbrīvosi, es kādudien tev ļoti labprāt palīdzēšu.

Lauva: [smiedamies] Kā gan tāds mazs surikāts kā tu varētu jebkādā veidā būt noderīgs Džungļu karalim?

Surikāts: Es īsti nezinu. Taču, ja mani nogalināsi, neviens no mums to tā arī nekad neuzzinās.

Lauva: Man jāatzīst, ka tu esi mazs drošinieks [brīdi klusē, lai padomātu, tad nopūšas]. Skrien nu! Pirms es pārdomāju.

Stāstītājs: Un lauva paņēma nost ķepu no surikāta muguras.

Surikāts: Liels tev paldies! Nedomā, ka es to aizmirsīšu, jo mēs, surikāti, vienmēr turam doto vārdu.

Stāstītājs: To teikdams, surikāts skrēja prom, cik ātri vien varēja. Turpmākajās dienās lauva aizmirsā par tikšanos ar surikātu. Tad kādu dienu lauva ieskrēja lamatās. Tuvējā ciema mednieki bija izrakuši dziļu bedri un pārklājuši to ar tīklu. Tad pāri tīklam viņi bija pārlikuši nezāles un niedres, bet paši turpat netālu gaidīja, cerēdami, ka lauva ieskries lamatās. Viņiem par lielu prieku, tieši tā arī lauva izdarīja. Ar skaļiem baiļu un dusmu rēcieniem mūsu lauva izkrita cauri niedrēm.

Pirmais mednieks: Vīri, sanāc, sasiesim viņu tīklā.

Otrais mednieks: Jā, mēs viņu sasietu varam turēt blakus apmetnes vietai, kamēr mēs izlemsim, ko darīt tālāk.

Trešais mednieks: Mums varētu lauvu pārdot cirkum. Esmu pārliecināts, ka mēs par to dabūsim daudz naudas.

Pirmais mednieks: Nē, nē. Vairāk naudas maksās zoodārzs.

Stāstītājs: Kamēr viņi mēģināja vienoties, lauva bezpalīdzīgi gulēja ciešajā tīklā, juzdamies pagalam nelaimīgs. Pēkšņi maza balstiņa viņam ausī kaut ko čukstēja.

Surikāts: Neuztraucies, mans draugs Lauva. Esmu atnācis tev palīdzēt.

Lauva: [izbrīnā skatīdamies uz leju] Kas tad tas? Surikāts! [bēdīgā balsī] Kā tāds mazs surikāts man varētu palīdzēt? Pat es ar visu savu spēku nespēju izlauzties no tīkla.

Stāstītājs: Saslējies un izstiepies uz pakāļkājām, surikāts paskatījās visapkārt. Redzēdams, ka neviens uz viņiem neskatās, viņš klusām sāka graužt virvi, ar kuru bija sasiets tīkla mezgls. Viņš to košlāja arvien ātrāk un ātrāk, līdz visbeidzot viņa mazie zobu bija pārķēruši virves stingros diegus.

Surikāts: [elsodams] Beidzot! Virve ir sadalījusies gabalos. Tagad klusītiņām izlavies no tīkla, kamēr mednieki ir aizņemti sarunās.

Stāstītājs: Lauva ļoti uzmanīgi izlavījās no tīkla un sekoja surikātam prom no mednieku apmetnes atpakaļ veldes plašumos.

Lauva: [pateicībā] Es nezinu, kā tev pateikties, mazo surikāt. Prasi man jebko, un es darīšu visu, kas ir manos spēkos, lai tev to sagādātu, pateicībā par tavu palīdzību.

Surikāts: Vai maz tu atceries, ka tu man neko neesi parādā? Vai tad tu neatceries? Es esmu tas surikāts, kuru tu reiz atlaidi brīvībā, un es tev tagad palīdzu, kā reiz solīju. Mēs, surikāti, esam mazi, bet mēs darām visu, lai turētu doto vārdu.

Stāstītājs: *(nolasa dzejoli, kā tas ir stāstā)*

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties, kad jūs skatījāties, dzirdējāt un piedalījāties katrs ar savu lomu šajā lugā?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

MIERS, PRIEKS, MĪLESTĪBA UZ ZEMES

Miers, miers, miers. Miers uz zemes.
Miers, miers, miers visā pasaulē.

Prieks, prieks, prieks. Prieks uz zemes.
Prieks, prieks, prieks visā pasaulē.

Mīlestība, mīlestība, mīlestība. Mīlestība uz zemes.
Mīlestība, mīlestība, mīlestība visā pasaulē.

(Šo dziesmu var dziedāt pa posmiem un arī likt klāt kustības)

Ja skolotāja uzskata to par vajadzīgu, bērni var sastāties aplī vai pa pāriem un katrs pateikt vienu lietu, ko viņi sagaida no šīm nodarbībām nākamajās reizēs.

ZINĀTKĀRE

Mērķis: Izprast atšķirību starp veselīgu zinātkāri un pasīvu ziņkāri par citu cilvēku dzīvi. Atpazīt, kā šāda uzvedība ietekmē mūs pašus un citus. Saprast, ka ģimenei un draugiem ir vienam par otru jā rūpējas.

Atslēgvārdi: margas, špikošana, rāpoja, slepus noklausīšanās, atslēgas caurums, pretoties, pārsteigts.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Matemātika: izmantot spēli, lai atpazītu likumsakarības. **Zinātne:** zinātkāre, lai izpētītu. **Lasītprasme:** luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības kopija;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

IR LABI BŪT ZINĀTKĀRAM,
IR LABI PĒTĪT,
TAČU NAV LABI NOKLAUSĪTIES,
PIE DURVĪM AUSI LIKT.



Pārrunāji, ko šis citāts nozīmē. Varbūt stāsts to palīdzēs labāk izprast.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka jūs atrodaties kosmosa kuģī...

Tas ir liels un ērts, un jūs tajā jūtaties droši...

Tuvojoties zvaigznēm, jūs jūtaties patīkama satraukuma pilni...

Paskatieties lejup un ieraugiet, cik skaista ir pasaule tur, lejā...

Vērojiet cilvēkus, kas dodas savās ikdienas gaitās...

Jūs nezināt, ko viņi dara, bet tas nav svarīgi... Jūs jūtaties mierpilni un laimīgi...

Kad esat gatavi, apgrieziet savu kosmosa kuģi apkārt un mierīgi lidojiet atpakaļ uz zemi...

Piezemējieties uz mīkstas, zaļas zāles... Ieelpojiet visapkārt esošo svaigo gaisu...

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

ZIŅKĀRĪGĀ DŽOUZIJA

Polīnas Jangas (Pauline Young) stāsts

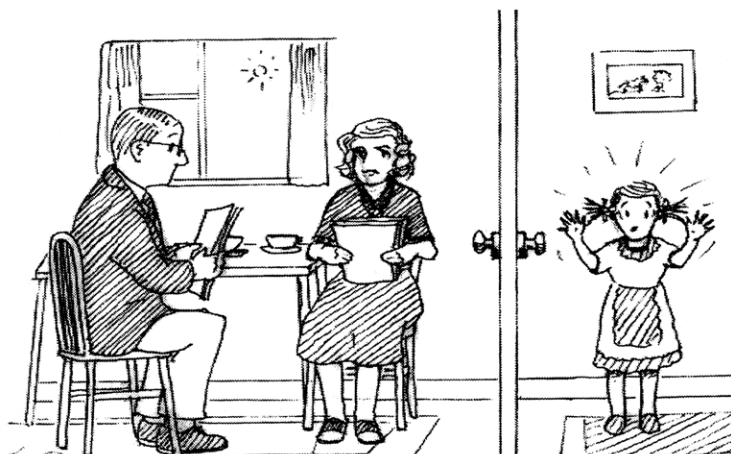
Viendien ziņkārīgā Džouzija spēlējās ar savām rotaļlietām savā guļamistabā. Viņa dzirdēja atskanam durvju zvanu un mamma soļus, kāpjot lejā pa trepēm, lai atvērtu durvis. Tad viņa dzirdēja mammu sakām: “Lūdzu, ienāciet, Smita kungs. Vai vēlaties tasīti tējas?”

“Tas būtu ļoti jauki, Mērij. Paldies!”

Pēc pāris minūtēm viņa redzēja, ka mamma atgriežas viesistabā, nesdama paplāti ar tēju un skaisti izkārtotiem cepumiem. Džouzija klusiņām nolavījās lejā pa trepēm un nostājās pie tās istabas durvīm, aiz kurām atradās viņas mamma, jo Džouzijas mīļākais laika kavēklis bija būt ziņkārīgai.

Viņas mamma par to vienmēr bārās. “Noklausīties citu sarunas ir ļoti nepieklājīgi, Džouzij. Kādu dienu tev varētu nepatikt tas, ko tu dzirdēsi.”

Džouzija pieliecās, lai palūrētu pa atslēgas caurumiņu, viņai nebija izdevies noklausīties visu sarunu pilnībā, bet jau tas vien, ko viņa dzirdēja, uzdzina šermuļus, jo Smita kungs mammai bija teicis: “Man žēl, Mērij, bet Džouzija pret mums nav bijusi patiesa, viņa ir stāstījusi melus, un viņai būs jāpamet skola.”



“Tas ir briesmīgi!” atbildēja Džouzijas mamma. “Laikam jau jums taisnība, Smita kungs. Viņai skola ir jāpamet.”

Džouzija satriekta apsēdās uz paklāja. “Es tikai mammai teicu, ka es neēdu šokolādes cepumus, lai gan patiesībā biju tos ēdusi, taču es neatceros, ka būtu skolā melojusi,” viņa domāja pie sevis visā nopietnībā, mēģinādama atcerēties visus notikumus. “Es negribu pamest savu skolu un visus savus draugus.”

Džouzija skrēja atpakaļ uz savu istabu augšā pa trepēm un raudādama iekrita gultā. “Ko es iesākšu? Es vairs nevarēšu mācīties savus mācību priekšmetus, lasīt visas jaukās grāmatas vai būt kopā ar draugiem.”

Pēc brīža viņa dzirdēja, kā mamma atvadās no Smita kunga. Viņa skrēja lejā pa trepēm pa taisno uz viesistabu, kur viņa ieraudzīja mammu klusām lasām vēstuli.

“Mammīt, mammīt! Neļauj viņiem mani izmest no skolas! Es atvainojos par šokolādes cepumiem un par melošanu. Lūdzu, ļauj man palikt manā skolā. Tur mācās visi mani draugi.”

“Džouzija, par ko tu runā? Protams, es neliktu tev pamest skolu, kurā tu jūties laimīga. Kāpēc tev prātā ienāca tāda doma?”

Tad viņa saprata, ka Džouzija droši vien pa atslēgas caurumu ir klausījusies viņas sarunu ar Smita kungu. “Vai tu atkal pa atslēgas caurumu klausījies manu un Smita kunga sarunu? Ko es tev par to esmu teikusi?”

“Jā, mamm, es noklausījos jūsu sarunu,” teica Džouzija, uzmanīgi atklādama patiesību un vienlaikus raudādama. “Tu teici, ka tu piekriti tam, ka man skola ir jāpamet.”

“Džouzij, pirmkārt, tev skola nebūs jāpamet. Tāpēc noslauki savas asaras un ieklausies mani,” maigā balsī teica mamma, aplikdama roku ap Džouzijas pleciem.

“Tu zini, ka es dažkārt pa vakariem pasniedzu lekcijas koledžā, vai ne? Smita kungs koledžā ir mācību pārzinis. Un tur mācās skolniece Džouzija. Viņa ir špikojusi un melojusi par iesniegtajiem darbiem. Mēs atklājām, ka Džouzijas vietā viņas mājas darbus pilda citi skolēni. Kad mēs ar viņu par šo tēmu runājām, viņa visu noliedza. Skolēns, kurš viņas vietā bija izpildījis mājasdarbu, atzinās, kad mēs viņai jautājām, vai tā ir taisnība. Redzi, Džouzij, mēs runājām par kādu citu, nevis par tevi!”

“Tātad tu nerunāji par mani. Ak, mamm! Es priecājos, ka man nebūs jāpamet skola un visi mani draugi.”

“Tagad tu redzi, kā tu spēj sagrozīt dzirdēto, Džouzij, ja noklausies citu sarunas, uz kurām tu neesi aicināta,” stingri teica mamma.

“Es tā vairs nedarišu, mammu, es apsolu.”

“Tagad parunāsim par cepumiem, Džouzij. Kas tev par tiem ir sakāms?”

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc Džouzija vienmēr noklausījās citu sarunas pa atslēgas caurumu?
2. Kāpēc Džouzija domāja, ka viņas mamma ar Smita kungu runāja par viņu?
3. Kas Džouziju satrauca?
4. Kādu aplamību Džouzija vēl bija izdarījusi?
5. Kā jūs jutāties, noklausoties stāstu?
6. Vai stāsts jums kaut ko atgādināja no jūsu pašu dzīves?

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. Spēle “Kā šeit pietrūkst?”

Bērni sēž aplī.

Izvēlieties vienu bērnu **A**. **A** iziet no telpas.

Izvēlieties vēl vienu bērnu **B**. **B** iziet no telpas pa citām durvīm.

Visi bērni samainās vietām.

A ienāk atpakaļ klasē un skatās, kura bērna pietrūkst.

Ja **A** uzmin pareizi, **B** kļūst par **A** un iziet no telpas.

Izvēlieties citu bērnu **B** lomai.

2. LUGA

ZIŅKĀRĪGĀ DŽOUZIJA

Darbības norises vieta ir Džouzijas māja.

*Lomās: Stāstītājs
Džouzija
Džouzijas māte Mērija
Smita kungs*

Stāstītājs: Reiz kādā dienā ziņkārīgā Džouzija spēlējās ar savām rotaļlietām savā guļamistabā.

Džouzija: Pie durvīm kāds zvanīja. Kas gan tur varētu būt? Un es dzirdu mamma's soļus, kāpjot lejā pa trepēm, lai atvērtu durvis. Nez, kas tur varētu būt? Ja es ļoti klusām izlavītos koridorā un palūrētu cauri margām, varbūt es varētu noskaidrot, kas pie mums atnācis, tā, lai mamma mani neredzētu [lien pa zemi un lūr cauri margai].

Mamma: Lūdzu, ienāciet, Smita kungs. Vai vēlaties tasīti tējas?

Smita kungs: Tas būtu ļoti jauki, Mērij. Paldies!

Džouzija: Mamma ielaiž pa durvīm kaut kādu vīrieti. Kas viņš ir? Tagad viņa pazūd virtuvē.

Stāstītājs: Pēc pāris minūtēm Džouzija redzēja, ka mamma atgriežas viesistabā, nesdama paplāti ar tēju un visskaistāko tējas servīzi, divām tasītēm un šķīvīšiem, un šķīvi ar ingvera cepumiem. Viņas mamma iegāja viesistabā un aizvēra aiz sevis durvis.

Džouzija: Nez, par ko viņi runā? Es klusītiņām nokāpšu pa trepēm lejā un pie durvīm paklausīšos. Es zinu, ka man vajadzētu pagaidīt un pēc tam pajautāt mammai, bet es gribu to zināt jau tagad. Turklāt varbūt mamma man neko nestāstītu.

Mamma: [atskats pagātnē] Noklausīties citu sarunas ir ļoti nepieklājīgi, Džouzij. Esmu tev to jau vairākkārt teikusi. Kādu dienu tev varētu nepatikt tas, ko tu dzirdēsi.

Stāstītājs: Taču Džouzija nespēja pretoties. Viņa pieliecās, lai palūrētu pa atslēgas caurumiņu uz Smita kungu. Viņš sarunājās ar viņas mammu.

Smita kungs: Man žēl, Mērij, bet Džouzija pret mums nav bijusi patiesa, viņa ir stāstījusi melus, un viņai būs jāpamet skola."

Mamma: Tas ir briesmīgi! Laikam jau Jums ir taisnība, Smita kungs. Ja tā ir taisnīga, tad es piekřītu, ka viņai skola ir jāpamet.

Stāstītājs: Džouzija satriekta apsēdās uz paklāja.

Džouzija: Es tikai mammai teicu, ka es neēdu šokolādes cepumus, lai gan patiesībā biju tos ēdusi. Tagad viņi grib, lai es pametu skolu un visus savus draugus!

Stāstītājs: Džouzija skrēja atpakaļ uz savu istabu augšā pa trepēm un raudādama iekrita gultā.

Džouzija: Ko es iesākšu? Es vairs nevarēšu mācīties savus mācību priekšmetus, lasīt visas jaukās grāmatas vai būt kopā ar draugiem.

Stāstītājs: Kad Smita kungs bija aizgājis, mamma gāja skatīties, ko dara Džouzija, un atrada viņu raudam. Mamma piegāja pie viņas un aplika savas rokas Džouzijai ap pleciem.

Mamma: Džouzij, kas ir noticis? Kāpēc tu esi satraukusies?

Džouzija: Mammīt, mammīt! Neļauj viņiem mani izmest no skolas! Es atvainojos par šokolādes cepumiem un par melošanu. Lūdzu, ļauj man palikt manā skolā. Tur mācās visi mani draugi.

Mamma: Džouzija, par ko tu runā? Protams, es neliktu tev pamest skolu, kurā tu jūties laimīga. Kāpēc tev prātā ienāca tāda doma? Vai tu atkal pa atslēgas caurumu klausījies manu un Smita kunga sarunu? Ir labi, ja cilvēks grib uzzināt kaut ko jaunu, bet sarunu noklausīšanās pa atslēgas caurumu liecina par ļoti sliktām manierēm! Un tu dzirdēji tikai pusi no visa stāsta, un beigās tu visu pārprati.

Džouzija: *[joprojām raudādama]* Jā, mamm, es noklausījos jūsu sarunu. Tu teici, ka tu piekriti tam, ka man skola ir jāpamet.

Mamma: *[maigā balsī]* Džouzij, nomierinies. Tagad ieklausies manī. Pirmkārt, tev skola nebūs jāpamet. Tāpēc noslauki savas asaras, mīlumiņ, un es visu paskaidrošu. Tu zini, ka es dažkārt pa vakariem pasniedzu lekcijas koledžā, vai ne? Smita kungs koledžā ir mācību pārzinis. Un tur mācās skolniece vārdā Džouzija. Viņa ir špikojusi un melojusi par iesniegtajiem darbiem. Mēs atklājām, ka Džouzijas vietā viņas mājas darbus pilda citi skolēni. Kad mēs ar viņu par šo tēmu runājām, viņa visu noliedza. Skolēns, kurš viņas vietā bija izpildījis mājasdarbu, atzinās, kad mēs viņai jautājām, vai tā ir taisnība. Redzi, Džouzij, mēs runājām par kādu citu, nevis par tevi.

Džouzija: Tātad tu nerunāji par mani. Ak, mamm! Es priecājos, ka man nebūs jāpamet skola un visi mani draugi.

Mamma: Tagad tu redzi, kā tu spēj sagrozīt dzirdēto, Džouzij, ja noklausies citu sarunas, uz kurām tu neesi aicināta.

Džouzija: *[dzirdami atvieglotā balsī]* Es tā vairs nedarīšu, mammu, es apsolu!

Mamma: Tagad parunāsim par cepumiem, Džouzij. Kas tev par tiem ir sakāms?

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties lugu noklausoties, to redzot un piedaloties tajā?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

TAS IR LIELISKI!

*(Stjuarta Džounza mūzika,
Sāras Džonas vārdi)*

Tas ir lieliski, tas ir brīnišķīgi!
Tas ir patiešām super-duperīgi,
Ka mēs vienmēr beigās izdarām izvēli pareizo,
Ka mēs vienmēr gribam dalīties,
Un laimes sajūtai, kas mūsos rodas,
Nav līdzvērtīgs itin nekas.
Citi jūtas tik laimīgi,
Kad mēs viņus liekam pirmajā vietā, un tad
Mēs esam ieguvēji,
Izplatīdami mīlestību, mieru un harmoniju.
Palīdzot citām radībām, arī cilvēkiem, kas mums māca to,
Ka augt nozīmē sasniegt vienotību
Tev un man.

Tas ir lieliski, tas ir brīnišķīgi!
Tas ir patiešām super-duperīgi,
Ka mēs vienmēr beigās izdarām izvēli pareizo.
Kad viss šķiet aizgājis šķērsām,
Mēs izplūstam smieklos.
Jo problēmas var risināt ar smaidu,
Mēs gribam vairot dzīves prieku.
Kāda jēga raudāt?
Ir jautrāk, ja mēs sākam mēģināt
Pārveidot paši sevi
Un palikt par būtnēm, kas pilnas ar nesavtību.
Došana un ņemšana, nesagrābšana un nepievilšana –
Mēs varam pārvērst šo pasauli
Svētlaimes un laimes bumbā.

(Atkārtot abus pantiņus)

Nodarbības noslēgumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Darīsim sevi laimīgu, uzzinot kaut ko jaunu par lietām, nevis par citu cilvēku darīšanām.”

BEZBAILĪBA UN PĀRLIECINĀTĪBA

Mērķis: Attīstīt pārliecinātību, kad ir jāsaskaras ar problēmām un bailēm, lai ar tām tiktu galā drošā veidā. Apzināties, ka ģimenei un draugiem vienam par otru būtu jārūpējas.

Atslēgvārdi: čīkstošs, briesmonis, oļi, krākt.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: raksturot galvenos tēlus, vidi, saturu utt. (stāsta rakstīšana). Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**SKATIES ACĪS SAVĀM BAILĒM,
UN TĀS PAZUDĪS.**



Pārrunāji, kādi varētu būt iemesli patiesības teikšanai un kāpēc dažkārt teikt patiesību nav viegli.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties to, kas jūs satrauc...

Kamēr jūs skatāties uz to, kas jūsos rada satraukumu, iztēlojieties, ka jūs atrodaties drošībā zeltītā gaismas burbulī... Iztēlojieties, kā izskatās jūsu burbulis...

Tas ir pietiekami liels, lai jūs tajā varētu viegli izstiepties visā garumā, nepieskaroties burbuļa malām...

Tas ir ļoti stiprs, un, atrodoties tajā, jums nevar notikt nekas slikts...

Jūs jūtaties ļoti droši... Tas, kas jūs satrauc, jūsu acīs kļūst arvien mazāks un mazāks...

Jūs jūtaties arvien stiprāki un stiprāki...

Paskatieties uz to, kas jums ir jādara, lai satraukums pazustu...

Varbūt kādam par to ir jāizstāsta...

Tas, kas jūs satrauc, pazūd pavisam, kamēr jūs uz to skatāties...

Jūs zināt, ka satraukums ir pazudis, bet, ja tas atgriežas, tas vairs tik ļoti nebiedēs.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

BEKIJA UN BRIESMONIS

Anna Makmeila (Ann McMail)

Viennakt Bekija no bailēm raudāja,
Jo istabā esot briesmonis.
Viņa nevarēja aizmigt ne par ko,
Jo tumsā var uzbrukt tas šausmonis!

Pēkšņi tante dzird Bekiju raudam
Un ienāk istabā mierināt.
Viņa maigi palīdz skatīties acīs šīm bailēm,
Bekija atkal čuč saldā miedziņā.

Bekijai bija astoņi gadi, un dažreiz viņa palika pa nakti pie savas tantes Džoisas, kura dzīvoja lielā, vecā mājā pie jūras. Bekija mīlēja savu tanti, un viņai patika pastaigāties pa pludmali un mest ūdenī oļus. Dažreiz siltā un saulainā laikā viņa kopā ar tanti gāja peldēt, bet viņa nekad nepeldējās viena pati.

Bekijai problēmas sagādāja tikai viena lieta – lielā, vecā māja. Tā čīkstēja, un tajā bija dīvaini, tumši stūri, kuros slēpās baisi briesmoņi – par to Bekija bija pārliecināta. Pa nakti Bekija gulēja lielā, ērtā gultā ar savu mīlmantiņu pie sāniem, bet bieži vien viņa nevarēja iemigt, jo viņa bija pārliecināta, ka tur ir briesmonis ar lielām, mirgojošām acīm, garu spalvu un drausmīgiem zobiem, kurš to vien gaidīja, ka Bekija aizvērs acis. Kad viņa aizvērtu acis, viņš iznāktu no slēpņa laukā un viņu nobiedētu. Bekija centās būt drosmīga, bet bailes bija lielākas par viņas drosmi. Viņas sirsnīga strauji sitās krūtīs, un viņas vēderā bija tik dīvaina sajūta, it kā tur iekšā lidinātos taureņi. Kad Bekija mēģināja elpot, viņas elpa kaut kur iestrēga. Par spīti šādām sajūtām, beigu beigās viņa tāpat aizmiga, un viņa zināja, ka no rīta viņa jutīsies labāk. Taču reiz pienāca nakts, kad šī bailu sajūta nepārgāja.

Tonakt viņa bija pilnīgi pārliecināta, ka briesmonis nāks pie viņas pa skapja durvīm. Bekija aizturēja elpu, tad paslēpās zem segām. Viņa sāka raudāt. Viņa nespēja vien beigt raudāt. Viņai tik ļoti bija bail.

“Briesmoni, lūdzu, ej projām! Lūdzu, ej projām!” viņa čukstēja. Lēnām atvērās viņas guļamistabas durvis. “Nē!” kļiedza Bekija. “Briesmonis!”

“Bekij, es neesmu briesmonis,” teica tante Džoisā smaidīdama.

Tante Džoisā apsēdās uz gultas malas un jautāja Bekijai, kas noticis. Bekija rādīja uz briesmoni skapī.

“Esi drosmīga,” teica tante Džoisā. “Izkāp no gultas, un mēs abas iesim sasveicināties ar to baiso briesmoni.”

Sākumā Bekijai bija bail, taču tad viņa izlēma būt drosmīga, un, turēdamās tantei pie rokas, viņa lēnām tuvojās briesmonim. Bekija izstiepa roku, lai tam pieskartos, un, kā jums šķiet, ko viņa sajuta? Tas nebija briesmonis, bet mīksts, silts un pūkains tantes Džoisas mētelis, ko viņa bija pakarinājusi uz skapja durvīm.

“Ak, tu, mazā muļķa desa!” teica tante Džoisā. Tas Bekijai lika iekīķināties. “Ja vien tu man ātrāk būtu pateikusi, ka tev ir bail, es tev būtu palīdzējusi ieskatīties bailēm acīs un palīdzētu tās pārvarēt. Tā bija drosmīga rīcība – izkāpt no gultas, neraugoties uz bailēm no briesmoņa tavā istabā,” teica Bekijas tante.

Bekija jutās lepna par sevi. Viņa jutās drosmīga, viņas vēderā bija silta un mierīga sajūta. “Es vairs nebaidos,” viņa teica ļoti skaļā balsī.

“Tagad gan lien atpakaļ gultā!” teica tante Džoisā.

Jau pavisam drīz Bekija miegā maigi krāca, un, ja jūs būtu iegājuši viņas istabā, tad redzētu, kā Bekija miegā smaida.

JAUTĀJUMI

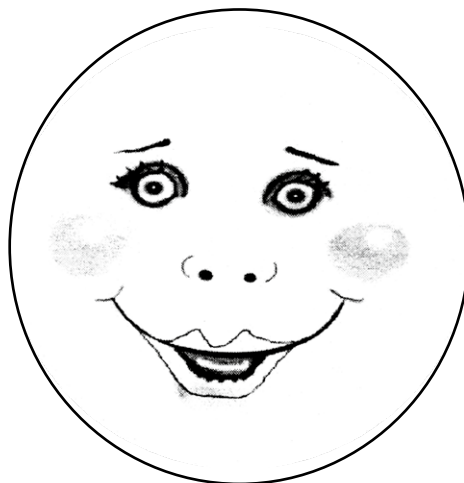
1. Kā jums šķiet, kāpēc Bekijai tik ļoti bija bail?
2. Vai jums šķiet, ka Bekija bija drosmīga?
3. Vai viņa jutās labāk, kad bija pastāstījusi tantei Džoisai par savām bailēm?
4. Ko Bekija iemācījās no šīs situācijas?
5. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
6. Vai šis stāsts jums atgādina par kādu situāciju no jūsu dzīves, kad bijāt nobijušies?

Saistītais stāsts: “Neticamā pasaka” (no grāmatas *“Finding your Feet!”*)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. Mākslas un radošais darbs “Sejas maskas”

- a) Uz papīra divreiz apvelciet apkārt apaļai formai, veidojot divus aplus, kas ir domāti kā divas sejas. Pirmo seju veidojiet pavisam baisu. To var izkrāsot, aplīmēt vai veikt iegriezumus tajā, bet tai ir jābūt baisai. Nosauciet to kaut kādā vārdā, kas jums pašiem šķiet baiss.
- b) Otrajā aplī uzzīmējiet tādu seju, kas jums liek justies droši un laimīgi. Arī šai sejai izdomājiet kādu nosaukumu saistībā ar to, kas jums rada drošības sajūtu.
- c) Apsēdieties aplī un jautājiet katram bērnam, lai vispirms pastāsta, kādas sajūtas viņam rada baisā seja. Tad jautājiet katram bērnam, kā viņam liek justies laimīgā seja.
- d) Kad viņu sajūtas ir noskaidrotas, aiciniet bērnus uzlikt laimīgo seju pa virsu baisajai sejai, un tad pajautājiet, kā viņi jūtas, kad baiso seju kontrolē laimīgā seja.
- e) Ja bērniem tas rada pozitīvas sajūtas, ļaujiet viņiem saskavot laimīgo papīra seju virs baisās papīra sejas.
- f) *Darbs mazās grupās:* aiciniet bērnus pastāstīt par šīm divām sejām. Kā viņi tagad jūtas, kad baisā seja ir pavisam aizklāta ar drošo un laimīgo seju?



2. "Kopā mēs varam!"

Aiciniet bērnus izvēlēties partneri. Iedodiet katram pārim vienu lomu lugā, kas viņiem ir jālasa uz maiņām, tādējādi kopā izspēlējot visu lugu un visai klasei ieguldot komandas darbu. *(Pārliecinieties, ka katram bērnam ir iedalīta loma un tiek dota iespēja piedalīties.)*

LUGA

BEKIJA UN BRIESMONIS

Darbība norisinās Bekijas tantes Džoisas guļamistabā.

Lomās: Stāstītājs
 Bekija
 Tante Džoisā
 Dzejnieks

Stāstītājs: Reiz sensenos laikos dzīvoja meitenīte vārdā Bekija. Bekijai bija tikai astoņi gadi, un dažreiz viņa palika pa nakti pie savas tantes Džoisas, kura dzīvoja lielā, vecā mājā pie jūras. Bekija mīlēja savu tanti, un viņai patika pastaigāties pa pludmali un mest ūdenī oļus. Dažreiz siltā un saulainā laikā viņa kopā ar tanti gāja peldēt, bet viņa nekad nepeldējās viena pati.

Nakšņojot pie tantes, Bekijai problēmas sagādāja tikai viena lieta. Viņai patika gulēt lielajā, ērtajā gultā ar savu mīļmantiņu pie sāniem. Taču viņai bija bail no lielās, vecās mājas. Tā visās malās čīkstēja un tajā bija dīvaini, tumši stūri, kuros – Bekija bija pārliecināta – slēpās baisi briesmoņi.

[No kreisās puses uznāk acīmredzami nobijusies Bekija, Bekija ielien gultā, piespiezdama sev klāt spēļu lācīti un paslēpdamās zem segām, kas manāmi trīc no Bekijas bailēm.]

Stāstītājs: Nabaga Bekija nekādi nevarēja iemigt, jo viņa bija pārliecināta, ka istabā ir liels, baiss briesmonis, kurš to vien gaidīja, ka Bekija aizvērs acis, un tad nobiedēs viņu. Tā vismaz Bekija domāja. Bekija centās būt drosmīga, bet bailes bija lielākas par viņas drosmi. Viņai vēderā bija tik dīvaina sajūta, it kā tur iekšā lidinātos taureņi. Kad Bekija mēģināja elpot, viņas elpa kaut kur iestrēga.

Bekija: *[Bekija gultā mētājas no vieniem sāniem uz otriem un saraustīti elpo. Tad viņa gultā apsēžas un runā ar sevi.]* Briesmonim ir lielas, spīdīgas acs, gara spalva un milzīgi, gari, baisi un asi zobu. Es zinu, ka viņš to vien gaida, kad es aizvērsu acis. Ja es iemigšu, viņš iznāks no slēpņa un nobiedēs man. Ak, nē! Ak, nē! Ko lai dara?

Stāstītājs: Par spīti šādām sajūtām, parasti viņa tāpat aizmiga, jo viņa zināja, ka no rīta viņa jutīsies labāk. Taču reiz pienāca nakts, kad šī baiļu sajūta vēderā nepārgāja. Tonakt Bekija bija pilnīgi pārliecināta, ka briesmonis nāks pie viņas cauri skapja durvīm. Bekija aizturēja elpu, tad paslēpās zem segām. Viņai acīs sakāpa asaras, tad viņa sāka raudāt. Viņa nespēja vien beigt raudāt. Viņai tik ļoti bija bail.

Bekija: *[apsēžoties gultā un skatoties uz auditoriju]* Šonakt ir citādāk nekā parasti, es to zinu. Esmu pilnīgi pārliecināta, ka briesmonis iznāks pa skapja durvīm. [Ievēl dziļu elpu, paslīd atpakaļ zem segām un turpina skaļi šņukstēt.] Briesmoni, lūdzu, ej projām! Lūdzu, ej projām!

[Lēnām atveras viņas guļamistabas durvis.] Nē! Ak, nē! *[Asinis stindzinošs kliegziens.]* Briesmonis!

Tante Džoisas: [smaidīdama] Bekij, es neesmu briesmonis. [*Tante Džoisas apsēžas uz gultas malas.*]

Tante Džoisas: Stāsti... [*Maigi paijājot Bekijai galvu, kas joprojām paslēpta zem segām.*] Kas ir noticis, dārgumiņ? [*Parādās Bekijas roka, norādot uz briesmoni skapī.*]

Tante Džoisas: Ak, tā, tagad es saprotu. Mums abām tagad būs jābūt drosmīgām. Tev būs jāizkāpj no gultas, un mēs abas iesim sasveicināties ar to baiso briesmoni, labi? Aiziet!

Stāstītājs: Sākumā Bekijai bija bail, taču tad viņa izlēma būt drosmīga. [*Bekija izkāpj no gultas, un tālāk viņas darbības notiek paralēli stāstītāja runai.*] Turēdamās tantei pie rokas, viņa lēnām tuvojās briesmonim. Tad viņa izstiepa roku, lai pieskartos briesmonim, un, kā jums šķiet, ko viņa sajuta? Tas nebija briesmonis, bet mīksts, silts un pūkains tantes Džoisas mētelis, ko viņa bija pakarinājusi uz skapja durvīm.

Tante Džoisas: Ak, tu, mazā muļķa desa! [*Bekija ieķīķinājās.*] Ja vien tu man būtu ātrāk pateikusi, ka tev ir bail, es tev būtu palīdzējusi ieskatīties bailēm acīs un palīdzētu tās pārvarēt. Taču man jāatzīst, ka tā bija drosmīga rīcība – izkāpt no gultas, neraugoties uz bailēm no briesmoņa tavā istabā. [*Bekija apskauj tanti Džoisu.*]

Stāstītājs: Bekija jutās lepna par sevi. Viņa jutās drosmīga, viņas vēderā bija silta un mierīga sajūta.

Bekija: Es vairs nebaidos.

Tante Džoisas: Tagad gan lien atpakaļ gultā!

Stāstītājs: Jau pavisam drīz Bekija miegā maigi krāca, un, ja jūs ieskatītos ciešāk [pagriežas uz Bekijas pusi], esmu pārliecināts, ka jūs arī redzētu to pašu, ko es. Skatieties! Bekijas seju rotā tik jauks smaids!

Dzejnieks: [*Nolasa dzejoli, kas atrodams stāsta sākumā.*]

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties, kad jūs skatījāties, dzirdējāt un piedalījāties katrs ar savu lomu šajā lugā?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

ES NO VILKA NEBAIDOS

(melodija no bērnu tautas dziesmas)

Es no vilka nebaidos,
Nebaidos, nebaidos.
Es no vilka nebaidos,
Nebaidos!

Kam ir bailes taisnību teikt?
Taisnību teikt, taisnību teikt.
Kam ir bailes taisnību teikt?
Mums nav bail!

Kam ir bailes mīlam būt?
Mīlam būt, mīlam būt.
Kam ir bailes mīlam būt?
Mums nav bail!

Kam ir bailes labu darīt?
Labu darīt, labu darīt.
Kam ir bailes labu darīt?
Mums nav bail!

Kam ir bailes laipnam būt?
Laipnam būt, laipnam būt.
Kam ir bailes laipnam būt?
Mums nav! Mums nav!
Mums nav bail!

Šo dziesmu var dziedāt, nostājoties aplī un sadodoties rokās, un katra pantiņa pēdējā rindiņā “Mums nav bail!” bērni iet uz apla vidu, sadevušies rokās un turot tās paceltas gaisā, un tad virzās atpakaļ uz lielo apli.

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Darīsim sevi laimīgu, būdami uzmanīgi un nebaidoties situācijās, kad bailēm nav pamata.”

GODĪGUMS

Mērķis: Veicināt izpratni par to, cik svarīgi ir rīkoties patiesi un godīgi. Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus.

Atslēgvārdi: pāris, gards, milzīgs, grandiozs, pārliecināšana, zagšana, garšīgs, nelikumīga ienākšana.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Vēsture: Aplūkot stāstā dažādas ēkas un izpētīt, kādas pārmaiņas notikušas tuvējā apkārtnē.

Zinātne: Zēni apēda daudz augļu. Pārrunāji veselīgus ēšanas paradumus. **Lasītprasme:** Aplūkot spriedzes veidošanos stāstā un tās atrisinājumu. Teksta saprašanas treniņš: uzrakstīt pēc iespējas pilnīgākas atbildes uz jautājumiem. Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

GODĪGUMS NOZĪMĒ BŪT PATIESAM UN LAIPNAM.



Pārrunāji šo citātu!

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka ir skaista vasaras diena un jūs atrodaties parkā...

Spīd saule, un jūs esat laimīgi...

Kaut kur no gaisa lejā nokrīt bumba, un tā piezemējas zem krūma netālu no jums...

Tā ir līdzīga tai bumbai, ko jūs pazaudējāt pagājušonedēļ, bet ne tāda pati...

Tad pie jums pieskrien meitene un jautā, vai jūs redzējāt, kur aizlidoja bumba...

Vai jūs paturēsiet bumbu sev vai arī teiksiet meitenei taisnību, būsiat godīgi un atdosiet bumbu?

Jūs norādiat uz krūmiem...

Jūs abi skrienat uz to vietu, kur ir bumba, jūs to atrodat un atdodat meitenei...

Viņa ir priecīga...

Jūs esat priecīgi, ka teicāt patiesību un bijāt godīgi...

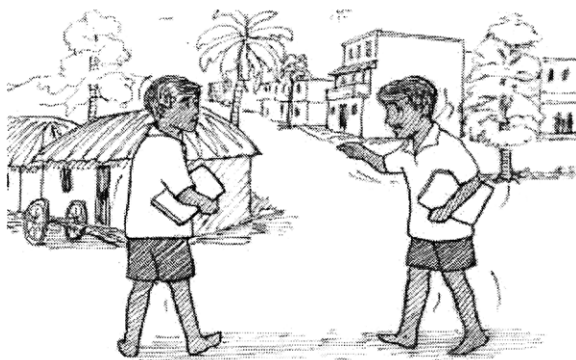
Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

MANGO

Dr. Kanaka Lata (Kanaka Latha)

Aruns un Kirans bija klasesbiedri un ļoti labi draugi. Viņi dzīvoja viens otram kaimiņos kādā Indijas mazpilsētā. Aruna ģimenei ar iztikšanu bija tā grūtāk, jo tētis jau pāris mēnešus bija bez darba un mammai bija darbs tikai uz pusslodzi.



Bija karsta vasaras diena, un abi zēni devās mājup no skolas. Viņiem palika garlaicīgi vienmēr iet pa vieniem un tiem pašiem ceļiem un redzēt vienas un tās pašas mājas un kokus.

“Arun, izdarām kaut ko jaunu! Kāpēc lai mēs neietu mājās pa citu ceļu?” ierosināja Kirans, ar pirkstu rādīdams uz ceļu citā virzienā, nekā ierasts.

“Sarunāts. Mājas tajā pusē izskatās tik lielas un grandiozas. Ejam!”

Tā nu puikas devās ceļā, un cik ļoti šis mājupceļa maršruts atšķīrās no iepriekšējā! Pavisam drīz viņi gāja garām milzīgai savrupmājai, daudz lielākai un labākai nekā visas līdzšinējās redzētās mājas. Tā bija ar visskaistāko dārzu, kādu zēni savā dzīvē bija redzējuši. Tik daudz un dažādu koku un augu, un cik grandioza strūklaka! Viņi apbrīvoja visus gardos augļus, kas auga šajā dārzā, un drīz vien Kirana acis ieraudzīja mango kokus.

“Paskaties uz tiem mango augļiem! Tie izskatās tik sulīgi un gatavi. Varbūt ieiesim dārzā tos apskatīties tuvāk?”

Arunam tā nešķita laba doma. Beigu beigās – dārzs taču kādam piederēja, un viņam nešķita pareizi ložņāt pa svešu dārzu. Nedaudz pārliecināšanas un Aruns padevās. Abi zēni pārkāpa pāri žogam un devās pie mango kokiem.

“Arun, paskaties uz šiem mango uz zemes. Tie izskatās tik garšīgi. Es nedomāju, ka kāds pamanīs, ja es paņemšu pāris mango.”

“Kiran, nedari tā! Tie mums nepieder. Mums pat šeit nevajadzētu atrasties. Mēs nelikumīgi esam ienākuši kāda cita īpašumā. Tagad ejam, lūdzu, prom.”

“Es tikai gribu paņemt pāris mango augļus.”

“Kiran, tā ir zagšana. Mango augļi pieder mājas saimniekam. Ja es tos paņemšu, tad būšu zaglis, un es tāds negribu būt. Tā nav pareizi. Ejam prom, pirms mūs pieķer.”

Taču kārdinājums bija pārāk liels, lai Kirans tam pretotos. Viņš aizskrēja un paķēra dažus no mango augļiem, kas bija sakrituši uz zemes. Kad viņi pagriezās, lai dotos prom, pār viņiem nostājās gara vīrieša stāvs. Tas bija dārznieks.

“Nāc, Arun. Pazūdam no šejienes. Skrienam!” Kiranam sirds daudzījās kā negudra. Viņam bija bail. Viņš zināja, ka tas, ko viņš ir izdarījis, nav pareizi, tāpēc viņš nometa mango zemē un ātri skrēja prom, un paslēpās aiz krūmiem.

Aruns saglabāja mieru. Lai gan viņam bija bail, viņš atrada sevī drosmi, lai dārzniekam pajautātu, vai viņš var satikt mājas īpašnieku. Kirans no krūmiem vēroja notiekošo un redzēja, kā iznāk mājas īpašnieks un sarunājas ar Arunu. Aruns viņam izstāstīja, ka viņa tēvs ir palicis bez darba un ka ģimene tagad var atļauties tikai iztikai nepieciešamākās lietas. Viņš pastāstīja, cik sulīgi un gatavi viņam izskatījās mango augļi, un lūdza saimnieka atļauju paņemt pāris mango, ko aiznest mājās vecākiem.



Saimnieks smaidīja. Viņam ļoti patika Aruna godīgums un drosme, un viņš teica dārzniekam, lai tas iedod zēnam pāris mango, ar ko pacienāt zēna ģimeni un viņa draugu Kiranu. Turklāt viņš piedāvāja zēnam darbu – aplaistīt dārzā augus –, par ko viņš saņemtu nelielu kabatas naudu, un teica, ka zēns drīkst ņemt nokritušos mango jebkurā laikā.

Aruns un Kirans priecīgi devās mājup. Viņi smējās par savu mazo piedzīvojumu, un Kirans saprata, cik daudz Aruns bija ieguvis, būdams godīgs, drosmīgs un patiess. Visu mājupceļu viņi skrēja. Viņi dega nepacietībā nobaudīt gardos mango augļus.

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu jūs dotu šim stāstam?
2. Ko Aruns izdarīja, lai tiktu pie mango?
3. Kā zēnu uzvedība ietekmētu bagāto saimnieku, ja zēni zādzībā netiktu pieķerti?
4. Kā izpaudās bagātā saimnieka laipnība un sapratne?
5. Kurš no zēniem bija lielāks ieguvējs?
6. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
7. Vai tas jums kaut ko atgādina no jūsu pašu dzīves?

Saistītais stāsts: “Trīs zirnekliši” (no grāmatas “*Finding Your Feet*”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

Pārrunājiet ar bērniem, ko nozīmē glabāt noslēpumu, neaprunāt un neatkārtot to, ko citi stāsta par sevi.

1. Spēle. Izveidojiet apli, novietojot vidū krēslu. Bērni brīvprātīgi piesakās, kurš grib iet vidū un apsēsties uz krēsla, lai pastāstītu par savu pieredzi, kad viņiem ir nācies teikt patiesību, un kāda tad bija sajūta. Bērni var arī izstāstīt kādu gadījumu, kad viņi nav teikuši taisnību un kāda tad bija sajūta.

2. LUGA

MANGO

Darbība risinās Indijā.

Lomās:
 Stāstītājs
 Kirans
 Aruns
 Bagātais saimnieks
 Dārznieks

Stāstītājs: Aruns un Kirans bija klasesbiedri un ļoti labi draugi. Viņi dzīvoja viens otram kaimiņos kādā Indijas mazpilsētā. Aruna ģimenei ar iztikšanu bija tā grūtāk, jo tētis jau pāris mēnešus bija bez darba un mammai bija darbs tikai uz pusslodzi. *[Ienāk Aruns Kirans, kuri ir devušies ārā pastaigā.]* Kādā karstā vasaras dienā abi zēni devās mājup no skolas. Viņiem palika garlaicīgi vienmēr iet pa vieniem un tiem pašiem ceļiem un redzēt vienas un tās pašas mājas un kokus.

Kirans: Izdomāju! Izdarīsim kaut ko nebijušu! Kāpēc lai mēs neietu mājās pa citu ceļu?
[*Kirans ar pirkstu rāda uz ceļu citā virzienā.*]

Aruns: Sarunāts. Mājas tajā pusē izskatās tik lielas un grandiozas. Ejam!

Stāstītājs: Tā nu puikas devās ceļā, un cik ļoti šis mājupeļa maršruts atšķīrās no iepriekšējā! Pavisam drīz viņi gāja garām milzīgai savrupmājai, daudz lielākai un labākai nekā visas līdz šim redzētās mājas. Tā bija ar visskaistāko dārzu, kādu zēni savā dzīvē bija redzējuši. Tik daudz un dažādu koku un augu, un cik grandioza strūklaka! Viņi apbrīvoja visus gardos augļus, kas auga šajā dārzā: zvīņainā anona, džekfrūti, papaijas. Drīz vien Kirana acis ieraudzīja arī mango kokus.

Kirans: Paskaties uz tiem mango augļiem! Tie izskatās tik sulīgi un gatavi. Varbūt ieiesim dārzā tos apskatīties tuvāk?

Aruns: Man tā nešķiet laba doma. Beigu beigās – dārzs taču kādam pieder, un tas nav pareizi ložņāt pa svešu dārzu.

Kirans: Beidz runāt muļķības! Ejam! Tev ir bail?

Aruns: Nē, bet tā darīt nav pareizi.

Kirans: Izbeidz! Mēs taču nevienam nenodarīsim pāri. Tu vienkārši esi nobijies!

Stāstītājs: Nedaudz pārliecināšanas un Aruns padevās. Abi zēni pārkāpa pāri žogam un taisnā ceļā devās pie mango kokiem.

Kirans: Arun, paskaties uz šiem mango uz zemes. Tie izskatās tik garšīgi. Mēs nedrīkstam pieļaut, ka tie aiziet bojā. Mēs izdarīsim pakalpojumu, ja paņemsim pāris augļus.

Aruns: Kiran, nedari tā. Tie mums nepieder. Mums pat šeit nevajadzētu atrasties. Mēs nelikumīgi esam ienākuši kāda cita īpašumā. Tagad ejam, lūdzu, prom.

Kirans: Es tikai gribu paņemt pāris mango augļus. Turklāt viņiem būs mazāk darba, lai savāktu nokritušos augļus.

Aruns: Kiran, bet tā ir zagšana. Mango pieder mājas saimniekam. Ja es tos paņemšu, tad būšu zaglis, un es tāds negribu būt. Tā nav pareizi. Ejam prom, pirms mūs pieķer.

Kirans: Nē!

Stāstītājs: Taču kārdinājums bija pārāk liels, lai Kirans tam pretotos. Viņš aizskrēja un paņēma dažus no mango augļiem, kas bija nokrituši uz zemes. [Ienāk dārznieks.] Kad viņi pagriezās, lai dotos prom, pār viņiem nostājās gara vīrieša stāvs. Tas bija dārznieks.

Kirans: [*nomezdam mango*] Nāc, Arun! Pazūdam no šejienes. Skrienam!

Stāstītājs: Kiranam sirds dauzījās kā negudra. Viņam bija bail. Viņš zināja, ka tas, ko viņš ir izdarījis, nav pareizi, tāpēc viņš paslēpās krūmos. Taču Aruns saglabāja mieru. Lai gan viņam bija bail, viņš atrada sevī drosmi, lai dārzniekam pajautātu, vai viņš var satikt mājas saimnieku. [Ienāk mājas saimnieks.] Tikmēr Kirans no krūmiem vēroja notiekošo: bija iznācis mājas saimnieks, kurš sarunājās ar Arunu.

Aruns: Es atvainojos, ka Jūs iztraucēju, taču mans tēvs ir palicis bez darba, un mana ģimene tagad var atļauties tikai rīsus un dārzeņus. Mēs redzējam, cik sulīgi un gatavi izskatās mango augļi. Vai Jūs mums atļautu paņemt pāris mango, ko aiznest mājās vecākiem? Es zinu, ka viņi to ļoti novērtēs.

Bagātais saimnieks: Klau, Arun! Man ļoti patīk tavs godīgums un drosmē. [*Viņš pagriežas pret dārznieku.*] Vai tu iedosi zēnam pāris mango, ar ko pacienāt zēna ģimeni un viņa draugu?

Ja tevi tas interesētu, es tev varu piedāvāt darbu. Tev katru dienu būtu jāaplaista augi un dārzeni manā dārzā. Par to tu saņemtu nelielu kabatas naudu, turklāt tu drīkstēsi ņemt nokritušos mango, kad vien vēlies. Kā tev izklausās šāda doma?

Stāstītājs: Aruns un Kirans priecīgi devās mājup. Viņi smējās par savu mazo piedzīvojumu un saprata, kā viņiem ir paveicies un kas varēja notikt, ja bagātais saimnieks nebūtu bijis laipns un izrādījis sapratni. Taču svarīgāka par visu Kiranam bija atklāsme par to, cik daudz Aruns bija ieguvis, būdams godīgs, drosmīgs un patiess. Visu mājupceļu viņi skrēja, degdami nepacietībā pacienāt vecākus ar mango augļiem un izstāstīt to, kā viņi tos bija dabūjuši.

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties, kad redzējāt, dzirdējāt un izspēlējāt šo lugu?

3. Patiesības telefons. Aiciniet bērnus uzrakstīt vārdu PATIESĪBA vai jebkuru ar patiesību saistītu vārdu (sk. plakātu ar saistītajām vērtībām).

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

NEKAD NEMELO!

(Elzija Valnere)

Nekad nemelo, pat ja tas ir joks.
Ja esi samelojis,
Tad ļaunums nodarīts.
Neviens tev vairs neticēs,
Lai ko tu arī teiktu.
Pat ja teiksi taisnību
Visu cauru dienu.

Tāpēc vienmēr saki to, kas patiess,
Vienmēr saki taisnību.
Cik laba tad būs sajūta,
Mēs ticēsim tad tev,
Ticēsim mēs tev.

Nekad nemelo,
Neviens tev vairs neticēs,
Lai ko tu arī teiktu,
Pat ja teiksi taisnību
Visu cauru dienu.

Tāpēc vienmēr saki to, kas patiess,
Vienmēr saki taisnību.
Cik laba tad būs sajūta,
Mēs ticēsim tad tev.

Ticēsim mēs tev.
Ticēsim mēs tev.

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Darīsim sevi laimīgu, būdami patiesi un godīgi.”

SEVIS UN CITU APZINĀŠANĀS

Mērķis: Noteikt un cienīt atšķirības un līdzības starp cilvēkiem un citām dzīvajām radībām. Arvien vairāk apzināties savu uzvedību. Apzināties, kā mūsu katra uzvedība ietekmē citus.

Atslēgvārdi: izbrīnīts, ikdienišķs, kāpurs, kūniņa, delikatese, nokāpt, nicināšana, apreibis, sapņoja, varde, caurspīdīgs, mirdzēt, varone, skaloties, okeāns, peļķe, lietoslāse, apmierināts, dārdoņa, sajūta, kurkulis, ķircināt, pērkons, trīcēt, neuzmanīgs.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: Sagrupēt vārdus pa vārdšķirām: lietvārdi, darbības vārdi un īpašības vārdi. Dzejolis par formām: uzrakstīt dzejoli par stāstu lietoslāses formā. Luga. **Zinātne:** Aplūkot ūdens, laikapstākļu un dzīves ciklus.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

MAZAS ŪDENS LĀSĪTES, MAZI SMILŠU GRAUDI
VEIDO MILZU OKEĀNU UN MŪSU SKAISTO ZEMI.



Iemācieties šo pantiņu un pārrunājiet tā nozīmi. Kuras mazās lietas ir ļoti svarīgas?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka jūs atrodaties jūras krastā...

Spīd saule, un jūs esat laimīgi... Sajūti, cik maigi smiltis pieskaras jūsu pēdām...

Ieklausieties, kā jūra skalojas pret krastu un virs galvas sasaucas kaijas...

Ieskatieties, kā laiviņa ūdenī šūpojas...

Ja gribat, varat plūncāties vēsajā ūdenī... Pagaršojiet sāļo ūdeni, kas jūs apšļaksta...

Sajūti, alģu smaržu un ievēlci krūtīs svaigo gaisu...

Sajūti, sejā maigas lietoslāses, kas krīt no debesīm un iekrīt jūrā...

Tad dodieties atpakaļ gar jūras krastu, juzdamies priecīgi un mierīgi...

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

LIETUSLĀSĪTE

Augstu zilajās debesīs bija ļoti liels un pelēks mākonis, un iekšā mākonī dzīvoja sīka lietuslāsīte. Patiesībā tur bija simtiem lietuslāšu, taču šī lietuslāsīte vēl nekad nebija bijusi lietuslāsīte, vismaz viņa nevarēja atcerēties, ka kādreiz tāda būtu bijusi. Taisnību sakot, viņa nevarēja atcerēties, kas viņa vispār pirms tam ir bijusi. Viņai bija mazliet bail, jo viņai nepatika augstums un zeme, ko viņa redzēja tālumā zem sevis, jo izskatījās, ka līdz tai ir tāls ceļš. Tā skatoties lejup, viņai sagriezās galva, bet citas lietuslāses smīkņāja par viņas bailēm. Viņas atcerējās, ka reiz ir bijušas mākoņi, un viņas zināja, ko sagaidīt. “Ar tevi viss būs kārtībā,” viņas laipni iedrošināja.

Pēkšņi mākonis izdvesa ļoti skaļu dārdoņu. Tā bija tik skaļa, ka viss mākonis trīcēja un visas lietuslāses izskatījās pēc pupiņām skārda bundžā.

“Kas tas par troksni?” izbrīnīta vaicāja lietuslāsīte.

“Tas ir pērkons,” atskanēja parastā atbilde no citas lietuslāses. “Kuru katru brīdi sāks līt.”

“Kas tad notiks?” jautāja lietuslāsīte.

“Mēs lēksim laukā,” skanēja atbilde. “Gatavojies. Būs jautri!”

“Tu mani ķircini,” teica lietuslāsīte, neticēdama nevienam viņas vārdam. “Vai mēs nesavainosimies, ja lēksim ārā no mākoņa?”

“Nē,” smējās par viņu vecāka un gudrāka lietuslāse. “Tu esi radīta no ūdens, un, ja izkritīsi no mākoņa, tas tevi nesavainos.”

Mākonis kratījās un dārdēja skaļāk nekā parasti. Tas kratījās tik spēcīgi, ka viena no lietuslāsēm iekliedzās: “Uzmanieties, te mēs nāāāāākam!” Lietuslāses izvēlās ārā no mākoņa. Viņas radīja vēsuma sajūtu, turklāt saules staru gaismā tās laistījās visas varavīksnes krāsās. Lietuslāsīte izdvesa satraukuma pilnu kliegzienu, izveldamās laukā no mākoņa kopā ar pārējām biedrenēm, kuras tikai smējās un teica: “Tici mums, mazulīt! Izbaudi lidojumu. Ar tevi viss būs kārtībā.”

Kamēr viņas krita cauri gaisam, viņām garām pašāvās vējš, un, tā kā lietuslāses bija vieglas, viņas krita lejup vienmērīgā ātrumā un viņām bija pietiekami daudz laika, lai noteiktu savu atrašanās vietu. Pēc pirmajām kritiena sekundēm un saņemot drosmi no tā, ka viņas biedrenes izskatījās diezgan apmierinātas ar visu kūlāšanos viņai riņķi apkārt, lietuslāsīte pat nomierinājās un sāka izbaudīt lidojuma sajūtu. Tuvojoties zemei, viņa pamanīja, ka lauki, ceļi, upes un mājas sāk izskatīties lielākas. Dažas lietuslāses jau bija piezemējušās, padarot zemi diezgan mitru, un daži gājēji jau bija izvilkuši lietussargus, lai paslēptos no mitruma. Pamazām zeme pienāca arvien tuvāk, sagaidot vēl no gaisa krītošās lietuslāses.

“Kur es piezemēšos?” viņa brīnījās.

It kā atbildēdams uz viņas jautājumu, zem viņas iznira milzīgs, vecs ozols. Lietuslāsīte traucās tieši viņa virzienā un ar mazu “plak!” piezemējās uz ozola lapas. “Ak, vai!” viņa iesaucās, nopilot no ozola lapas plātnes gala un nokritot uz zemāk esošās lapas, un tad pa slidenu zaru slīdot un krītot arvien lielākā ātrumā lejup pa biezu varenā koka lapotni aptuveni trīsdesmit pēdas, līdz beidzot aizelsdamās viņa piezemējās pavisam nenosakāmas formas pelķē takas malā, kur vecais ozolkoks bija stāvējis pēdējos divsimt gadus.

Lietuslāsīte bija ļoti ieintriģēta, jo viņai vairs nevajadzēja skatīties lejup uz zemi no augstu slidošā mākoņa, bet tā vietā viņa tagad varēja cauri varenā, vecā ozola zariem raudzīties augšup debesīs un redzēt virs galvas slidošos mākoņus, kurus uz priekšu pūta maigs vējiņš. Cik interesanta pasaule! Nez, kas notiks tālāk?

Pavisam drīz lietoslāses pārstāja krist no mākoņa, un no koši zilām debesīm atspīdēja saule. Peļķe, kurā lietoslāsīte bija piezemējusies, sasila, un lietoslāsīte sajutās miegaini. Pēkšņi peļķē ar lielu plunkšķi ielēca liela, zaļa, spīdīga, četrkājaina būtne, izraisot visos ievērojamu satraukumu, bet lietoslāsīte izbrīnā pat iekliedzās.

“Kas tas tāds?” viņa satraucās. Par lielu brīnumu radījums viņai arī atbildēja.

“Es esmu varde,” viņa kurkstēja. “Man patīk peldēt ūdenī.” Tad viņa izšāva ļoti garu, lipīgu mēli un noķēra garām lidojošu kukaini, norīja to un apmierināti nošmaukstināja lūpas. “Ņam-Ņam, cik garšīgs!” viņa teica.

Lietoslāsīte kādu brīdi klusēja, tad spēra pirmo soli: “Es esmu lietoslāsīte.”

Varde uz viņu nievājoši paskatījās. “Tu gribēji teikt, ka tu biji lietoslāsīte,” varde izlaboja viņas teikto. “Tagad tu esi peļķe.”

“Lūdzu, atvaino, bet ES ESMU lietoslāsīte,” sašutusi atcirta mūsu varone.

“Paklausies, ko es tev teikšu,” teica varde. “Nekas nav tā, kā izskatās. Piemēram, es. Es esmu varde, vai ne?”

“Vai tad tu esi?” jautāja lietoslāsīte.

“Jā, esmu, un, pirms es par to kļuvu, es biju kurkulis.”

“Atvaino, bet ko tu man te stāsti?” vārdes teikto apšaubīja lietoslāsīte, nespēdama aptvert nupat dzirdēto.

“Pirms es kļuvu par vardi, es biju kurkulis,” pacietīgi skaidroja varde savai jaunajai draudzenei. “Kurkulis ir ļoti mazs un melns, un tas peld dīķa ūdeņos. Ar laiku kurkulim izaug četras kājas, tas pazaudē asti un maina savu ādas krāsu uz zaļu, un kļūst par mazu vardulēnu. Beigu beigās tas spēj izlēkt no ūdens un lēkt pa zemi.”

“Cik neparasti!” teica lietoslāsīte, būdama mazliet nepieklājīga.

“Es tā vis nedomāju,” atteica varde, “tas man šķiet pilnīgi dabiski.” Varde izšāva laukā savu mēli un kā īsts eksperts noķēra vēl vienu neuzmanīgu kukaini.

“Kaut tu tā nedarītu,” vardi norāja lietoslāsīte. “Tas ir nežēlīgi.”

“Ķert kukaiņus ir manā dabā,” teica varde. “Neuztraucies par to.” Tam sekoja lēcieni, un varde bija prom.

“Patiešām dīvains radījums,” pie sevis nodomāja lietoslāsīte. Tagad peļķe bija jau siltāka, lietoslāsīte jutās miegaini, un viņa iesnaudās. Viņa sapņoja, ka satiek vēl vienu brīnumainu radību vārdā kāpurs, kurš viņai pastāstīja, kā pārvērties par taureni.

“Ak!” domāja lietoslāsīte. “Šāds stāsts ir patiešām interesants. Vai es patiešām satiku kāpuru, vai es to visu nosapņoju?” Viņa nožāvājās un jau atkal grasījās iesnausties, bet te pēkšņi kaut kas ļoti liels piezemējās pašā peļķes vidū, izšļakstot no tās gandrīz visu ūdeni, ieskaitot lietoslāsīti. Elsdama un pūzdama viņa skrēja atpakaļ uz peļķi, cik ātri vien spēja. “Kurš to izdarīja?” viņa dusmīgi jautāja.

“Nu, tā biju es,” atbildēja maiga, trīcoša balss. “Atvaino. Es tevi neredzēju, turklāt ūdens smēlās man tieši kurpēs, taču, par laimi, es nesaslapināju kājas.”

Lietoslāsīte paskatījās uz augšu un ieraudzīja vecu kundzi ar laipnu, smaidošu un grumbainu seju. Viņai bija mirdzoši zilas acis debesu krāsā, un viņas sudrabaini pelēkie mati pakausī bija sasieti kārtīgā mezglā. Viņa šķita ļoti laipna un sirsnīga.

“Es esmu lietoslāsīte,” viņa vilcinoties iepazīstināja ar sevi.

“Kā gan tu tāda vari būt?” laipni vaicāja vecā kundze. “Skaidrs, ka tu esi peļķe.”

Tad lietuslāsīte viņai izstāstīja savu stāstu, pieminēdama arī to, kā satikusi vardi un taureni, taču, kad stāstāmais bija galā, viņa teica, ka jūtas ļoti apjukusi.

“Tā varētu būt, jo tu taču esi vēl ļoti jauna,” laipnā balsī atbildēja vecā kundze. “Es jau esmu veca kundze un arī vecmāmiņa. Pirms tam es biju mamma diviem bērniem, kuri nu jau izauguši lieli. Vēl pirms tam es biju jauna meitene, bet pirms tam – mazs bērniņš, kuru bija jāpieskata mammai un tētim, līdz es biju pietiekami liela, lai dotos prom no mājām un pati par sevi parūpētos.”

“Tas ir ļoti sarežģīti,” nopūtās lietuslāsīte. “Es nesaprotu.”

“Es to no tevis nemaz negaidu,” atbildēja vecā kundze, “bet es esmu pārliecināta, ka beigu beigās tu sapratīsi. Dzīve ir sarežģīta. Uz redzēšanos!” Viņa devās savās gaitās, draudzīgi pamājojot ardievas.

Kamēr viņas bija runājušās, tikmēr spožā saule jau bija aizceļojusi pāri debess jumam un pazudusi aiz augstā kalna rietumos.

Pamazām debesis satumsa un kļuva melnas, un tad sāka stipri līt. Lija visu nakti un arī visu nākamo dienu. Peļķe kļuva arvien lielāka un lielāka. Visas mazās peļķes uz takas – un to bija ne mazums – izpletās, līdz saplūda kopā un appludināja visu taku, kas tagad atgādināja upi.

Ūdens sāka vienmērīgi plūst lejup pa taku puskilometra garumā, paņemot straumē līdzī arī lietuslāsīti, un, maigi plūstot pa straumi pāri akmeņiem un oļiem, viņa domāja par to, uz kuriem ved viņas ceļš. Tā kā takas tālākais gals veda lejup pa kalnu, ūdens straume uzņēma ātrumu. Lietuslāsīte dzirdēja steidzīgu, burbuļojošu troksni un, pirms viņa spēja aptvert notiekošo, viss plūdu radītais ūdens no takas sāka tecēt lejā pa zālēm aizaugušu krastu, līdz tas sasniedza strauji tekošu, viļņojošu upi. Tagad lietuslāsītei bija ļoti nelīdzens ceļš pāri ūdens nogludinātiem un slideniem akmeņiem, sakritušiem kokiem, smilšainām gultnēm, garām laukiem, parkiem, mājām, zem tiltiem, līdz viņa vairs nezināja ne rīta, ne vakara.

“Ak!” viņa izdvesa. “Man pietiek!” Pēkšņi viņa iepeldēja tumšā tunelī, kas bija apaļš un ar gludām malām. Patiesībā tā bija caurule, kas īsu gabaliņu nesa ūdens straumi cauri pazemei. Ūdenim traucoties pa cauruli, lietuslāsīte pamanīja kniepadatas izmēra gaismas stariņu sev priekšā, kas, pietuvojoties tuvāk, pamazām kļuva arvien lielāks, līdz viņa saprata, ka tā ir dienas gaisma, kas spīd tuneļa galā. Lietuslāsīte brāzās ārā no tuneļa milzīgā ātrumā un kūleņoja pāri lieliem un maziem akmeņiem, līdz viņa ar lielu šlakstu piezemējās lielākajā peļķē, kādu viņa savā dzīvē redzējusi. “Fui!” viņa izdvesa riebumā, jo netīšām bija norijusi lielu ūdens malku. “Tas garšo briesmīgi!”

“Kas garšo briesmīgi?” norūca dziļā balss.

“Šī peļķe,” sašutumā raudāja lietuslāsīte.

“Es NEESMU peļķe, mīlulī, maigi atbildēja dziļā balss.

“Atvainojiet, es Jūs nesapratu. Kas tad Jūs esat?” vaicāja lietuslāsīte, mazliet nobijusies, jo dziļā balss lika ūdens virsmai diezgan manāmi šūpoties un viņai pašai viļņoties līdzī.

“Es esmu okeāns,” skanēja dziļās balss atbilde. “Mans ūdens sedz četras piektdaļas zemeslodes virsmas.”

Lietuslāsīte norija ūdens malku: “Kāpēc Jūsu ūdens garšo citādāk?”

“Sāls dēļ,” atbildēja okeāns, jau atkal samulsinot lietuslāsīti. “Jūras ūdens vienmēr ir sāļš. Tas nav domāts dzeršanai.”

“Ak, tā!” teica lietuslāsīte. “Cik dīvaini!”

“Mīlulīt, dzīve var šķist dīvaina,” teica okeāns, “bet tāda ir pasaules uzbūve.”

“Es esmu lietuslāsīte,” tā lietuslāsīte turpināja iepazīstināt sevi ar jaunajām paziņām. Okeāns laipni smaidīja, bet viņa smaids bija tik plats, ka lika vilņiem priecīgi dejojot pa ūdens virsu.

“Kādreiz tu tāda biji, bet pilnīgi noteikti vairs tāda neesi,” okeāns ķiķināja.

“Kas tad es esmu?” jautāja lietuslāsīte jau neskaitāmo reizi, kopš viņa nokrita no mākoņa.

“Tu esi daļa no manis,” atbildēja okeāns maigā balsī. “Tu vienmēr esi bijusi daļa no manis.”

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu jūs dotu šim stāstam?
2. Kāpēc lietuslāsītei bija bail?
3. Kāpēc viņa pārstāja baidīties?
4. Kāpēc viņai varde šķita ‘dīvains radījums’?
5. Kāda bija vecā kundze?
6. Pastāstiet, kā noritēja tālākais lietuslāsītes ceļš?
7. Ko lietuslāsīte iemācījās?
8. Kā lietuslāsīte jutās stāsta beigās?
9. Vai viņa saprata, kāpēc viņa ir daļa no okeāna?
10. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
11. Vai jūsu dzīvē ir bijušas kādas lielas pārmaiņas?

Saistītais stāsts: “Liels vai mazs” (no grāmatas “Finding Your Feet”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. Ūdens brīnums

- a) Ielieciet seleriju traukā ar ūdeni, kas nokrāsots ar sarkano krāsvielu vai dabīgām krāsvielām un vērojiet, kas notiek, selerijai uzsūcot ūdeni.
- b) Pārrunājiet, cik svarīgs ir ūdens mūsu dzīvē, piemēram, cik daudz ūdens ir mūsu ķermenī un cik svarīgi ir neizniekot ūdeni.

2. Plūstošās spēles

- a) Nostājieties līnijā, sadodieties rokās un veidojiet vilni!
- b) Sekojiet rindas līderim: atdariniet viņa kustības un norādes!
- c) Spoguļojiet partnera darbības!

3. LUGA

LIETUSLĀSĪTE

Lomās: Stāstītājs
Lietuslāsīte
Pārējās lietuslāses
Varde
Kāpurs / taurenis
Vecā kundze
Okeāns

Darbība risinās augstu debesīs milzīgā lietus mākonī. [Lietus mākonī var veidot daudzas lietuslāses, tērptas dažādos pelēkās krāsas toņos, izņemot lietuslāsīti, tērptu tumši zilā krāsā.]

Stāstītājs: Augstu zilajās debesīs bija ļoti liels un pelēks mākonis, un iekšā mākonī dzīvoja sīka lietuslāsīte. Patiesībā tur bija simtiem lietuslāšu, taču šī lietuslāsīte vēl nekad nebija bijusi lietuslāsīte, vismaz viņa nevarēja atcerēties, ka kādreiz tāda būtu bijusi. Taisnību sakot, viņa nevarēja atcerēties, kas viņa vispār pirms tam ir bijusi. Šodien viņa ir mazliet nobijusies, jo viņai nepatika augstums un zeme, ko viņa redzēja tālumā zem sevis, jo izskatījās, ka līdz tai ir tāls ceļš. Tā skatoties lejup, viņai sagriezās galva, bet citas lietuslāses smīkņāja par viņas bailēm. Viņas atcerējās, ka reiz ir bijušas mākoņi, un viņas zināja, ko sagaidīt.

Pārējās lietuslāses: *[Laipnā un uzmundrinošā balsī, mājot lietuslāsītei.]* Ar tevi viss būs kārtībā!

Stāstītājs: Pēkšņi mākonis izdvesa ļoti skaļu dārdoņu. *[Visas lietuslāses veido dārdoņu].* Tā bija tik skaļa, ka viss mākonis trīcēja *[lietuslāses trīc]* un visas lietuslāses izskatījās pēc pupiņām skārda bundžā.

Lietuslāsīte: Kas tas par troksni?

Pārējās lietuslāses: *[priecīgi smaidīdamas]* Tas ir pērkons. Kuru katru brīdi sāks līt.

Lietuslāsīte: Kas pēc tam notiks?

Pārējās lietuslāses: Mēs lēksim laukā. Gatavojies. Būs jautri!

Lietuslāsīte: Tu mani ķircini. Vai mēs nesavainosimies, ja lēksim ārā no mākoņa?

Pārējās lietuslāses: Nē. Tu esi radīta no ūdens, un, ja izkritīsi no mākoņa, tas tevi nesavainos.

Stāstītājs: Mākonis kratījās un dārdēja skaļāk nekā parasti. *[Lietuslāses kratās un dārd.]* Tas kratījās tik spēcīgi, ka viena no lietuslāsēm iekliedzās:

Lietuslāse: Uzmanieties, te mēs nāāāāākam!

Stāstītājs: Lietuslāses izvēlās ārā no mākoņa. Viņas radīja vēsuma sajūtu, turklāt saules staru gaismā tās laistījās visās varavīksnes krāsās.

Lietuslāsīte: *[Krizdama kopā ar pārējām lietuslāsēm.]* Ak! Ak! Ak, dieniņās! Ak, vai!

Pārējās lietuslāses: Tici mums, mazulīt! Izbaudi lidojumu. Ar tevi viss būs kārtībā.

Stāstītājs: Kamēr viņas krita cauri gaisam, viņām garām pašāvās vējš, un, tā kā lietuslāses bija vieglas, viņas krita lejup vienmērīgā ātrumā un viņām bija pietiekami daudz laika, lai noteiktu savu atrašanās vietu. Pēc pirmajām kritiena sekundēm un saņemot drosmi no tā, ka viņas biedrenes izskatījās diezgan apmierinātas ar visu kūlāšanos viņai riņķī apkārt, lietuslāsīte pat nomierinājās un sāka izbaudīt lidojuma sajūtu.

Lietuslāsīte: Aiziet! Aidā! Tas ir jautri. Juhū!

Stāstītājs: Tas bija patiešām aizraujoši. Tuvojoties zemei, viņa pamanīja, ka lauki, ceļi,

upes un mājas sāk izskatīties lielākas. Dažas lietuslāses jau bija piezemējušās, padarot zemi diezgan mitru, un daži gājēji jau bija izvilkusi lietussargus, lai paslēptos no mitruma. Pamazām zeme pienāca arvien tuvāk, sagaidot vēl no gaisa krītošās lietuslāses.

Lietuslāsīte: Kur es piezemēšos? Kā būtu, ja es piezemētos uz tā skaistā, vecā ozola tur, lejā. Tas izskatās jauks un stabils. *[Lido taisnā ceļā uz ozola pusi, un ar mazu "plak!" piezemējās uz ozola lapas.]* Ak, vai! *[Nopīl nost no ozola lapas plātnes gala un nokrīt uz zemāk esošās lapas, un tad pa slidenu zaru slīd un krīt arvien lielākā ātrumā lejup pa biezu varenā koka lapotni, līdz beidzot aizelsdamās viņa piezemējās peļķē takas malā.]* Ai, ai, ai!

Stāstītājs: Kad lietuslāsīte bija atguvusies no izbīļa, viņa sāka skatīties visapkārt un jutās ļoti ieintrigēta, jo viņai vairs nevajadzēja skatīties lejup uz zemi no augstu slidošā mākoņa, bet tā vietā viņa tagad varēja cauri varenā, vecā ozola zariem raudzīties augšup debesīs un redzēt virs galvas slidošos mākoņus, kurus uz priekšu pūta maigs vējiņš.

Lietuslāsīte: Cik interesanta pasaule! Nez, kas notiks tālāk?

Stāstītājs: Pavisam drīz lietuslāses pārstāja krist no mākoņa, un no koši zilām debesīm atspīdēja saule. Peļķe, kurā lietuslāsīte bija piezemējusies, sasila, un lietuslāsīte sajūtās miegaini. *[Ienāk varde.]* Pēkšņi peļķē ar lielu plunkšķi ielēca liela, zaļa, spīdīga, četrkājaina būtne, izraisot visos ievērojamu satraukumu, bet lietuslāsīte izbrīnā iekliedzās.

Lietuslāsīte: Kas tu tāds?

Varde: Es esmu varde. Man patīk peldēt ūdenī. *[Varde izšauj savu ģaro, lipīgo mēli un noķer ģarām lidojošu kukaini, norij to un apmierināti nošmaukstina lūpas.]* Ņam-ņam, cik garšīgs!

[Lietuslāsīte kādu brīdi sēž klusējot, visu apdomājot.]

Lietuslāsīte: Es esmu lietuslāsīte.

Varde: *[nievājoši izlabo lietuslāsītes teikto]* Tu gribēji teikt, ka tu biji lietuslāsīte. Tagad tu esi peļķe.

Lietuslāsīte: *[sašutusi]* Lūdzu, atvaino, bet ES ESMU lietuslāsīte.

Varde: Paklausies, ko es tev teikšu. Nekas nav tā, kā izskatās. Piemēram, es. Es esmu varde, vai ne?

Lietuslāsīte: Vai tad tu esi?

Varde: Jā, esmu, un, pirms es par to kļuvi, es biju kurkulis.

Lietuslāsīte: Atvaino, bet ko tu man te stāsti?

Varde: *[pacietīgi skaidro]* Pirms es kļuvi par vardi, es biju kurkulis. Kurkulis ir ļoti mazs un melns, un tas peld diķa ūdeņos. Ar laiku kurkulim izaug četras kājas, tas pazaudē asti un maina savu ādas krāsu uz zaļu, un kļūst par mazu vardulēnu. Beigu beigās tas spēj izlēkt no ūdens un lēkt pa zemi.

Lietuslāsīte: Cik neparasti!

Varde: Es tā vis nedomāju. Tas man šķiet pilnīgi dabiski. *[Varde izšauj laukā savu mēli un kā īsts eksperts noķer vēl vienu neuzmanīgu kukaini.]*

Lietuslāsīte: Kaut tu tā nedarītu. Tas ir nežēlīgi.

Varde: Ķert kukaiņus ir manā dabā. Neuztraucies par to. *[Tam seko lēcieni, un varde noiet no skatuves.]*

Lietuslāsīte: Patiešām dīvains radījums.

Stāstītājs: Tagad peļķe bija jau siltāka, lietuslāsīte jutās miegaini, un viņa iesnaudās.

Uznāk kāpurs, kurš pārvēršas par taureni, kamēr stāstītājs runā.

Stāstītājs: Viņa sapņoja, ka satiek vēl vienu brīnumainu radību vārdā kāpurs, kurš viņai pastāstīja, kā pārvērties par taureni.

Lietuslāsīte: *[pamostas]* Ak, es! Šāds stāsts ir patiešām interesants. Vai es patiešām satiku kāpuru, vai es to visu nosapņoju? *[Viņa nožāvājas un jau atkal ģiras iesnausties, bet te pēkšņi kaut kas ļoti liels piezemējās pašā peļķes vidū, izšļakstot no tās ģandrīz visu ūdeni, ieskaitot lietuslāsīti. Elsdama un pūzdama viņa skrēja atpakaļ uz peļķi, cik ātri vien spēja.]*

Lietuslāsīte: *[dusmīgi]* Kurš to izdarīja?

Vecā kundze: *[maigā, trīcošā balsī]* Nu, tā biju es. Atvaino. Es tevi neredzēju, turklāt ūdens smēlās man tieši kurpēs, taču, par laimi, es nenaslapināju kājas.

Stāstītājs: Lietuslāsīte paskatījās uz augšu un ieraudzīja vecu kundzi ar laipnu, smaidošu un grumbainu seju. Viņai bija mirdzoši zilas acis debesu krāsā, un viņas sudrabaini pelēkie mati pakausī bija sasiēti kārtīgā mezglā. Viņa šķita ļoti laipna un sirsnīga.

Lietuslāsīte: *[vilcinoties]* Es esmu lietuslāsīte.

Vecā kundze: *[maigā balsī]* Kā gan tu tāda vari būt? Skaidrs, ka tu esi peļķe.

Stāstītājs: Tad lietuslāsīte viņai izstāstīja savu stāstu, pieminējuma arī to, kā satikusi vardi un taureni.

Lietuslāsīte: Trakākais, ka ir kāpuri, kas pārvēršas par taureņiem, un varden, kas apgalvo, ka reiz ir bijušas kurkuļi, un es, kas neesmu lietuslāsīte, bet dubļaina peļķe. Es vairs nezinu, kas esmu. Tas viss mani mulsina.

Vecā kundze: *[mīlā balsī]* Tā varētu būt, jo tu taču esi vēl ļoti jauna. Man tev ir kas sakāms. Es mēģināšu tev izskaidrot. Es jau esmu veca kundze un piedevām arī vecmāmiņa. Pirms tam es biju mamma diviem bērniem, kuri nu jau izauguši lieli. Vēl pirms tam es biju jauna meitene, bet pirms tam – mazs bērniņš, kuru bija jāpieskata mammai un tētim, līdz es biju pietiekami liela, lai dotos prom no mājām un pati par sevi parūpētos.

Lietuslāsīte: *[nopūzdamās]* Tas ir ļoti sarežģīti. *[izskatīdamās drūma]* Es nesaprotu.

Vecā kundze: Es to no tevis nemaz negaidu, bet es esmu pārliecināta, ka beigu beigās tu sapratīsi. Dzīve ir sarežģīta. Uz redzēšanos! *[dodas prom, draudzīgi pamānot ardievas]*

Stāstītājs: Kamēr viņas bija runājušās, tikmēr spožā saule jau bija aizceļojusi pāri debess jumam un pazudusi aiz augstā kalna rietumos. No sākuma debesis palika rozā, bet pamazām tās satumsa un kļuva melnas, un tad pēkšņi sāka stipri līt. Lija visu nakti un arī visu nākamo dienu. Peļķe kļuva arvien lielāka un lielāka. Visas mazās peļķes uz takas – un to bija ne mazums – izpletās, līdz saplūda kopā un appludināja visu taku. Ūdens sāka vienmērīgi plūst lejup pa taku puskilometra garumā, paņemot straumē līdzī ar lietuslāsīti. Maigi plūstot pa straumi pāri akmeņiem un oļiem, viņa domāja par to, uz kuriem ved viņas ceļš.

Tā kā takas tālākais posms veda lejup pa kalnu, ūdens straume uzņēma ātrumu. Lietuslāsīte dzirdēja steidzīgu, burbuļojošu troksni un, pirms viņa spēja aptvert notiekošo, viss plūdu radītais ūdens no takas sāka tecēt lejā pa zālēm aizaugušu krastu, līdz tas sasniedza strauji tekošu, viļņojošu upi. Tagad lietuslāsītei bija ļoti nelīdzens ceļš pāri ūdens nogludinātiem un slideniem akmeņiem, sakritušiem kokiem, smilšainām gultnēm, garām laukiem, parkiem, mājām, zem tiltiem, līdz viņa vairs nezināja ne rīta, ne vakara.

Lietuslāsīte: *[kliegdama]* Es vairs nevaru! *[elsdama]* Man pietiek!

Stāstītājs: Pēkšņi viņa iepeldēja tumšā tunelī, kas bija apaļš un ar gludām malām. Patiesībā

tā bija caurule, kas īsu gabaliņu nesa ūdens straumi cauri pazemei. Ūdenim traucoties pa cauruli, lietoslāsīte pamanīja kniepadatas izmēra gaismas stariņu sev priekšā, kas, pietuvojoties tuvāk, pamazām kļuva arvien lielāks, līdz viņa saprata, ka tā ir dienas gaisma, kas spīd tuneļa galā. Lietoslāsīte brāzās ārā no tuneļa milzīgā ātrumā un kūleņoja pāri lieliem un maziem akmeņiem, līdz viņa ar lielu šļakstu piezemējās lielākajā peļķē, kādu viņa savā dzīvē redzējusi.

Lietoslāsīte: *[rīstīdamās un burbuļodama]* Fui! Tas garšo briesmīgi!

Okeāns: *[dziļā, rūcošā balsī]* Kas garšo briesmīgi?

Lietoslāsīte: *[sašutusi]* Šī peļķe!

Okeāns: Es NEESMU peļķe, mīlulīt.

Lietoslāsīte: Atvainojiet, es Jūs nesapratu. Kas tad Jūs esat?

Okeāns: Es esmu okeāns. Mans ūdens sedz četras piektdaļas zemeslodes virsmas.

Lietoslāsīte: *[norīdama ūdens malķu]* Kāpēc Jūsu ūdens garšo citādāk?

Okeāns: Sāls dēļ. Jūras ūdens vienmēr ir sāļš. Tas nav domāts dzeršanai.

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties, kad redzējāt, dzirdējāt un izspēlējāt šo lugu?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

VISS, KO REDZU,
IR DAĻA NO MANIS

(mūzikas un vārdu autore Sāra Džouna)

Piedziedājums:

Viss, ko redzu, ir daļa no manis

Katra radība, katrs koks

Katrs kalns

Debesis un jūra –

To visu es sevī redzu.

Nekas nav nošķirts,

Viss ir saistīts,

Sapīts kopā,

Diegiem savīts.

Tas viss esi tu un es,

Daļa no dzīves bagātā auduma.

Bagātā auduma. (atkārtot 2x)

Piedziedājums:

Viss, ko redzu, ir daļa no manis

Katra radība, katrs koks

Katrs kalns

Debesis un jūra –

To visu es sevī redzu. (atkārtot 4x)

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Darīsim sevi laimīgu, pamanot visu, kas ir mums apkārt.”

DZĪVĪBAS NOVĒRTĒŠANA

Mērķis: Sekmēt apzināšanos par to, cik katras dzīvās radības dzīvība ir svarīga. Aplūkot augšanas procesu – no jaunības līdz vecumdienām – un izmaiņas cilvēku vajadzībās.

Atslēgvārdi: pārsteigums, uzplaukums, pamežs, avots, sajūsmināts, šaltis, krunkains, čāpstināt, izturēt.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas;
- Brokastu pārslu vai kurpju kaste radošajam darbam.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**NO MAZĀM ZĪLĒM
AUG VARENI OZOLI.**



Pārrunāji citāta nozīmi.

Kuras lielās lietas aug no mazām lietām?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka ir brīnišķīga vasaras diena un jūs atrodaties parkā...

Spīd saule, un jūs esat laimīgi...

Jūs vērojat kokus: cik tie ir stipri un tomēr maigi...

Jūs redzat vāveres, spēlējamies koku zaros...

Padomājiet par visām labajām lietām, ko mums dod koki...

Par augļiem, ko mēs ēdam... Par ēnu, ko dod koki karstā dienā...

Par koksni mēbeļu izgatavošanai... Par gaisu, ko elpojam...

Pateicieties kokiem par visām dāvanām...

Esiet laimīgi par to, ka mums ir skaisti koki...

Sūtiet mīlestības pilnas domas visiem pasaules kokiem...

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

VECĀ KOKA STĀSTS

Polīna Jangā (Pauline Young)

Kādu dienu gados jaunais Persijs devās uz vietu netālu no viņa mājām, kur bija pakāpiens pāri žogam, aiz kura atradās biezs mežs. Viņš lēnām gāja pa savu ierasto maršrutu garām milzīgam nokritušam ozolam, kas simtiem gadu bija izturējis stiprus vējus, taču pēdējās ziemas spēcīgās vētras bija to pieveikušas.

“Nez, kādas mazas radības tagad ir apmetušās uz dzīvi koka dobumā?” viņš pie sevis domāja. Paiedamies nedaudz atpakaļ, viņš uzkāpa uz majestātiskā koka stumbra un izstaigāja to visā garumā, izpētīdams katru kaktiņu un mazāko slēptuvi, lai redzētu, kas tur paslēpies.

Viņš atklāja, ka koks ir pilns ar dažādām dzīvām radībām – sākot no sīkiem kukaiņiem, līdz palielam zaķim, kas slēpās zem viena no zariem. Zaķis tādā ātrumā izšāvās laukā no pazares, ka Persijs aiz bailēm gandrīz nokrita no stumbra.

“Muļķa zaķis,” Persijs, celdamies kājās, noteica. “Es tevi tāpat nebūtu aiztīcis.”

Pēc brīža viņš apgūlās uz vēdera un, zodu atbalstījis plaukstās, vēroja vaboles, kuras steidzās uz pamežu zem nokritušā koka. Viņu sajūsmināja, kā skudru kolonna sadarbojās un ieguldīja kopīgas pūles, lai pārvietotu beigtu kukaini. Blakus kokā šurpu turpu skraidīja vāveres, piesardzīgi noskatīdamās zēnā.

Viņš apsēdās uz koka stumbra un izņēma no kabatas ābolu, lai remdētu nelielo izsalkumu. Saulītē košlādams ābolu, viņš izdzirdēja klusu balstiņu. Viņš pielēca kājās un apskatījās visapkārt, taču neviena nemanīja.

“Divaini,” viņš nodomāja, “man šķita, ka dzirdēju kādu runājam.”

“Tas biju es,” balstiņa kļuva skaļāka, “paskaties zem savām kājām.”

Persijs paskatījās lejup un sev par pārsteigumu pamanīja, ka vecais koks pakustējās.

“Ē!” viņš bailēs iesaucās, nolēkdams no koka un pārlēkdams pāri izcirtumam, lai noslēptos aiz cita koka. “Kas notiek?”

“Tas esmu tikai es. Nebaidies. Es tev nedarišu pāri,” teica vecais ozols.

“Tu taču esi miris,” izsaucās Persijs, joprojām slēpdamies aiz tā cita koka. Viņš paslēpus skatījās uz nokritušo ozolu. Virs stumbra, vietā, kur rāpuļi bija atraduši sev ceļu cauri zariem, parādījās milzīga seja.

“Nē, vēl neesmu. Taču es kļūstu vājāks ar katru dienu,” teica ozols.

“Kas ar tevi notika?” vaicāja Persijs.

“Šeit esmu stāvējis simtiem gadu, un vienmēr esmu spējis turēties pretī vēju spēkam, kas mētāja manus zarus,” ozols izdvesa garu nopūtu. “Gadiem ritot un kļūstot vecākam, mani izveidojās dobums, atņemdams spēku, līdz ar to man kļuva arvien grūtāk izturēt vētras. Pēdējā bija tik neganta, ka mani pievarēja, un es nokritu.”

“Man žēl, ka tā. Vai tad tā parasti ar kokiem nenotiek, jo īpaši tad, ja koks ir dzīvojis tik ilgi?” Persijs jutās ļoti gudrs savos divpadsmit gados. Viņš vairs nebija tik nobijies un tuvojās vecajam ozolam. “Vai drīkstu uzkāpt uz tava stumbra?”

“Jā, protams! Man vienmēr ir patīcis, ka bērni kāpelē man pāri.”

“Tu droši vien esi redzējis daudz interesantus cilvēkus nākam un ejam. Vai mēs ļoti esam mainījušies?”

“Bērni lielākoties ir tādi paši, izņemot mūsdienās viņi vairs nedzied tik daudz kā agrāk. Bērni mēdza dziedāt skaistas dziesmas, un tas atslābināja manus zarus. Es izbaudīju bērnu kompāniju. Bērni vairs nešķiet tik priecīgi, cik viņi bija vecajās, labajās dienās. Tagad viņi ir arī trokšņaināki. Es varētu daudz ko pastāstīt. Reiz senos laikos Anglijas karalis mēdza jāt man garām, un dažreiz viņš apsēdās zem maniemiem zariem, lai ieturētu maltīti. Gadiem ilgi esmu vērojis, kā cilvēki iet man garām zem maniemiem zariem. Meži nebija tik biezi kā tagad. Mežstrādnieki mēdza izcirst pamežu. Reiz karalis pavēlēja izcirst ļoti daudz koku kuģu būvei. Tas mani satrauca, taču kaut kāda iemesla dēļ es tiku pasargāts.”

“Kas tagad ar tevi notiks? Es domāju – ar TEVI? Tavs ķermenis turpinās gulēt uz zemes vēl ilgi, tas ir, ja neviens tevi nesazāgēs mēbeļu izgatavošanai vai nesacirtīs malkā. Jau tagad tavā stumbrā patvērumu ir atraduši kukaiņi un radības, kas tevī ir paslēpušās. Es domāju, kur paliksi TU?”

“Pavisam drīz es došos tālāk uz savu nākamo dzīvi, bet, līdz tas brīdis pienāks, es turpināšu izbaudīt manu mazo draugu, kuri dzīvo manī un man apkārt, kompāniju. Viņi ar mani sarunājas un stāsta, kas notiek ar viņu ģimenēm,” viņa seja iečīkstējās, viņam pasmaidot.

Persijs skatījās uz veco, zaraino koka seju. Viņš zināja, ka ir pieņēmis to, ka viņa laiks kā kokam drīz būs beidzies un ka visas lietas, ko viņš gadu gaitā ir redzējis, ir daļa no mācībstundām, kas viņam bija jāapgūst, un daļa no prieka, ko viņš ir izbaudījis. “Pirms es dodos prom, vai drīkstu uzdot vienu jautājumu?”

“Tu drīksti. Es uz to atbildēšu, ja varēšu,” atbildēja laipnais, vecais koks.

“Vai tev ir sava ģimene?”

“Paskaties visapkārt uz šo mežu,” lepni atbildēja vecais koks. “Ne tikai dažāda vecuma ozoli tepat tuvumā, bet arī daudzi ozoli tālumā, kuri ir izauguši no zīlēm, ko ir aiznesuši zvēri un bērni, kas tās ir pacēluši, paspēlējušies un aizmetuši projām. Daudzas zīles ir izaugušas par kokiem kilometru attālumā no šejienes. Laiku pa laikam viņi man sūta ziņas, un es jūtu, kad viņiem klājas labi vai kad kāds grib tiem nodarīt pāri.”

Persijs paskatījās uz visapkārt augošajiem ozoliem, un tie pačaukstināja lapas, it kā sveicinādamas zēnu. Viņš uz atvadām kokam pamāja un devās mājup. Viņš jutās saviļņots par to, ka viņam ir bijusi īsta saruna ar koku. Protams, viņš par to nestāstīja savai mammai un tētim. Viņš to nestāstīja arī saviem draugiem. Viņi droši vien viņam tāpat neticētu, vai ne?

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu jūs dotu šim stāstam?
 2. Kāda bija dzīve mežā?
 3. Raksturojiet, kāda bija vecā ozola dzīve?
 4. Kā jums šķiet, kā vecais ozols *jutās par to, ka viņa dzīve bija beigusies?
 5. Jūsprāt, ko Persijs *juta pret koku:
 - kad koks runāja?
 - kad stāstīja savu stāstu?
 - kad koks apzinājās, ka viņš vairs ilgi nebūs koks?
 6. Kura stāsta daļa jums patika visvairāk?
 7. Kādā veidā koki ir mums noderīgi un vajadzīgi?
 8. Kā jūs *jutāties, kad dzirdējāt stāstu?
 9. Vai stāsts jums kaut ko atgādināja no jūsu pašu dzīves?
- *bailes, ziņkārība, liela mīlestība, sapratne, pateicība, novērtēšana, vienotība*

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

TUR IR SKAISTUMS

*(Stjuarta Džounza mūzika,
Nikijas Gilbertes vārdi)*

Katrā puķē un kokā, kas aug,
Katrā vēja brāzmā, kas pūš,
Katrā zvaigznē, kas spoži spīd.
Skaistums ir it visā.

Katrs laipnais vārds, ko sakām,
Paši sev ik dienu mēs;
Apzināšanās, mīlestība un prieks arī strādā,
Radot skaistumu it visā.

*Piedziedājums:
Skaistums tur ir atrodams,
Ja to redzi, ja to zini.
Skaistums tur ir atrodams,
Ja to jūti, ja to izrādi. (Atkārtoti piedziedājumu)*

(Visu atkārtoti)

Skaistums atrodams
(Atkārtoti x 6)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

VECĀ KOKA STĀSTS

Darbība risinās zemniekam piederošā laukā.

*Lomās: Stāstītājs
Persijs
Vecais ozols
Jaunākie ozoliņi
Vāveres, zaķis, zilā muša, zirneklis, vaboles un skudras*

Stāstītājs: Kādu dienu mazs zēns vārdā Persijs izdomāja doties pastaigā.

[No skatuves kreisās puses iznāk Persijs un vieglā gaitā soļo pa taku gar lauku. Viņš pie sevis svilpo.]

Netālu no mājām viņš pārkāpa pāri zemnieka izliktajam žogam, kas veda biezā mežā, un tad lēnām gāja pa savu ierasto maršrutu garām milzīgam nokritušam ozolam. Tas simtiem gadu bija izturējis stiprus vējus, taču pēdējās ziemas spēcīgās vētras bija to pieveikušas. Persijs nolēma to aplūkot tuvāk.

Persijs: Nez, kādas mazas radības tagad ir apmetušās uz dzīvi koka dobumā?

[Persijs to aplūko tuvāk. Tad uzkāpj uz majestātiskā koka stumbra un izstaigā to visā garumā, izpētīdams katru kaktiņu un mazāko slēptuvi, lai redzētu, kas tur paslēpies.]

Persijs: Ak, dieniņās! Šis koks ir pilns ar dažādām dzīvām radībām! Tur ir dažādu izmēru un formu kukaiņi! Skat, tur ir zilā muša! Starp zariem savus tīklus vērpj zirneklis. Un, kas tad te? Zaķis!

[Persijs palecas, jo no savas slēptuves, zem viena no zariem, ārā izšaujas liels zaķis. Persijs aiz izbrīna gandrīz nokrīt no stumbra.]

Persijs: Muļķa zaķis! *[Persijs pieceļas kājās.]* Es tevi tāpat nebūtu aiztīcis.

[Tad viņš apguļas uz vēdera un, zodu atbalstījis plaukstās, vēro vaboles un skudras, kas steidzās šurpu turpu.]

Stāstītājs: Persiju sajūsmināja, kā vaboles un skudras steidzās šurpu turpu, un kā skudru kolonna sadarbojās, lai pārvietotu beigtu kukaini. Blakus kokā šurpu turpu skraidīja vāveres, piesardzīgi noskatīdamās zēnā.

Persijs: Esmu izsalcis *[pieceldamies un iebāzdam rokū kabatā]*. Nez, vai man tur ir kas ēdams. O, par laimi, ir! Man ir ābols. *[Izvelk ābolu no kabatas un sāk to ēst.]*

Vecais ozols: *[skaļi nokremšļojas]* Khe-hem. Khe-hem.

[Persijs pielec kājās un skatījās visapkārt.]

Persijs: Kas tur ir? Parādiēs! *[Tad pats pie sevis, klusākā balsī]* Dīvaini. Esmu pārliecināts, ka dzirdēju kādu runājam.

Vecais ozols: *[Arvien skaļākā balsī]* Tas biju es. Paskaties sev zem kājām.

Persijs: *[izbijies]* Ē! *[nolec no koka un pārlec pāri izcirtumam, lai noslēptos aiz cita koka.]* Kas te notiek?

Vecais ozols: Tas esmu tikai es. Nebaidies. Es tev nevaru nodarīt pāri. Turklāt man patīk bērni.

Persijs: *[joprojām slēpdamies aiz tā cita koka]* Tu taču esi miris.

[Virs stumbra parādās milzīga seja.]

Vecais ozols: Nē, vēl neesmu. Taču es kļūstu vājāks ar katru dienu.

Persijs: Kas ar tevi notika?

Vecais ozols: Šeit esmu stāvējis simtiem gadu, un vienmēr esmu spējis turēties pretī vēju spēkam, kas mētāja manus zarus *[nopūšas]*. Gadiem ritot un kļūstot vecākam, manī izveidojās dobums, atņemdamas spēku, līdz ar to man kļuva arvien grūtāk izturēt vētras. Pēdējā bija tik neganta, ka mani pievarēja, un es nokritu.

Persijs: *[jau juzdamies drošāk un tuvodamies kokam]* Man žēl, ka tā. Vai tad tā parasti ar kokiem nenotiek, jo īpaši tad, ja koks ir dzīvojis tik ilgi? Vai drīkst uz tava stumbra?

Vecais ozols: Jā, protams! Man vienmēr ir patīcis, ka bērni kāpelē man pāri. Tas ir viens no lielākajiem priekiem koka dzīvē!

Persijs: Tu droši vien esi redzējis daudz interesantus cilvēkus nākam un ejam. Vai mēs ļoti esam mainījušies?

Vecais ozols: Bērni lielākoties ir tādi paši, izņemot mūsdienās viņi vairs nedzied tik daudz kā agrāk. Bērni mēdza dziedāt skaistas dziesmas, un tas atslābināja manus zarus. Es izbaudīju bērnu kompāniju. Bērni vairs nešķiet tik priecīgi, cik viņi bija vecajās, labajās dienās. Tagad viņi ir arī trokšņaināki. Es varētu daudz ko pastāstīt.

Persijs: Lūdzu, izstāsti man vienu stāstu! Lūdzu!

Vecais ozols: Reiz senos laikos Anglijas karalis mēdza jāt man garām, un dažreiz viņš apsēdās zem maniem zariem, lai ieturētu maltīti. Gadiem ilgi esmu vērojis, kā cilvēki iet man garām zem maniem zariem. Meži nebija tik biezi kā tagad. Mežstrādnieki mēdza izcirst pamežu. Reiz karalis pavēlēja izcirst ļoti daudz koku kuģu būvei. Tas mani satrauca, taču kaut kāda iemesla dēļ es tiku pasargāts.

Persijs: Kas tagad ar tevi notiks? Es domāju – ar TEVI? Tavs ķermenis turpinās gulēt uz zemes vēl ilgi, tas ir, ja neviens tevi nesazāgēs mēbeļu izgatavošanai vai nesacirtīs malkā. Jau tagad tavā stumbrā patvērumu ir atraduši kukainīši un radības, kas tevī ir paslēpušās. Es domāju, kur paliksi TU?

Vecais ozols: Pavisam drīz es došos tālāk uz savu nākamo dzīvi, bet, līdz tas brīdis pienāks, es turpināšu izbaudīt manu mazo draugu, kuri dzīvo manī un man apkārt, kompāniju. Viņi ar mani sarunājas un stāsta, kas notiek ar viņu ģimenēm. [Viņa seja iečīkstas, viņam pasmaidot.]

[Persijs domīgi skatās uz koku.]

Stāstītājs: Persijs skatījās uz veco, zaraino koka seju. Viņš zināja, ka ir pieņēmis to, ka viņa laiks kā kokam drīz būs beidzies un ka visas lietas, ko viņš gadu gaitā ir redzējis, ir daļa no mācībstundām, kas viņam bija jāapgūst, un daļa no prieka, ko viņš ir izbaudījis.

Persijs: Pirms es dodos prom, vai drīkstu uzdot vienu jautājumu?

Vecais ozols: Tu drīksti. Es uz to atbildēšu, ja varēšu.

Persijs: Vai tev ir sava ģimene?

Vecais ozols: Paskaties visapkārt uz šo mežu. Ne tikai dažāda vecuma ozoli tepat tuvumā, bet arī daudzi ozoli tālumā, kuri ir izauguši no zīlēm, ko ir aiznesuši zvēri un bērni, kas tās ir pacēlušī, paspēlējušies un aizmetuši projām. Daudzas zīles ir izaugušas par kokiem kilometru attālumā no šejienes. Laiku pa laikam viņi man sūta ziņas, un es jūtu, kad viņiem klājas labi vai kad kāds grib tiem nodarīt pāri.

[Persijs paskatījās uz visapkārt auģošajiem ozoliem, un tie pačaukstināja lapas, it kā sveicinādamas zēnu. Viņš uz atvadām kokam pamāj un dodas mājup.]

Stāstītājs: Persijs, dodoties mājup, jutās saviļņots par to, ka viņam ir bijusi īsta saruna ar koku. Protams, viņš par to nestāstīja savai mammai un tētim. Viņš to nestāstīja arī saviem draugiem. Viņi droši vien viņam tāpat neticētu, vai ne? Ja pēc šīs lugas noskatīšanās pie jums atnāktu Persijs un pastāstītu par savu tikšanos ar koku, vai jūs viņam ticētu? Es ceru, ka jā.

JAUTĀJUMS

Kā jūs *jutāties, kad dzirdējāt, redzējāt un izspēlējāt šo stāstu lugā?

**bailes, ziņkārība, liela mīlestība, sapratne, pateicība, novērtēšana, vienotība*

2. DISKUSIJA

Sadaliet klasi grupās, kurās jāpārrunā:

Kādas lietas man ir vajadzīgas, lai es būtu laimīgs?

Kādas lietas ir vajadzīgas maniem vecākiem vai veciem cilvēkiem, lai viņi būtu laimīgi?

Kādas lietas ir vajadzīgas maniem vecvecākiem vai vēl vecākiem cilvēkiem, lai viņi būtu laimīgi?

3. RADOŠAIS DARBS

Šīs aktivitātes var būt saistītas ar tādu priekšmetu kā zinātne un mitreņu, tārpu, vaboļu, skudru u.c. kukaiņu vajadzībām un dzīvi:

a) izveidojiet māju maziem zvēriem (sk. brošūru).

Izmantojiet brokastu pārsli vai kurpju kasti vai vienkāršu kartona pamatni ar malu, lai izveidotu māju. Lieciet lietā iztēli, lai izdomātu, kas jūsu mazajam zvērim varētu patikt.

Kad esat pabeiguši, izvēlieties vietu ārā, kur jūs varētu novietot 'mājiņu' un novērojiet to, lai redzētu, vai tur uz dzīvi apmetas īsti mazie zvēriņi.

b) komposta veidošana.

Novērojiet augļu, dārzeņu utt. sadalīšanos.

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: "Darīsim sevi laimīgu, novērtējot dzīvību un apkārtējās vides skaistumu."

DĀSNUMS

Mērķis: Veicināt domāšanu par to, kāda ietekme uz mani un citiem ir sevis pieņemšanai. Izprast vajadzību darboties sadarbībā vienam ar otru. Atpazīt, kā mana uzvedība ietekmē citus. Ieklausīties citos, spēlēties un strādāt sadarbībā vienam ar otru.

Atslēgvārdi: pelni, pārņemties, apcubināts, apmīļots, aprīt, mežs, dāsns, izgaismot, organizēt, pūcēns, apdullināts.

Mācību programmas savstarpējā saikne: “Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**DOŠANA SNIEDZ VAIRĀK PRIEKA,
NEKĀ ŅEMŠANA.**



Pārrunāji, ko jūs saprotat ar vārdu ‘dāsnums’?
Vai citāts ir patiess? Kā dzīvē var novērot, ka citāts ir patiess?
Vai varat dalīties ar kādu piemēru no dzīves?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Ieklausoties mūzikā, ļaujiet mīlestības sajūtai arvien vairāk un vairāk piepildīt jūsu sirdi.

Iztēlojieties, kā jūs rūpējaties par citiem un gribat viņiem izrādīt mīlestību...

Mīlestība jūsu sirdī kļūst arvien lielāka kā mīksts, apaļš, rozā mākonis...

Iztēlojieties, kā jūs šo mīksto, rozā mīlestības mākonī dodat savai ģimenei / draugiem / visiem cilvēkiem / visiem dzīvniekiem / visiem augiem, puķēm un kokiem...

Iztēlojieties, ka jūs ieskauj skaists, mīksts, rozā mīlestības mākonis...

Cik tā ir laimīga sajūta!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

DĀSNĀ ĪZA

Marianna Melouna (Mariana Mellone)

Reiz sensenos laikos ļoti skaistā mežā dzīvoja maza, rūsgana vāvere vārdā Īza. Viņas māja atradās milzīga ozola dobumā.

Īza bija ļoti strādīga. Katru rītu, kolīdz saulīte uzlēca un sāka apspīdēt koku lapas, Īza modās un gatavojās darbam. Vispirms viņa nomazgājās, tad ieturēja vieglas brokastis un pēc tam skrēja laukā vākt sēklas, augļus un riekstus ziemai. Dodoties mežā barības meklējumos, viņa apstājās un sasveicinājās ar katru ceļā sastapto meža zvēru, kurš arī dzīvoja tanī pašā pasaulē, kurā mitinājās Īza. Viņa pret ikvienu vienmēr izturējās laipni, ar mīlestību, cieņu un sirsnību.

Reiz bija tāda diena, kad pūces kundze devās meklēt barību saviem mazuliem, bet tikmēr viens no pūcēniem izkrita no ligzdas. Īza dzirdēja mazuli raudam un skrēja pie viņa. Īza par viņu parūpējās un mīrināja, kamēr atgriezās pūces kundze un aiznesa viņu atpakaļ uz ligzdu. Vēl kādā citā reizē viņa atrada žurku ģimenes jaunāko dēlu Oliveru apmaldījušos mežā, nekustīgu no bailēm. Viņa to iedrošināja un izturējās pret viņu ļoti jauki, un beigās arī pavadīja viņu līdz alai.

Lūk, tā Īza vadīja savas dienas: strādādama, palīdzējama citiem un sniedzot mīlestību ikvienam, neko negaidādama pretī.

Kādu nakti mežu piemeklēja spēcīga vētra. Izskatījās, ka debesis grasās nokrist. Pērkona dārdi lika zemei drebēt, un zibens bija tik spožs, ka izgaismoja visu mežu. Tikmēr meža iemītnieki bija paslēpušies savās mājās, noskatīdamies negaisā cauri mājokļu logiem. Īza sev ielēja glāzē augļu sulu un nolēma izmantot laiku mājas uzkopšanai. Viņa šķiroja sēklas un riekstus, ko bija savākusi ziemas krājumiem, visu rūpīgi sakārtojot. Brīdī, kad viņa atlasīja mandeles nost no valriekstiem, viņa redzēja, kā viss koks uzliesmo, un briesmīgi skaļš troksnis viņu apdullināja. Viņa tika aizmesta uz istabas otru pusi. Kūleņojot pa istabu, viņa pamanīja mājā ieplūstam lietu un juta uguns karstumu, kas bija sācis plosīt viņas mājokli.

Sākumā Īza nekustīgi gulēja. Viņa bija tik ļoti apstulbusi un nobijusies. Uz pāris sekundēm viņa aizvēra acis, tādējādi mēģinādama sakopot visus iekšējos spēkus un atgūt pārliecību par savu varēšanu. Atverot acis, viņa zināja, kas ir jādara. Mājā kaut ko glābt bija par vēlu, tāpēc viņa skrēja laukā, lai izglābtos pati. Bēgot no ugunsgrēka, Īza pamanīja melnā strazda kungu un kundzi, kuri centās glābt savus bērnus. Viņi vienu bija izcēlušī no ligzdas un atstājuši pūces kundzes mājā, kamēr paši skrēja pakaļ pārējiem mazuliem. Kad viņi atgriezās pie sava ligzdas, tajā vairs nevarēja iekļūt, jo uguns liesmas bija apņēmušas koka augstākos zarus. Īza to redzēja un steidzās glābt putnēnu, kurš izmisīgi ligzdā raudāja. Īza bija ļoti izmirkusi, tāpēc, ja viņa rīkotos ātri, viņas kažoks neapdegtu. Viņa skrēja uz ligzdu, cik ātri spēja, paķēra putnēnu, pieklāva to sev cieši klāt un skrēja prom no ligzdas, lejup pa koku, prom uz pūces kundzes ligzdu, kur viņa atstāja mazo melno strazdu bērnus izmirkušus un izbiedētus.

Melnā strazda ģimene bija tik aizkustināta, ieraugot savu mazulīti drošībā, sveiku un veselu. Ar asarām acīs viņi pateicās Īzai, kura stāvēja pie pūces mājvietas durvīm, kamēr viņas pašas mājvieta viņas acu priekšā sadega pelnos. Viss viņas smagais darbs pēdējo sešu mēnešu garumā bija velts, un to apņēma lietus un uguns.

Lietus turpināja gāzt kā ar spaiņiem, un mājas sāka sabrukt vai applūst, tāpēc meža zvēri sāka meklēt patvērumu cits pie cita. Žurku ģimene ar visiem bērniem un divām vāveru ģimenēm, katrā pa vienam bērniņam, kā arī skunkss atrada patvērumu Pūces kundzes mājā. Viņi visi saspiedās kopā, mēģinādami rast siltumu un atbalstu blakus viens otram.

Lietus turpināja līt visu nakti. Par laimi, spēcīgās lietussgāzes neļāva izplatīties ugunsgrēkam pa visu mežu. Kad uzausa rīts, lietus bija mitējies. Īza un pārējie zvēri iznāca laukā no pajumtes un atklāja, ka ozols ir nodedzis gandrīz līdz pašām saknēm, un viss, kas bija palicis pāri, bija melns, pārogļojies stumbrs.

Īza pavērās visapkārt, taču no viņas skaistās mājvietas nekas nebija palicis pāri. Melnā strazda ģimene ātri vien ķērās pie jaunas ligzdas būvniecības citā kokā. Žurku ģimene sāka smelt laukā ūdeni, kas bija nopludinājis viņu māju, spaiņu vietā izmantodami riekstu čaumalas. Visi meža zvēri nodarbojās ar savu mājvietu atjaunošanu, kā nu viņi prata. Īza sēdēja uz akmens un viņus vēroja. Kā lai viņa uzceļ jaunu māju, pirms uznāk sniegs? Kā lai viņa savāc pietiekami daudz pārtikas ziemai? Kā lai viņa izdzīvo? Ko lai viņa dara?

Par to visu domājot, viņai pār vaigu noritēja asariņa. Viņa nezināja, ar ko lai sāk. Pēkšņi viņa juta sev uz pleca spārnu. Viņa pagriezās un ieraudzīja pūci un viņas bērnus uzsmaidām viņai. Viņiem blakus stāvēja žurku ģimene ar bērniem, melno strazdu ģimene ar bērniem, sienāžu ģimene, varžu ģimene no tuvējā diķa, skudru ģimene un visi mazie meža zvēri ar ģimenēm. Viņi visi stāvēja vāverei apkārt un smaidīja.

“Neuztraucies, Īza,” teica pūce. “Tu mūs vienmēr esi atbalstījusi un mīlējusi. Tu mums palīdzēji, kad tas mums bija vajadzīgs. Tu par mums rūpējies, un mēs tagad neatstāsim tevi vienu!”

“Mēs tev palīdzēsim uzcelt jaunu māju,” teica žurkas kungs. “Blakus mūsu mājai ir skaists ozols. Es domāju, ka tā ir ļoti piemērota vieta tev jaunas mājvietas ierīkošana.”

“Ja tu mums pateiksi, kas ir jāmeklē, mēs būsim ļoti priecīgi palīdzēt pārtikas sagādē ziemai,” teica žurkulēns.

Visi zvēri aplaudēja un izsauca piekrišanas ovācijas. Viņa jutās laimīga un atbalstīta no meža zvēru puses. Drīz visi zvēri ķērās pie darba. Daži pieaugušie zvēri palīdzēja uzcelt Īzai jaunu māju ozola iekšienē, aplīmēdami sienas, krāsodami, izgatavodami mēbeles un aizkarus. Citi zvēri pārmeklēja savas mājas, vai tur neatrastos lieki virtuves piederumi un segas. Bērniem Īza iedeva sarakstu ar augļiem, sēklām un riekstiem, un viņi devās mežā tos meklēt.

Drīz vien māja bija gatava, iekārtota ar mēbelēm un virtuves krājumi papildināti, pateicoties visu zvēru pūlēm. Tam par godu viņi sarīkoja lielas svinības.

Īza bija tik pateicīga un priecīga! Visa draugiem dotā mīlestība un rūpes, neko negaidot pretī, viņai tika atdarītas ar tik daudz siltumu un maigumu, ka tas viņai lika atcerēties par mātes doto mācību bērībā: “Patiesa laime rodas no tā, ka mēs dodam, nevis no tā, ka ņemam.”

JAUTĀJUMI

1. Kā jūs nosauktu šo stāstu?
2. Kā Īza vienmēr pret citiem izturējās?
3. Kādā veidā Īza palīdzēja citiem?
4. Kā Īza palīdzēja saviem kaimiņiem?
5. Kā Īza jutās, kad viņas māja nodega?
6. Kā citi zvēri viņai palīdzēja?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums atgādina par kādu situāciju no jūsu dzīves?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DOT, DOT, DOT

(Sāras Džounas mūzika un dziesmas vārdi)

Ja tu dod no sirds,
Tad tas ir labs sākums
Dzīvei pilnai ar prieku un laimes sajūtu.
Tu nejutīsies slikti, ja nebūsi neko
Pretī saņēmis.
Jo vairāk mēs dodam, jo vairāk mēs mācāmies.

Piedziedājums:

*Dosim, dosim, dosim, kamēr dzīvojam, dzīvojam, dzīvojam
Ar prieku mūsu sirdīs, sākot katru jaunu dienu.
Dosim, dosim, dosim, kamēr dzīvojam, dzīvojam, dzīvojam
Ar mīlestību mūsu sirdīs, sākot katru jaunu dienu.*

Dosim ikvienam
Mazam vai lielam,
Dāvana ir īpaša nūdien.
Mēs jutīsimies tik priecīgi, un bēdas secen ies,
Kad mūsu dienu apspīdēs smaids,
Mēs zināsim, ka šis ir pareizais ceļš.

Piedziedājums: Dosim, dosim, dosim...

Tu vari dot no sevis
Kaut ko tādu, kas palīdz otram.
Tā var nebūt redzama lieta,
Taču tu tik un tā dod un dari.
Tā ir dāvana kādam grūtā brīdī,
Ko viņi neaizmirsīs nekad.

*Piedziedājums: Dosim, dosim, dosim...
(atkārto piedziedājumu)*

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

DĀSNĀ ĪZA

Darbība risinās mežā.

Lomās:
Stāstītājs
Vāvere Īza
Pūce
Žurkulēns Oliver
Melnā strazda kungs
Melnā strazda kundze
Melnā strazda mazulis
Skunkss
Citi zvēri

Stāstītājs: Reiz sensenos laikos ļoti skaistā mežā dzīvoja maza, rūsgana vāvere vārdā Īza. Viņas mīlīgā, omulīgā māja atradās milzīga ozola dobumā. Īza bija ļoti strādīga. Katru rītu, kolīdz saulīte uzlēca un sāka apspīdēt koku lapas, Īza modās un gatavojās darbam. Vispirms viņa nomazgājās, tad ieturēja vieglas brokastis un pēc tam skrēja laukā vākt sēklas, augļus un riekstus ziemai.

[Ienāk Īza, nesdama groziņu, kurā lasa zīles, ko viņa savāc zem kokiem. Viņa smaida un pie sevis maīgi dunģo dziesmiņu.]

Īza: Sveicināta, sarkankrūtītes kundze [pamāj uz lielā koka zaru pusi]. Kā Jums šodien klājas? Kā klājas mazuļiem? Es ceru, ka viss ir kārtībā. Vai cik šodien jauka diena! Esi uzmanīgs, sarkankrūtīšu mazulīt! Tu vēl neesi gatavs lidot.

[Ienāk pūce, kura arī ir devusies ārā iepirkties.]

Īza: Sveiki, pūces kundze! Jūs šorīt ļoti labi izskatāties! Jāatzīst, ka šī krāsa Jums pietāv. Vai tas ir jauns mētelis?

Pūce: Cik laipni no Tavas puses, mīļo bērniņ! Tu vienmēr esi laipna pret ikvienu un izturies pret mums ar tādu sirsnību. Vai ne tā, žurkulēn Oliver?

[Nupat ir ienācis žurkulēns Oliver. Uznāk no pretējās skatuves puses.]

Olivers: Jums ir pilnīga taisnība, pūces kundze. Es nekad neaizmirsīšu, kā vienā briesmīgā dienā apmaldījos mežā. Es no bailēm nevarēju pakustēties. Es pat biju tā pārbijies, ka nevarēju pasaukt palīgā mammu vai tēti. Taču Īza mani atrada, palika ar mani kopā un nomierināja, līdz man bija pietiekami daudz drosmes, lai es atrastu ceļu mājup. Turklāt Īza mani pavadīja atpakaļ līdz alai.

Pūces kundze: Tas mani nemaz nepārsteidz, Oliver. Reiz arī man tā sanāca, ka bija jāiet meklēt barība mazuļiem, un manā prombūtnē viens no viņiem izkrita no ligzdas. Īza dzirdēja viņa raudas, atrada viņu, apčubināja un apmīloja, kamēr es atgriezos mājās.

Īza: *[smiedamās]* Nestāstiet muļķības. Es darīju to, ko manā vietā būtu darījis ikviens no jums. Tas nebija nekas īpašs.

[Īza, pūce un žurkulēns Oliver kopā noiet no skatuves.]

Stāstītājs: Pūcei un žurkulēnam Oliveram bija taisnība. Tieši tā Īza vadīja savas dienas: strādādama, palīdzēdama un sniedzot savu mīlestību ikvienam, neko negaidot pretī. Kādu

nakti mežu piemeklēja spēcīga vētra. Izskatījās, ka debesis grasās nokrist. Pērkona dārdi lika zemei drebēt, un zibens bija tik spožs, ka izgaismoja visu mežu. Tikmēr meža iemītnieki bija paslēpušies savās mājās, noskatīdamies negaisā pa mājokļu logiem.

[Aina pavērsta uz Īzu, kas lūkojas ārā pa savas mājas logu ozola stumbrā.]

Īza: Man šķiet, ka es sev varētu ieliet glāzi patīkami atsvaidzinošas kazeņu sulas [iet pie ledusskapja un ielej sulu glāzē no lielas krūkas]. Mmmmm! [šmakstina lūpas]. Tā ir labāk. Tagad es varētu izmantot šo laiku lietderīgi un uzkopt māju. Man patīk, kad viss ir tīrs un kārtīgs. Vispirms man jāsasāķiro šie rieksti, sēklas un augļi atsevišķās kaudzēs. Sākšu ar mandelēm...

Stāstītājs: Brīdī, kad viņa atlasīja mandeles nost no valriekstiem, pēkšņi viss koks izgaismojās. Atskanēja skaļš rībiens, kas viņu apdullināja, un nabaga Īza tika aizmesta uz istabas otru pusi.

Īza: *[šokā gūlēdama uz grīdas, pieliek rokas pie ausīm]* Kas tas bija? Te kļūst diezgan slapjš. Un reizē arī ļoti, ļoti karsts. Kas īsti notiek? Ak, nē! Manā kokā ir iespēris zibens, un mana māja deg!

Stāstītājs: Uz pāris sekundēm viņa aizvēra acis, it kā mēģinādama rast iekšēju spēku un pārliecību. Atverot acis, viņa zināja, kas ir jādara. Viņa piecēlās un skrēja laukā no mājas, cik ātri vien spēja.

[Tālākā darbība risinās ārpus Īzas mājas. Bēgot no ugunsgrēka, Īza dzird raudam putnu mazuli.]

Melnā strazda kungs: *[stāvēdams koka pakājē kopā ar savu kundzi]* Ak, Īza, ko lai mēs darām? Mēs paguvām izglābt vienu no mūsu mazuliem, un mēs to aiznesām drošā vietā, pie pūces. Taču mūsu jaunākais dēls joprojām atrodas ligzdā, un mēs viņu nevaram izcelt laukā ugunsgrēka dēļ. Viņš sadegs dzīvs!

Stāstītājs: Īza aptver, ka viņas kažoks ir ļoti slapjš, un, ja viņa rīkotos pietiekami ātri, viņas kažoks neapdegtu.

Īza: Neuztraucieties, es izcelšu viņu no ligzdas. Parūpējieties par savu drošību! Ejiet atpakaļ pie pūces kundzes.

Stāstītājs: Viņa skrēja uz ligzdu, cik ātri spēja, paķēra putnēnu, pieklāva to sev cieši klāt un skrēja prom no ligzdas, lejup pa koku, prom uz pūces kundzes ligzdu, kur melnā strazda kundze sagaidīja savu izmirkušo un izbiedēto mazuli.

Melnā strazda kundze: *[paņem putnēnu no Īzas, un ar asarām acīs pagriežas pret Īzu, kura stāvēja pie pūces mājvietas durvīm]* Manu dārgo vāverēn, kā lai Tev pateicamies? Tu esi tik laipna un drosmīga! Tu varēji sadegt! Tāda drosme un dāsnums no Tavas puses! Cik Tu mums esi dārga!

Īza: Viss kārtībā, melnā strazda kundze [viņas balss kļūst arvien klusāka, pa durvju aili noskatoties, kā viņas pašas mājvieta sadeg].

Skunkss: *[ienāk skunkss]* Klausieties, vecie draugi! Vai šajā lauku viesnīcā ir kāda brīva vieta? Pazaudēju savu mājvietu, un esmu pagalam izmircis. Ir nu gan vētra, vai ne? Ak, cik laipni! [viņu aicina iekšā Īza un pūce. Pie durvīm atskan vēl viens klauvējiens.] Paklau, pie durvīm vēl kāds klauvē? Ir nu gan te rosība!

[Ienāk žurku ģimene ar Oliveru un divas vāveru ģimenes.]

Žurkas kungs: Pūces kundze, vai drīkstam apmesties pie Jums? Mūsu māja vētrā ir pilnībā izpostīta. Mums nav, kur palikt.

Pūce: Protams! Protams! *[trauksmaini rosās ap viņiem]* Dodiet man savus mēteļus, citādāk nosalsiet un būsiat pagalam. Ejiet sildīties pie uguns. Īza, vai vari mums atnest siltus,

manis pašas ceptos pīrādziņus no krāsns un manis pašas gatavoto gardo zemeņu ievārījumu un podiņu ar biezo skābo krējumu? Jūtieties kā mājās, mīlie draugi.

Stāstītājs: Lietus turpināja gāzt kā ar spaiņiem, un mājas sāka sabrukt vai applūst, tāpēc meža zvēri sāka meklēt patvērumu cits pie cita. Viņi visi saspiedās kopā, mēģinādami rast siltumu un atbalstu blakus viens otram. *[PAUZE. Pakāpeniska apgaismojuma maiņa.] Pēc ģaras nakts uzausa rīts, lietus bija mitējies. Īza un pārējie zvēri iznāca laukā no pajumtes novērtēt vētras postījumus. [Īza aiziet pie vecā ozola, kas reiz bija viņas mājvieta.]*

Īza: Ak, itin nekas nav palicis pāri. Ir tikai melns, pārogļojies celms. Ozols ir nodedzis līdz saknēm. Sadeguši arī visi ziemai savāktie pārtikas krājumi. Ko es tagad iesāksu? *[apsēžas uz celma]* Kur es dzīvošu? Kā lai savācu barību ziemai – tam vairs nepietiks laika! Kā es izdzīvošu?

[Īza sāk raudāt. No aizmuģures pie Īzas pienāk pūce, uzsmaidīdama Īzai, žurku ģimene ar žurkulēnu Oliveru, melnā strazda ģimene ar bērniem, sienāžu ģimene, varžu ģimene no tuvējā dīķa, skudru armija un visi mazie meža zvēri ar ģimenēm. Viņi visi stāvēja ap vāveri un smaidīja.]

Pūce: *[ar starojošu skatienu]* Īza, neuztraucies! Tu mūs vienmēr esi atbalstījusi un mīlējusi. Tu mums palīdzēji, kad tas mums bija vajadzīgs. Tu par mums rūpējies, un mēs tagad neatstāsim tevi vienu!

Žurkas kungs: *[pieiet tuvāk pie Īzas]* Tā tas ir. Mēs tev palīdzēsim uzcelt jaunu māju. Blakus mūsu mājai ir skaists ozols. Es domāju, ka tā ir ļoti piemērota vieta tev jaunas mājvietas ierīkošana.

Žurkulēns Oliveris: Ja tu mums pateiksi, kas ir jāmeklē, mēs būsim ļoti priecīgi palīdzēt pārtikas sagādē ziemai.

[Visi zvēri aplaudē un izsauc piekrišanas ovācijas. Tālāk zvēri veic darbības, sekojot stāstījuma gaitai.]

Stāstītājs: Īza jutās tik laimīga un saņēmusi atbalstu, viņa uzreiz noslaucīja asaras un atkal smaidīja. Drīz zvēri ķērās pie darba. Daži pieaugušie zvēri palīdzēja uzcelt Īzai jaunu māju ozola iekšienē blakus Žurkas kunga mājai. Tad viņi aplīmēja un nokrāsoja sienas, izgatavoja mēbeles un pašuva jaunus aizkarus. Citi zvēri pārmeklēja savas mājas, vai tur neatrastos lieki virtuves piederumi un segas. Bērniem Īza iedeva sarakstu ar augļiem, sēklām un riekstiem, un viņi devās mežā tos meklēt. Drīz vien māja bija gatava, iekārtota ar mēbelēm un papildinātiem virtuves krājumi, pateicoties visu zvēru pūlēm. Tam par godu viņi sarīkoja lielas svinības.

Īza: *[iznāk no svinētāju vidus un uzrunā auditoriju]* Es esmu tik pateicīga un priecīga! Es nekad negaidīju tik daudz mīlestības un atbalsta no ikviena, kas šeit ieradies. Viņi visi ir tik laipni! Taču viņiem tas nebija jādara. Kad es viņiem palīdzēju, es to darīju, tāpēc ka gribēju, nevis gaidot kaut ko pretī. Es atceros, kā mamma man bērnībā mēdza teikt: “Patiesa laime rodas no tā, ka mēs dodam, nevis no tā, ka ņemam.” Vai zināt, man šķiet, ka viņai bija taisnība.

JAUTĀJUMS:

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties un izspēlējot lugu?

2. Mākslas un radošais darbs

Uzzīmējiet koku un zarus, ko izlikt klasē.

Palūdziet bērniem, lai ikreiz, kad kāds ir bijis pret viņiem laipns, lai šo brīdi atceras, piespraužot kokam klāt lapu.

Bērnus, kuri ir bijuši laipni, var uzaicināt izdekorēt koku, uzzīmējot vāveres, putnus utt.

Papildiniet koku, radīdami “augļus” ikreiz, kad klasē notiek kaut kas labs.

DRAUDZĪBA

Mērķis: Veicināt domāšanu par to, kāda ietekme uz mani un citiem ir rūpēm. Apzināties, ka draugiem vienam par otru ir jārūpējas.

Atslēgvārdi: zirnekļtīkls, jūraszāle,niecīgs, kontrabandisti, pamanīja, noslēpa, simbols.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

NOVĒRTĒ SAVUS DRAUGUS UN MĪLI VIŅUS, JO TAS IR SKAIDRS, KA DRAUGI IR DĀRGUMI, SPOŽI UN MIRDZOŠI, KO SASTOPI SAVĀ DZĪVES CEĻĀ LIETAINĀ DIENĀ. DZĪVE BEZ DRAUGIEM NAV NEKĀDA JAUTRĀ, JO KATRS NO VIŅIEM IR KĀ SAULES STARS.



DRAUGI, KURIEM TU PALĪDZI GRŪTĀ BRĪDĪ, ATDARA TAD, KAD TEV IR SKUMJI. NEM UN DOD AR MĪLESTĪBAS PIESKĀRIENU. DRAUGI PALĪDZ, VIŅI NEKAD NEPAGRŪŽ UN NEATSTUMJ. IR SKAIDRS, KA SVARĪGĀKAIS DZĪVĒ IR DRAUGI, TĀPĒC TURI TOS SEV ĻOTI TUVU.

Pārrunājiet, kādā veidā jūs varētu dzīvē praktizēt šajā citātā izteikto domu.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Ļaujiet mīlestības un draudzības jūtām jūsu sirdīs kļūt lielākām...

Jūs esat mīlestības vērti un skaisti kā ikviens jums apkārt...

Ļaujiet jūsu mīlestībai un draudzībai izplatīties un sasniegt ikvienu jūsu klasē...

Sajūti, cik ļoti jūs gribat būt labs draugs ar ikvienu klasē...

Sūti mīlestības un draudzības jūtas savai ģimenei...

... cilvēkiem, kas dzīvo jūsu ielā;

... tad pāri visai pilsētai;

... pa visu valsti;

.... pēc tam pāri visai pasaulei.

Ikvienam ir nepieciešama mīlestība un draudzība.

Jūsu mīlestība un draudzība ir svarīga ikvienam, kas atrodas jums apkārt.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

MAĢISKIE GREDZENI

Sāra Beikere

Zahids un Alī vienmēr visu darīja kopā, un, lai gan viņi bija brāļi, viņi nekad nekašķējās un nekāvās. Viņi bija vislabākie draugi. Šodien viņi izdomāja iet paskriet, un viņu plānā bija skriet līdz pašai Īsthilai. Ārā pūta neliels vējiņš un nedaudz smidzināja, kas ir ideāls laiks skrējienam, kā viņi abi domāja.

Beidzot viņi bija uzkāpuši kalnā un aizelsušies stāvēja austruma kalna virsotnē, skatienu pavērsuši uz saules apspīdēto jūru. Kā dimanti gaisā spīdēja vieglas lietūs lāsītes. Kaut kur tālumā no jūras pāri debesīm izspraucās varavīksne, kuras vibrējošās krāsas izlauzās cauri koši zilajām debesīm.

“Pamēģināsim atrast to vietu, kur varavīksne beidzas! Skaties, tas ir tur, tajā vietā, lejup pa kalnu, virs klintīm,” teica Alī.

“Tiešām! Ejam,” piekrita Zahids. Viņi skrēja lejā pa kalnu uz vietu, ko sauca par Dāmu viesistabu. “Ak, nē! Tā ir pazudusi.”

“Tas nekas. Apskatīsim šo vietu tāpat,” Alī apņēmības pilns teica. “Varavīksne bija šeit.” Tajā brīdī viņi ieraudzīja, ka saules gaismā kaut kas spīd. Starp augstajiem akmeņiem bija durvis. Viņi pa šiem akmeņiem bija kāpelējuši neskaitāmas reizes, taču durvis tur nekad nebija manījuši. Varbūt, ka tā bija slepenā eja uz pili!



“Vai iesim iekšā?” teica Zahids, lai gan jutās diezgan nobijies. “Tā varētu būt slepena ala, kurā kontrabandisti slēpa savus dārgumus, vai arī tā varētu būt mājas garu ala.”

“Dīvaini, ka mēs tās nekad iepriekš neesam redzējuši, un mēs šeit esam bijuši daudz reizes. Ej nu sazin, kas aiz tām slēpjas.”

Viņi kāpa lejā pa stāvo klinti, līdz nokļuva līdz durvīm. Tās izskatījās ļoti vecas. Viņi abi tās vispirms pagrūda, tad paraustīja, taču nevarēja izkustināt. Viņi abi vīlušies apsēdās un jau grasījās padoties un doties mājup, kad Alī blakus pamanīja kādu akmeni ar iegravētu marķējumu. Viņi abi uz maiņām to rūpīgi izpētīja. Brīnīdamies par šo atradumu, viņi to nolika smiltīs. Skatoties uz smiltīs nolikto akmeni, šķita, ka tas rāda durvju virzienā.

“Tā ir durvju kopija, taču tam apkārt ir marķējumi. Skaties, Zahid!”

Viņi nokasīja jūraszāles, kas bija ieēdušās durvīs, un pamanīja, ka uz durvīm ir tādi paši zīmējumi kā uz akmens. Katrā pusē pa trīs simboliem. Viņi atkal grūda un raustīja durvis, bet tās joprojām nevērās vaļā.

“Pamēģināsim vēlreiz. Viens, divi, trīs!” Viņi grūda durvis no visa spēka.

Tad ar lielu čikstoņu un krakšķēšanu durvis lēnām atvērās. Abi puikas bija vienlaikus nobijušies un satraukti. Atverot durvis un ļaujot gaismai iespīdēt, viņu skatienam pavērās zirnekļtīkli un netīrība. Tā vis nebija ala, bet ļoti maza istaba, kas izmēra ziņā diez vai bija lielāka par slotu kambari. Istabas vidū bija akmens, kas izskatījās pēc veca papīra gabaliņa.

“Kurš no mums ies iekšā?” Alī vaicāja. “Varbūt es? Tomēr esmu vecāks.”

“Metīsim monētu! Raksts vai ērglis?” vaicāja Zahids, kurš vienmēr visu darīja pēc taisnības principa.

“Raksts,” atbildēja Alī. Monēta uzlidoja gaisā, sagriezās un piezemējās uz raksta.

“Jāiet tev, Alī,” Zahids no visa spēka turēja durvis vaļā. Alī ieskrēja iekšā, cik ātri vien spēja, paķēra papīru un izskrēja laukā. Sirdij strauji sitoties, viņi apsēdās uz zemes, pa pusei baidīdamies lasīt, kas uz papīra rakstīts. Papīra gabals bija salocīts un aizzīmogots ar vasku. Viņi uzmanīgi to atvēra. Iekšā vēstulē bija divi dīvaini gredzeni. Uz papīra bija rakstīts:

*“Šie gredzeni ir īstiem draugiem,
Kuri vienmēr viens otram palīdz.
Kad jūties vientuļš, telefons ir lieks,
Jo atliek paskatīties uz gredzenu un jāļauj sirdij dziedāt:
“Man ir draugs, patiess draugs, brīnišķīgs draugs!”*

*Tagad dodieties mājup un atgriezieties pēc trim dienām.
Padomājiet, kā varat palīdzēt trīs dažādos veidos,
Lai pasaule labāka kļūtu. Uzrakstiet to vēstulē,
Tad paskatieties uz gredzenu un ļaujiet sirdij dziedāt:
“Man ir draugs, patiess draugs, brīnišķīgs draugs!”*

Gredzenos bija iegravētas divas savstarpēji savienotas rokas un uzraksts “Patiesi draugi uz mūžu”. Ar šo tekstu viņi apsolīja būt labi un patiesi draugi uz visiem laikiem. Kad viņi uzlika gredzenus, tie kļuva neredzami, un arī zēni tos nevarēja redzēt, taču viņi zināja, ka gredzeni ir uzlikti un ka viņu draudzība nekad neizjuks.

Zēni skrēja mājup, domādami par savu dīvaino piedzīvojumu. Kas gan varēja būt tās trīs lietas, ko viņi varētu darīt, lai palīdzētu pasaulei? Viņi domāja arī par to, cik ilgs laiks paies, līdz šīs slepenās durvis uzies vēl kāds cits. Viņi ļoti cītīgi divas dienas domāja, ko rakstīt vēstulēs.

Trešajā dienā viņi atgriezās pie durvīm, un abi kopā spieda uz simboliem, un durvis atvērās. Zahids ieskrēja iekšā un nolika vēstules uz akmens.

Promejot viņi aizvēra durvis. Viņi zināja, ka ir noticis kaut kas īpašs, ko viņi atcerēsies un glabās kā dārgumu visu dzīvi. Lēnām viņi kāpa pāri akmeņiem. Zēni atskatījās, bet no durvīm nebija ne miņas. Mana nojauta saka priekšā, ka viņi tās durvis vairs nekad neredzēs, bet esmu pārliecināts, ka viņu ieguldītās pūles padarīs pasauli par labāku vietu mums visiem.

JAUTĀJUMI

1. Ko zēni gribēja atrast, kad viņi devās skriet?
2. Ko viņi atrada augstajās klintīs?
3. Cik simboli bija iezīmēti pie durvīm?
4. Kas atrastajā papīra vēstījumā bija rakstīts par izpildāmajiem darbiem?
5. Ko jūs būtu ar mieru darīt sava labākā drauga labā?
6. Kā izpaudās Zahida un Alī draudzība vienam pret otru un kādi viņi bija kā brāļi?
7. Vai jūs ar savu brāli / māsu esat draudzīgi? Ja nē, ko varētu darīt, lai jūs būtu draudzīgāki?
8. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
9. Vai šis stāsts jums atgādina par kādu situāciju no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts “Draudzene feja” (no grāmatas “Finding Your Feet”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

MAĢISKIE GREDZENI

Darbība risinās mazas piejūras pilsētas nomalē.

Lomās: *Stāstītājs*
 Zahids
 Alī

[Ienāk Zahids un Alī.]

Stāstītājs: Zahids un Alī ir divi astoņus gadus veci zēni, kuri dzīvo mazā piejūras pilsētā Vaitrokā. Lai gan viņi ir dvīņu brāļi, viņi nekad nekašķējās un nekāvās. Patiesībā viņi ir vislabākie draugi. Šodien viņi izdomāja iet paskriet.

Zahids: Šodien ir piemērots laiks skriešanai. Aizskrienam līdz Īsthilai!

Alī: Lai notiek! *[Brāļi sāk skriet.]*

Stāstītājs: Beidzot viņi bija uzkāpuši kalnā un aizelsušies stāvēja austruma kalna virsotnē, skatienu pavērsuši uz saules apspīdēto jūru. Kā dimanti gaisā spīdēja vieglas lietusskātes, un abi brāļi gluži kā brīnumā noskatījās, kā kaut kur netālu no krasta pāri debesīm izspraucās žilbinoši skaista varavīksne, kuras vibrējošās krāsas izlauzās cauri koši zilajām debesīm.

Alī: Man ir ideja! Pamēģināsim atrast to vietu, kur varavīksne beidzas! Skaties, tas ir tur, tajā vietā, lejup pa kalnu, pie baltajām klintīm.

Zahids: Tiešām! Zini, ko esmu dzirdējis? Tā runā, ka tajā vietā, kur beidzas varavīksne, esot pods pilns ar zeltu. Tāpēc pasteidzamies. Skrienam uz to vietu! *[Abi aizskrien.]* Te ir baltās klintis, bet varavīksne ir pārvietojusies. Tagad tā jau ir tur. Skaties, tā ir jūrā! Turp mēs nevaram doties... Par dziļu.

Alī: Tas nekas. Apskatīsim šo vietu tāpat. Varavīksne bija šeit...

[Zahids un Alī sāk pētīt akmeņus, un pēkšņi viņi kaut ko pamana.]

Zahids: Kas te saules gaismā spīd? Te, starp augstajiem akmeņiem, kaut kas ir... Tās ir durvis!

Alī: Mēs pa šīm klintīm esam kāpelējuši neskaitāmas reizes, taču durvis starp tām nekad neesam manījuši. Cik dīvaini! Varbūt tās ved uz slepenu eju pili!

Zahids: *[nervozī]* Jocīgi, ka mēs to nekad iepriekš neesam redzējuši, un mēs šeit esam bijuši n-tās reizes. Kas to zin, kas tur varētu būt? Tā varētu būt slepena ala, kurā kontrabandisti vai pirāti slēpa savus dārgumus, vai arī tā varētu būt mājas garu ala! Apskatīsimies tuvāk.

Stāstītājs: Mazliet nervozī Zahids un Alī kāpa lejā pa stāvo klinti, līdz nokļuva līdz durvīm. Tās izskatījās ļoti vecas. Viņi abi tās vispirms pagrūda, tad paraustīja, taču nevarēja izkustināt. Viņi abi vilušies apsēdās un jau grasījās padoties un doties mājup, kad ...

Alī: *[paskatās uz akmeni sev blakus]* Paskaties uz šo akmeni, Zahid! Kas tie par dīvainiem gravējumiem? *[Viņi abi uz maiņām to rūpīgi izpētīja.]* Tā ir durvju kopija, taču tam apkārt ir marķējumi. Skaties, Zahid! Tas rāda durvju virzienā! *[Viņi dodas pie durvīm un nokasa jūraszāles, kas bija ieēdušās durvīs.]*

Zahids: Tev taisnība, Alī. Šie marķējumi ir tādi paši kā uz akmens. Redzi? Katrā pusē pa trīs simboliem. Pamēģināsim tās atvērt vēlreiz. *[Brāļi grūž vaļā durvis.]* Viens, divi, trīs! Grūd!

[Durvis lēnām atveras ar lielu čīkstoņu un krakšķēšanu, un abi puikas satraukti griezās pie durvju sliekšņa.]

Stāstītājs: Zahids un Alī bija vienlaikus nobijušies un satraukti. Nav jau nekāds brīnums, ka viņiem bija bail doties iekšā pa durvīm. Paskatieties, kādi baisi zirnekļtīkli un netīrumi krīt lejā no durvju pārsedzes. Laikam pagājis ilgs laiks, kopš kāds te pēdējoreiz bijis. Tā nemaz neizskatās pēc alas, vai ne? Vairāk gan pēc ļoti mazas istabas, kas izmēra ziņā diez vai bija lielāka par slotu kambari. Kas tad te, istabas vidū? Izskatās pēc akmens, uz kura virsū uzlikts vecs papīra gabals. Jā, un papīrs ir salocīts un aizzīmogots ar vasku.

Alī: Kurš no mums ies iekšā? Varbūt es? Tomēr esmu vecāks.

Zahids: Tikai pāris stundas vecāks. Metīsim monētu! Raksts vai ērglis? *[izņemdam monētu]*

Alī: Raksts. *[Zahids uzmet gaisā monētu.]*

Zahids: Raksts! Tātad jāiet tev, Alī.

[Zahids no visa spēka turēja durvis vaļā. Alī ieskrēja iekšā, cik ātri vien spēja, paķēra papīru un izskrēja laukā.]

Stāstītājs: Sirdij strauji sitoties, viņi apsēdās uz zemes, pa pusei baidīdamies lasīt, kas uz papīra rakstīts. Viņi to uzmanīgi atvēra. Iekšā vēstulē bija divi zelta gredzeni, kas izskatījās maģiski, un uz katra bija raksts ar divām savstarpēji savītām rokām un uzrakstu "Patiesi draugi uz mūžu". Taču tas nebija viss. Uz papīra ar lillā tinti bija uzrakstīts vēstījums diezgan vecmodīgā stilā. Tas skanēja šādi:

*"Šie gredzeni ir īstiem draugiem,
Kuri vienmēr viens otram palīdz.
Kad jūties vientuļš, telefons ir lieks,
Jo atliek paskatīties uz gredzenu un jāļauj sirdij dziedāt:
"Man ir draugs, patiess draugs, brīnišķīgs draugs!"*

*Taġad dodieties mājup un atgriezieties pēc trim dienām.
Padomājiet, kā varat palīdzēt trīs dažādos veidos,
Lai pasaule labāka kļūtu. Uzrakstiet to vēstulē,
Tad paskatieties uz gredzenu un ļaujiet sirdij dziedāt:
"Man ir draugs, patiess draugs, brīnišķīgs draugs!"*

Alī: Darīsim, kā vēstulē teikts. Būsim labi un patiesi draugi uz mūžu un atbalstīsim viens otru. Mums jāizdomā, kā varētu palīdzēt pasaulei. Varbūt mēs varētu vairāk palīdzēt mājas darbos?

Zahids: Tieši tā!

Stāstītājs: Kad viņi uzlika gredzenus, tie kļuva neredzami. Lai arī zēni tos nevarēja redzēt, viņi zināja, ka gredzeni ir uzlikti un ka viņu draudzība nekad neizjuks. *[Zēni pagriežas un dodas prom.]* Dodoties mājup, viņi apzinājās, ka ir noticis kaut kas īpašs, ko viņi atcerēsies un glabās kā dārgumu visu dzīvi. Trešajā dienā viņi atgriezās pie durvīm, un abi kopā spieda uz simboliem, un durvis atvērās. Zahids ieskrēja iekšā un nolika vēstules uz akmens. Promejot viņi atskatījās, bet no durvīm vairs nebija ne miņas. Mana nojauta saka priekšā, ka viņi tās durvis vairs nekad neredzēs.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties un spēlējot šajā lugā?

2. Spēle “Atrodiet savu draugu!” – spēlē pa pāriem

Partneri nostājas viens pret otru. Tam partnerim, kuram ir aizsietas acis, jāatrod savs partneris, iztaustot seju.

Vienam partnerim aizsien acis, otrs partneris nostājas rindā. Tie partneri, kuriem ir aizsietas acis, virzās pa līniju un atrod savu spēles partneri, iztaustot seju.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

(Tradicionāla dziesma)

Iegūsti jaunus draugus, bet saglabā arī vecos:
Jauni draugi – sudrabs, bet veci draugi – zelts.

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es domāšu mīlestības pilnas domas un izturēšos pret tevi draudzīgi.”

PIEŅEMŠANA

Mērķis:

Rosināt domāt par to, kas patīk un kas nepatīk.
Atpazīt, nosaukt un mācīties tik galā ar šīm sajūtām pozitīvā veidā.
Saprast to, ka sadzīves priekšmeti, tostarp pirotehnika, var būt bīstama, ja ar to nepareizi rīkojas.
Pieņemt to, ka drošības noteikumi un ieteikumi drošības nodrošināšanai ir nepieciešami.

Atslēgvārdi:

pieņemt, ugunskurs, svinēt, atcelt, sūdzības, direktors, vīlies, parāde, eksplodējošs, rūpnīca, ballēšanās, kartupeļi, brīnumsvecītes.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** luga. **Zinātne:** drošība, izmantojot ķīmiskas vielas, tostarp pirotehniku.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi no rokasgrāmatas ievada sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

MAN KLĀJAS LABI,
TEV ARĪ.



Pārrunājiet, kādā veidā jūs varētu dzīvē praktizēt šajā citātā izteikto domu.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Apsēdieties ērtā pozā un padomājiet par to:

Kāda smarža jums patīk?

Kāda smarža jums nepatīk?

Kāda garša jums patīk?

Kāda garša jums nepatīk?

Kas, jūsu prāt, ir skaists?

Kas, jūsu prāt, ir neglīts?

Kurām lietām ir patīkami pieskarties?

Kurām lietām jums nepatīk pieskarties?

Kādas skaņas dzirdēt ir patīkami?

Kādas skaņas dzirdēt nav patīkami?

Izbaudiet to, kāds jūs katrs esat, ŠEIT UN TAGAD – pieņemiet lietas, kuras jūs nevarat mainīt!

Sajūtiel apmierinātību un prieku!

Dabā itin viss ir radīts mūsu priekam, mums atliek tikai to meklēt un atrast.

Sajūtiel sevī dzīvību, prieku, pieņemiet, ka viss ir kārtībā, un sajūtiel apmierinātību!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

SVINĪBAS AR SALŪTU

Tesa Hilmena

*Kad salūtu atcēla,
Dusmas un bēdas bērnos ielija,
Jo iemesls tiem nebija skaidrs:
Sak', pieaugušo nejēdzība.*

Samīrs jau nedēļām ilgi gaidīja to dienu, kad būs svinības ar salūtu. Viņš bija dzirdējis, ka vietējā rūpnīca katru gadu rīkojot salūtu pilsētas iedzīvotājiem. Viņš un viņa draugi to plānoja apmeklēt. Pēc salūta viņi dedzinātu brīnumsvecītes un kurtu ugunsroku Samīra dārzā aiz mājas. Visi par to pēc tam vēl ilgi runātu. Samīra mamma teica, ka viņi varētu ietīt kartupeļus folijā un izcept tos ugunskurā. Viņa apsoliya pagatavot desīnas un pupiņas, ko pieēst klāt pie kartupeļiem. Samīrs nevarēja vien sagaidīt to dienu.

Divas dienas pirms gaidāmā notikuma nomira rūpnīcas direktors Bākera kungs. Visi bija šokā. Salūts tika atcelts. Cilvēkiem nešķita, ka ir pareizi rīkot svinības tik skumjā brīdī.

Samīrs direktoru nepazīna un nesaprata, kāpēc ugunsroka nakts ir jāatceļ. Nākamajā dienā skolā visi par to vien runāja. Ikviens bija ārkārtīgi vilies. Samīrs nekad vēl nebija redzējis lielo salūta parādi. Viņa draugi stāstīja par raķetēm, ko izšauj augstu debesīs, un kuras eksplodē dažādu krāsu zvaigznēs. Visi bērni jutās ļoti aizkaitināti par to, ka salūta parāde bija atcelta.

Samīra klases audzinātāja Lūisas kundze nedzīvoja pilsētā, tāpēc viņa nezināja, ka salūts nenotiks. Viņa dzirdēja bērnus sūdzamies un teica, ka saprotot, cik vilušies viņi tagad jūtas. Tad viņa jautāja, ko bērni tomēr varētu darīt šajā situācijā.

“Pateikt rūpnīcas darbiniekiem, lai rīko salūtu!” izsauca Melisa. Vairāki bērni piebalsoja.

“Kā jums šķiet, ko domātu un kā justos Bākeru ģimene un rūpnīcas darbinieki, ja salūts tomēr notiktu?” jautāja Lūisas kundze.

“Viņi varētu padomāt, ka tas ir nepieklājīgi, ka visi citi priecājas, kamēr viņi sēro,” teica Sjūzija.

“Tas tiesa,” teica Samīrs, sākdams saprast notiekošo. “Salūtu atcēla pamatota iemesla dēļ.”

Lūisas kundze tam piekrita: “Es domāju, ka mums ir jāpieņem fakts, ka salūts ir atcelts, un jādomā par citām lietām, ko mēs varētu darīt, nevis tikai žēloties.”

“Mēs varētu uzrakstīt vēstuli rūpnīcas vadībai un pastāstīt, ka mums ir žēl, ka Bākera kungs ir nomiris, un pajautāt, varbūt viņi varētu sarīkot salūtu pēc pāris nedēļām,” ierosināja Samīrs.

“Mēs visi varētu uzzīmēt kartiņu Bākera kunga ģimenei,” ierosināja Sjūzija. “Bija patīkami saņemt kartiņas, kad nomira mana vecmāmiņa un mēs visi bijām bēdīgi.”

“Mēs varētu sarīkot paši savu ugunsroku, dedzināt brīnumsvecītes un gatavot ēdienu, un noskatīties lielo salūta parādi nākamreiz,” piebilda Tims.

Bērni uzzīmēja kartiņas Bākera kunga ģimenei un uzrakstīja vēstuli rūpnīcas vadībai ar lūgumu nākamgad turpināt salūta parādes tradīciju. Viņi vairāk nežēlojās un nesūdzējās.

“Kāda jēga žēloties un būt bēdīgam, ja tu nevari ietekmēt notiekošo,” Samīrs filozofiski teica. “Mans vectēvs teica, ka vienmēr jāmeklē pozitīvais. Man šķiet, ka viņam ir taisnība.

Kad salūtu atcēla,
Dusmas un bēdas bērnos ielija,
Jo iemesls tiem nebija skaidrs:
Sak', pieaugušo nejēdzība.

Skolotājas skaidrojums
Nomāktajiem prātiem –
Ka salūta direktors ir nomiris –
Domas mainīt lika.

Kad viss nav tā, kā vēlies,
Pozitīvo meklē.
Atrodi problēmas cēloni
Un meklē, ko par labu vērst.

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu jūs dotu šim stāstam?
2. Kāpēc Samīrs jutās vilies?
3. Ko teica Lūisas kundze?
4. Ko bērni ierosināja darīt?
5. Ko Sjūzija ierosināja darīt?
6. Ko Tims ierosināja?
7. Ko beigās teica Samīrs?
8. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
9. Vai šis stāsts jums atgādina par kādu situāciju no jūsu dzīves?

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

SVINĪBAS AR SALŪTU

Darbība risinās Samīra mājās un skolā aptuveni nedēļu pirms Ugunsкура nakts.

Lomās:
Stāstītājs
Samīrs
Samīra māte
Lūisas kundze
Melisa
Sjūzija
Tims
Dzejnieks

Stāstītājs: Samīrs jau nedēļām ilgi gaidīja to dienu, kad būs svinības ar salūtu. Viņš bija dzirdējis, ka vietējā rūpnīca katru gadu rīkojot salūtu pilsētas iedzīvotājiem. Viņš un viņa draugi to plānoja apmeklēt. Pēc salūta viņi dedzinātu brīnumsvecītes un kurtu ugunsкуру Samīra dārzā aiz mājas. Visi par to vien runāja.

Samīra māte: Mēs varētu ietīt kartupeļus folijā un izcept tos ugunsкурā. Es pagatavošu desiņas un pupiņas, ko pieēst klāt pie kartupeļiem.

Samīrs: Cik aizraujoši! Nevaru vien sagaidīt to dienu.

Stāstītājs: Taču notika kaut kas briesmīgs. Divas dienas pirms gaidāmā notikuma nomira rūpnīcas direktors Bākera kungs. Visi bija šokā. Salūts tika atcelts. Cilvēkiem nešķita, ka ir

pareizi rīkot svinības tik skumjā brīdī. Taču Samīrs bija vīlies un nesaprata, kāpēc Ugunsкура nakts ir jāatceļ.

Samīrs: Es nepazīnu Bākera kungu. Es nesaprotu, kāpēc jāatceļ salūts tikai tāpēc vien, ka viņš bija rūpnīcas direktors. Tas nav godīgi!

Stāstītājs: Nākamajā dienā skolā visi par to vien runāja. Ikviens bija ārkārtīgi vīlies.

Samīrs: Es vēl nekad dzīvē neesmu redzējis lielo salūta parādi.

Melisa: Tas ir brīnumaini skaists: ar krāsainām gaismiņām, kuras debesīs uzsprāgst un veido brīnumjaukus rakstus.

Tims: Raķetes izšauj augstu debesīs, un tur tās eksplodē sudrabortās un zeltītās zvaigznēs.

Sjūzija: Es jutos ļoti aizkaitināta par to, ka salūta parāde ir atcelta.

Melisa: Mēs visi tā jūtamies.

Lūisas kundze: Es tikko uzzināju, ka salūts ir atcelts. Bērni, man ļoti žēl, ka tā ir noticis. Es saprotu, cik vīlušies jūs tagad jūtaties.

Stāstītājs: Skolotāja pacietīgi noklausījās bērnu žēlabās.

Lūisas kundze: Man ļoti žēl par notikušo, bet ko jūs tomēr varētu darīt šajā situācijā?

Melisa: Pateikt rūpnīcas darbiniekiem, lai rīko salūtu! *[pārējie piekrītoši piebalso]*

Lūisas kundze: Kā jums šķiet, ko domātu un kā justos Bākera ģimene un darbinieki, ja salūts tomēr notiktu?

Sjūzija: Viņi varētu padomāt, ka tas ir nepieklājīgi, ka visi citi priecājas, kamēr viņi sēro.

Samīrs: Tas tiesa. Tagad es sāku saprast notiekošo. Man jāatzīst, ka salūtu atcēla pamatota iemesla dēļ.

Lūisas kundze: Samīr, es tev piekrītu. Es domāju, ka mums ir jāpieņem fakts, ka salūts ir atcelts, un jādomā par citām lietām, ko mēs varētu darīt, nevis tikai žēloties.

Samīrs: Mēs varētu uzrakstīt vēstuli rūpnīcas vadībai un pastāstīt, ka mums ir žēl, ka Bākera kungs ir nomiris.

Sjūzija: Mēs visi varētu uzzīmēt kartiņu Bākera kunga ģimenei. Man bija patīkami saņemt kartiņas, kad nomira mana vecmāmiņa, un mēs visi bijām bēdīgi.

Tims: Ugunsкуру nakts ir tikai reizi gadā. Mēs varētu sarīkot paši savu Ugunsкуру nakti, dedzināt brīnumsvecītes un gatavot ēdienu, bet lielo salūta parādi noskatīties nākamgad.

Stāstītājs: Bērni uzzīmēja kartiņas Bākera kunga ģimenei un uzrakstīja vēstuli rūpnīcas vadībai ar lūgumu nākamgad turpināt salūta parādes tradīciju. Viņi vairāk nežēlojās un nesūdzējās.

Samīrs: Kāda jēga žēloties un būt bēdīgam, ja tu nevari ietekmēt notiekošo. Mans vectēvs teica, ka vienmēr jāmeklē pozitīvais. Man šķiet, ka viņam ir taisnība.

Dzejnieks: *Nolasa dzejoli, kas atrodams stāsta beigās.*

JAUTĀJUMS

Kāda bija sajūta, noklausoties, redzot vai izspēlējot lugu?

2. “Padod tālāk sainīti!”

Gatavojoties šai spēlei, pārliecinieties, vai sainītis sastāv no tik slāņiem, cik klasē ir bērnu. Tā, lai katram bērnam sanākt veikt vienu gājienu.

Katra sainīša slāņa starpā jāievieto aktivitātes apraksts, kas bērnam ir jāveic klases priekšā.

Apsēdieties ar bērniem aplī.

Kamēr sainītis ceļo pa apli, no viena bērna pie otra bērna, atskaņojiet fona mūziku.

Kad mūzika beidz skanēt, bērns, kuram rokā ir sainītis, izsaiņo pirmo paciņas slāni un atrod aprakstu ar veicamo darbību.

Kad bērns savu uzdevumu ir veicis, viņš/viņa apsēžas malā un skatās, kā pārējie veic uzdevumus.

Vienīgā balva varētu būt kaut kas vienkāršs un veselīgs, novietots apļa vidū, piemēram, kāds ābols. Ja “balva” ir pietiekami liela, tad pēdējam spēlētājam var ierosināt dalīt balvu ar pārējiem.

3. Mākslas un radošais darbs

Izgatavojiet kādam kartiņu, lai uzmundrinātu.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

LAI NOTIEK TĀ!

(Kerolas Eldermenas dziesmas vārdi)

Lai notiek tā!

Lai notiek tā!

Lai lietas ir tādas, kādas tās ir.

Ja mēs tās mainīt nevaram,

Mēs tās pieņemsim

Un būsīm laimīgi tādi, kādi esam.

Dzied pie “Clementine” melodijas.

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es domāšu mīlestības pilnas domas un izturēšos pret tevi draudzīgi.”

EMPĀTIJA / LAIPNĪBA

Mērķis: Veicināt izpratni par to, kā mūs katru un citus ietekmē tas, ja mēs iejūtamies otra cilvēka ādā.
 Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.
 Ieklausīties citos cilvēkos, rotaļāties un strādāt sadarbojoties vienam ar otru.
 Apjaust, ka cilvēkiem un citām dzīvām radībām ir vajadzības un ka mums katram ir savi pienākumi, lai tās varētu apmierināt.
 Apzināties, ka pastāv dažādi ķircināšanas un apcelšanas veidi, kā arī to, ka apcelt citus nav pareizi. Iemācīties, kā palīdzēt mainīt situāciju, neķeroties pie citu apcelšanas

Atslēgvārdi: krēsla, vainīgs, siena kaudze, piegarša, paniska bēgšana, paciest, svilpšana.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Matemātika:** 2. uzdevums.

Ģeogrāfija: Kur atrodas Velsa? (stāsts) **Lasītprasme:** 1. uzdevums; luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi no rokasgrāmatas ievada sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**SĀC DIENU AR MĪLESTĪBU!
 PIEPILDI DIENU AR MĪLESTĪBU!
 BEIDZ DIENU MĪLESTĪBĀ!
 LŪK, TĀ IR JĀDZĪVO!**



Pārrunājiet, kādā veidā jūs varētu dzīvē praktizēt šajā citātā izteikto domu.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Ļaujiet, lai jūsu sirdīs mīlestības sajūta kļūst arvien lielāka un lielāka.

Lai mīlestība izplatās jūsu ķermenī un spīd ārpus ķermeņa!

Padomājiet par kādu cilvēku, kurš ir vientuļš, kuram kaut kas sāp vai kurš ir slims, un sūtiet šim cilvēkam mīlestību!

Sūtiet mīlestību visiem augiem / dzīvniekiem / putniem!

Sūtiet mīlestību visām dzīvajām radībām!

Sūtiet mīlestību bērniem visā pasaulē! Sūtiet mīlestību visiem cilvēkiem!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

PŪKIS UN VELŠAS KŪCIŅAS

Reiz sensenos laikos kādā alā Velsā dzīvoja pūķis vārdā Gervins. Daudzus gadus viņš dzīvoja laimīgs viens pats savā nodabā un guva prieku no tā vien, ka var ātri lidot augstu debesīs, pāri un zem mākoņiem, izbaudot vēja plūsmu, kas svilpa viņam gar spārniem, un saules vai lietus pieskārienus viņa mugurai.

Viņš bija labsirdīgs pūķis, taču pēdējā laikā viņš sāka justies vientuļš un nemierīgs. Tā nu vienu dienu viņš lidoja zemu pāri ciematam aptuveni desmit jūdžu attālumā no savas alas. Viņš vēroja, kā ciema iedzīvotāji muka projām un dzīvnieki paniski bēga prom pāri laukiem. “Tas nu gan ir jautri!” viņš pie sevis nodomāja, tvarstīdams bērnus, kuri uz kalnu riteņiem mina prom, cik ātri vien spēja. Ar savu ugunīgo elpu viņš pat pielaida uguni siena kaudzei un laukiem, krēslā lidodams atpakaļ uz alu.

Pēc pāris dienām viņš atgriezās ciematā, un sev par lielu prieku viņš atrada pāris Velsas kūciņas, dzesējamies ārpusē pie mājas. To smarža bija tik patīkama, liekot mutē sariesties siekalām, un tās zibenīgi tika notiesātas. Kopš tās dienas neviena Velsas kūciņa vairs nebija drošībā, ja Gervins to bija saodis. Viņš tās varēja sajūst jūdzēm tālu. Tā kā Gervins turpināja apmeklēt ciematu, vistas pārstāja dēt olas, govīs vairāk neražoja pienu un pūķa ugunīgās elpas nosvīlinātie labības lauki sāka izzīdēt. Tas Gervinu nedarīja laimīgu. Gluži pretēji, viņš sāka justies vainīgs, jo savā sirdī viņš zināja, ka izklaides, kas viņu uzjautrināja, tik daudzas radības darīja nelaimīgas.

Ciematā kopā ar tanti un onkuli dzīvoja puisēns vārdā Dafids. Līdz šim dzīve ciematā bija bijusi mierīga, un Dafids jutās droši, dodoties mežā kopā ar savu suni Skampu. Viendien dziļāk mežā viņš pēkšņi izdzirdēja divainu, vaimanājošu skaņu. Dafids un Skamps sekoja skaņai un lēnām pielavījās lielam ozolam, aiz kura slepus varēja palūrēt. Tur, klajumā, bija pūķis Gervins. Zem viņa milzīgajām, naglotajām kājām bija liels ūdens baseins. No viņa acīm tecēja lielas, apaļas asaras. Viņam sāpēja sirds, jo viņš nožēloja savu rīcību. “Neviens mani nemīl un nevienam es nerūpu,” Gervins pie sevis murmināja, vēl vienai asarai ar plunkšķi iekritot pelnē.

Dafids ieskatījās Gervina acīs un redzēja, cik neizsakāmi vientuļš viņš jutās. Viņš saprata, kā ir būt vientuļam, jo viņš bija ģimenē vienīgais bērns un jau bērnībā bija zaudējis savus vecākus. Viņš sirdī zināja, ka pūķis nožēloja savu rīcību. Taču Dafidam nepietika drosmes pieiet pūķim klāt un pastāstīt, ko viņš zināja, tāpēc viņš un Skamps vienkārši klusītiņām aizlavījās prom.

Tovakar ciemata iedzīvotāji rīkoja sapulci tautas namā. Sievietes uzstāja, ka šo situāciju nevar atstāt bez ievēribas. Kāda jēga cept ģimenei gardumus, ja pūķis visu nolaupa? Kā lai viņas pabaro savas ģimenes? Zemnieki sūdzējās par labības ražas sarukumu un nobiedētajiem lopiem. Visam ir savs mērs. Visi bija vienisprātis, ka šādu uzvedību viņi vairs nevar paciest, tāpēc viņi nolēma izlikt slazdu.

Nākamajā nedēļā viss ciems mežā sarīkoja pikniku. Ap kokiem viņi izlika lielus tīklus, cieši pievilkdami virves. Visu dienu no Gervina nebija ne miņas. Ciema iedzīvotāji devās mājup, klajuma vidū atstādami pāris velsiešu kūciņas.

Tonakt Dafids nespēja iemigt. Viņš uztraucās par Gervinu. Viņš zināja, ka Gervins nav sliktais pūķis, tikai nedaudz nebēdnīgs gan. Viņš mētājās gultā no viena sāna uz otru. Īsi pirms rītausmas viņš pamodās un viņam uzreiz bija skaidrs, ka viņam Gervins tūlīt pat ir jāatbrīvo no slazda. Viņš iegāja virtuvē, atrada lielas šķēres un izlavījās no mājas ar Skampu, kurš mina viņam uz papēžiem. Viņš skrēja uz klajumu un atrada Gervinu, sapinušos tīklā. Tas bija apvijies visapkārt viņa ķermenim, tāpēc Gervins nevarēja izbēgt. Gervina seja bija vienās asarās. Viņš pamanīja Dafidu, un viņu abu acu skatieni satikās. Dafida acis iepletās arvien lielākas un lielākas, bet viņa sirds sitās skaļāk un skaļāk. Pūķis ievēroja, ka zēna rokās ir šķēres, un tas viņu nobiedēja. Viņš izmisīgi mēģināja atbrīvoties no tīkla, taču tas viņu cieši turēja un nelaida vaļā.

Dafids spēra soli tuvāk pūķim un teica: “Es tev nedarišu pāri. Es atnācu, lai tevi atbrīvotu, taču tev vispirms man jāapsola, ka tu nekad vairs nebaidīsi ciema iedzīvotājus un zvērus, nededzināsi laukus un nezagsi velsiešu kūciņas.”

Gervins norija siekalas un teica: “Labi, es apsolu. Tikai, ja tu man apsolī, ka nāksi mani apraudzīt reizi nedēļā un ņemsi līdzi arī savus draugus. Es jūtos tik vientuļš un nelaimīgs.”

Viņi viens otram deva solījumu, un Dafids sāka pārgriezt tīklu. Tas bija ilgs darbiņš. Skamps palīdzēja, košļājot vienu no tīkla stūriem, bet viņš negribēja piekļūt pūķim pārāk tuvu, jo viņš bija diezgan liels. Beidzot caurums bija pietiekami liels, lai Gervins varētu sevi atbrīvot. Viņš vēlreiz paskatījās uz Dafidu.

“Vai tu neaizmirsīsi savu solījumu?” viņš vaicāja. “Paldies, ka palīdzēji un biji mans draugs.”

“Nē,” teica Dafids, “bet tu parliecinies, ka turi savu solījumu.”

Gervins pamāja ar galvu, izplezdam savus lielos spārnus, maigi paceldamies gaisā un lidodams projām uz savu alu.

Kad ciema iedzīvotāji padzirdēja par Gervina solījumu uzvesties labi, viņi tam piedeva un pat piekrita ļaut viņam lidot uz ciematu un spēlēties. Arī Dafids turēja savu solījumu un katru nedēļu kopā ar saviem draugiem satikās ar Gervinu. Viņi ir kļuvuši par labiem draugiem. Gervins vairs nav vientuļš un nerātns. Ciemā ir atgriezies agrākais miers un prieks, un ciema iedzīvotāji Gervinam katru nedēļu nes īpašu dāvanu. Uzmieniet, ko? Protams, Velsas kūciņas!

JAUTĀJUMI

1. Kā Gervins jutās, kad viņš uzvedās labi?
2. Kad Gervina uzvedība mainījās?
3. Kas ir Gervina mīļākais ēdiens?
4. Kā jums šķiet, kāpēc vistas pārstāja dēt olas un govīm vairs nebija piena?
5. Ko ciema iedzīvotāji nolēma darīt?
6. Kā jutās Dafids, kad pūķim tika uzstādīts slazds?
7. Kā jutās Gervins, ieraudzīdams Dafidu ar šķērēm?
8. Kas beigās notika?
9. Kādas bija sajūtas, klausoties šo stāstu?
10. Vai šis stāsts jums atgādina kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Izpazīdīgā roka” (no grāmatas *“Finding Your Feet”*)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

PŪKIS UN VELŠAS KŪCIŅAS

Darbība risinās Velsā.

Lomās: Stāstītājs
 Gervins
 Dafids
 Skamps
 Mērs
 Ciema iedzīvotāji

Stāstītājs: Reiz sensenos laikos Velsas kalnos alā dzīvoja uguni spļaujošs pūķis vārdā Gervins. Daudzus gadus viņš dzīvoja laimīgs viens pats savā nodabā un guva prieku no tā vien, ka var ātri lidot augstu debesīs, pāri un zem mākoņiem, izbaudot vēja plūsmu, kas svilpa viņam gar spārniem, un saules vai lietus pieskārienus viņa mugurai. Viņš bija labsirdīgs pūķis, taču pēdējā laikā viņš sāka justies vientuļš un nemierīgs, un tas ietekmēja ikvienu, kas dzīvoja tuvējā apkaimē.

[Darbība risinās ciema tirgus laukumā. Ienāk ciema iedzīvotāji, savā starpā tērzēdami un drūzmēdamies pie stendiem. Valda draudzīgs un mierīgs noskaņojums. Pēkšņi visiem oms mainās, jo parādās Gervins, mezdamiens lejup uz iedzīvotājiem, cauri nāsīm šaudams uguns liesmas un izdvesdams biedējošus trokšņus. Visi bēg, kur nu kurais, bailēs kliegdami un pa ceļam apgāzdami tirgus stendus.]

Gervins: Oho! Tas nu gan ir jautri! Paskat, kā es viņus biedēju! Es jūtos tik varens! Man šķiet, ka man vajadzētu pielaist uguni zemnieka siena kaudzei, kad lidošu atpakaļ uz alu. Viens pūtiens cauri nāsīm un kas par liesmām! He, he, he! [noiedams no skatuves]

Stāstītājs: Pēc pāris dienām viņš atgriezās ciematā, un sev par lielu prieku viņš atrada jaunu izklaidi: sirošanu pa vietēju saimnieču ceptajām Velsas kūciņām, kas pie durvīm bija izliktas ārā dzesēties.

Gervins: *[ar kūciņām piebāztu muti]* Mmmm, cik gardas! Ļam, ņam! *[apmierinātībā berzēdams vēderu]* Tās ir ņammīgas! Nez, kā tās sauc? Varbūt tās ir slavenās tradicionālās Velsas kūciņas, par ko sajūsminājās mans tēvs? Acīmredzami, ka Velsas saimnieces tās cep jau vairākus gadsimtus. Tētis mēdza teikt, ka tās ir tik gardas, ka mutē sariešas siekalas, un tādas tās patiešām ir!

[aizslīd projām, joprojām mutē bāzdams Velsas kūciņas]

Stāstītājs: Kopš tās dienas neviena Velsas kūciņa vairs nebija drošībā, ja Gervins to bija saodis. Viņš tās varēja sajost jūdzēm tālu. Tā kā Gervins turpināja apmeklēt ciematu un nodarīt postījumus zemnieku laukiem un labībai, nodedzinot to ar savu ugunīgo elpu.

Nebija ilgi jāgaida, līdz visa labība sāka iznīkt, vistas pārstāja dēt olas un govīs vairāk neražoja pienu. Turklāt pirmoreiz visā ciema vēsturē Velsas mājsaimnieces pārstāja cept savas tradicionālās kūkas. Tas nu gan Gervinu nedarīja laimīgu. Gluži pretēji, viņš sāka justies vainīgs, jo savā sirdī viņš zināja, ka izklaides, kas viņu uzjautrināja, tik daudzas radības darīja nelaimīgas.

[Darbības vieta mainās un tagad risinās mežā. Ienāk Dafids un suns Skamps.]

Stāstītājs: Šis ir bārenis Dafids un viņa suns Skamps. Es jums atklāšu noslēpumu, bet to nevienam nedrīkst stāstīt. Skampam ir īpašas spējas. Viņš var sarunāties ar Dafidu. Taču tikai Dafids viņu var dzirdēt. Viņu runājam nav dzirdējusi ne Dafida tante, ne onkulis, pie kuriem viņi ir apmetušies uz dzīvi ciematā. Viņi droši vien jums neticētu, ja jūs pastāstītu, ka Skamps prot runāt!

[Dzirdamas vaimanas un šņuksti.]

Dafids: Skamp, klusu! Vai dzirdi? Izklausās, ka kāds raud, bet tas itin nemaz neizklausās pēc cilvēka. Kas tas varētu būt? Kā tev šķiet, no kuras puses nāk troksnis?

Skamps: *[ostīdams gaisu visapkārt]* Es domāju, ka troksnis nāk no tās vietas aiz lielā ozola.

[Skamps uzoda smaržu, un viņi abi devās pa pēdām uz lielā ozola pusi. Tad viņi aiz tā lūrēja un ieraudzīja Gervinu stāvam lielā ūdens baseinā.]

Gervins: *[pa vidu šņukstiem]* Nevienam mani nemīl! Nevienam es nerūpu! Esmu pavisam viens šajā pasaulē. Kāpēc man nav tādu jauku draugu kā ir cilvēkiem?

Dafids: *[ieskatīdamies Gervina acīs]* Ak, cik skumji! Viņš izskatās neizsakāmi vientuļš. Es zinu, kā tas ir, Skamp, jo es jau agrā bērnībā zaudēju savus vecākus. Tā kā es biju vienīgais bērns un man nebija ne māsu, ne brāļu, man nebija neviena, ar ko pavadīt kopā laiku. Līdz manā dzīvē ienāci tu, Skamp, es arī biju ļoti vientuļš. Tā ir pasaulē vissliktākā sajūta.

[Gervins turpina raudāt. Viņš neredz Dafidu un Skampu, kuri ir joprojām daļēji paslēpušies aiz ozola.]

Dafids: *[skumji]* Nāc, Skamp. Iesim projām. *[Slāj projām.]* Es zinu, kā Gervins jūtas. Es zinu, ka sirdī pūķis nožēlo, ka ir nobaidījis ciema iedzīvotājus un zadzis Velsas kūciņas. Bet es nezinu, ko iesākt.

Skamps: Viņam tikai vajag sajust mīlestību, rūpes no citiem un tad viņš varēs pateikt, ka nožēlo savu rīcību. Varbūt tu vari pamēģināt un mierināt viņu?

Dafids: Bet viņš ir milzīgi liels pūķis, un es esmu tikai mazs zēns. Esmu pārāk nobijies, lai vispār uzsāktu ar viņu sarunu, kur nu vēl izrādītu rūpes par viņu. Man nepietiek drosmes.

[Dafids un Skamps, skumju mākti, lavās prom.]

[Darbības vieta mainās uz ciema tautas namu. Ienāk ciema iedzīvotāji, kuri sāk kārtot krēslus publiskajai apspriedei. Tad ierodas ciema mērs un saka uzrunu.]

Mērs: Labvakar visiem! Esmu lūdzis jūs visus šovakar sapulcēties, jo ir izveidojusies nopietna situācija, kas apdraud mūsu ciemu un mūsu ierasto mierīgo pastāvēšanu. Tas viss ir saistīts ar pūķa Gervina sliktajiem darbiem. Gervins līdz šim ir bijis labs pūķis. Līdz šim viņš dzīvoja mums līdzās mierīgi un laimīgi, kā to bija darījuši viņa senči gadsimtiem ilgi. Tagad tas ir mainījies. Mūsu vistas ir pārstājušas dēt olas. Mūsu lauki ir bez labības un nodedzināti. Mūsu govīs ir pārstājušas ražot pienu. Tas viss Gervina dēļ.

Pirmais ciemata iedzīvotājs: *[pieceldamies kājās]* Viņš pielaida uguni manai siena kaudzei!

Otrais ciemata iedzīvotājs: *[pieceldamies kājās]* Viņš nobiedēja manas govīs!

Trešais ciemata iedzīvotājs: *[pieceldamies kājās]* Viņš nozaga manas Velsas kūciņas! Kāda jēga tās cept, ja beigās viņš tās visas nozog? Nekādas jēgas!

Pirmais ciemata iedzīvotājs: Ko lai mēs turpmāk dodam ēst saviem bērniem?

Otrais ciemata iedzīvotājs: Nav ne olu, ne miltu vai kviešu, lai kaut ko pagatavotu. Mēs visi nomirsim badā. Ak, dievs, ko mēs iesāksim?

Trešais ciemata iedzīvotājs: Nav citas izvēles, kā vien Gervinu izraidīt!

Visi ciema iedzīvotāji: Tā tas ir! Gervinam ir jādodas prom! Viņam jāpazūd! Nost ar Gervinu! Nost ar Gervinu!

[Ciema iedzīvotāji pulcējas barā un savā starpā murmina par plānu, kā notvert Gervinu slazdā. Tad viņi visi aizsoļo.]

Stāstītājs: Nākamajā dienā viss ciems devās uz mežu un izlikās, ka viņiem ir pikniks.

[Aina mainās uz nākamo dienu mežā. Ienāk ciema iedzīvotāji, nesdami piknika grozus un milzīgu tīklu. Viņi apsēžas un izliekas, ka ietur pikniku. Pēc tam viņu darbība seko paralēli stāstījumam.]

Stāstītājs: Ciema iedzīvotāji bija atnesuši dažas vēl palikušās Velsas kūciņas, taču, pirms viņi devās prom, kūciņas tika saliktas rindā uz zemes, bet apkārtesošajai teritorijai apjoza lielu tīklu. Tad viņi devās mājup pārnakšņot. *[Ciema iedzīvotāji dodas projām.]*

[Darbības norise Dafida guļamistabā. Dafids ir guļtā, mētādamies no vienas puses uz otru.]

Dafids: Ak, kaut es varētu aizmigt! Kas ar mani notiek?

Skamps: *[no savas guļvietas gultas kājgali]* Tas vainas apziņas dēļ. Tu droši vien tagad domā, kaut būtu Gervinam palīdzējis. Tev patiešām vajadzēja to darīt. Tagad ciema iedzīvotāji sagūstīs viņu un, dievs vien zina, kas pēc tam ar to nabadziņu notiks.

Dafids: Bet es esmu tikai mazs zēns. Viņš mani varēja apēst dzīvu!

Skamps: Izbeidz, neesi ņuņņa! Tu esi drosmīgāks, nekā izliecies! Es to zinu! Jebkurā gadījumā, ja tu nepalīdzēsi, nabaga Gervinam būs lemts bēdīgs liktenis.

Dafids: Ak, jā! Es zinu, ka tev taisnība. Laikam nav citu variantu. Aiziet, Skamp! Laiks doties, vai arī būs par vēlu.

[Dafids izlec no gultas un iet uz virtuvi pēc šķērēm, pirms dodas uz mežu kopā ar Skampu.]

Dafids: *[ieiedams mežā]* Jau rīts! Es ceru, ka neesmu visu nokavējis!

Stāstītājs: Viņš bija nokavējis. Dafids ieskrēja klajumā, un viņam pamira sirds. Gervins izskatījās tik bēdīgā stāvoklī! Viņš bija notverts tīklā, ko bija izlikuši ciema iedzīvotāji. Tas bija apvijies ap viņa ķermeni, tāpēc Gervins nevarēja izbēgt. Gervina seja bija vienās asarās, un viņa acis bija sarkanākas un piepampušākas nekā parasti. Viņš pamanīja Dafidu, un viņu abu acu skatieni satikās.

Dafids: *[trīcošā balsī, drebošām kājām]* Apžēliņ, Skamp! Tas brīdis ir klāt. Es nedomāju, ka man pietiks drosmes tikt ar to galā.

Skamps: Saņemies, Dafid! Tev jāpalīdz Dafidam. Tu esi viņa vienīgā cerība.

Gervins: *[Ievēro, ka zēna rokās ir šķēres, un nobīstas. Viņš izmisīgi mēģina atbrīvoties no tīkla, taču sapinās vēl vairāk.]* Ej prom no manis, tu, briesmīgais zēn! Ej prom un atstāj mani vienu!

Dafids: *[acīmredzami mēģinādamas saņemties un ievilkdamas dziļu elpu]* Mierīgi, mierīgi. Nomierinies, Gervin! Es tev nedarišu pāri. Es atnācu, lai tev palīdzētu.

Gervins: *[agresīvi]* Kā tu to domā – palīdzēt man? Es tev neticu [sevi žēlojošā balsī]. Es esmu bijis ļoti slikts pūķis, un es zinu, ka jūs visi gribat redzēt mani ejam.

Dafids: Gervin, esmu atnācis tevi atbrīvot. Taču tev vispirms man jāapsola, ka tu nekad vairs nebaidīsi ciema iedzīvotājus un zvērus, nededzināsi laukus un pavisam noteikti nezagsi Velsas kūciņas.

Gervins: [rīdams siekalas] Labi, es apsolu. Tikai, ja tu man arī kaut ko apsolīsi. Vai apsoli, ka nāksi mani apraudzīt reizi nedēļā un ņemsi līdzi arī savus draugus? Es jūtos tik vientuļš un nelaimīgs. Tāpēc esmu uzvedies kā slikts pūķis.

Dafids: Protams, apsolu, vai ne, Skamp?

[Skamps enerģiski māja ar galvu un luncināja asti.]

[Gervina, Skampa un Dafida darbība tagad norit paralēli stāstījumam.]

Stāstītājs: Dafids sāka pārgriezt tīklu ar šķērēm. Pat Skamps palīdzēja, košļājot vienu no tīkla stūriem, tiesa, tālāko no stūriem, jo pūķis ir diezgan liels un viņš negribēja piekļūt tam pārāk tuvu. Gervins pakāpeniski izlocījās laukā no tīkla, iztaisnojās un cieši ieskatījās Dafidam acīs.

Gervins: Liels paldies, ka palīdzēji un bijī mans draugs, Dafid. Vai tu neaizmirsīsi savu solījumu?

Dafids: Nē, bet tu pārliecinies, ka turi savu solījumu.

Stāstītājs: Gervins pamāja ar galvu, izplezdams savus lielos spārnus, maigi paceldamies gaisā un lidodams projām uz savu alu. Kad ciema iedzīvotāji padzirdēja par Gervina solījumu uzvesties labi, viņi bija ļoti priecīgi un tam piedeva, un pat piekrita atļaut viņam lidot uz ciematu un spēlēties. Arī Dafids turēja savu solījumu un katru nedēļu kopā ar saviem draugiem satikās ar Gervinu. Viņi ir kļuvuši par labiem draugiem. Gervins vairs nav vientuļš un nedara blēņas. Ciemā ir atgriezies agrākais miers un prieks, un ciema iedzīvotāji Gervinam katru nedēļu nes īpašu dāvanu. Uzmieniet, ko? Protams, Velsas kūciņas!

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, redzot, dzirdot vai izspēlējot šo logu?

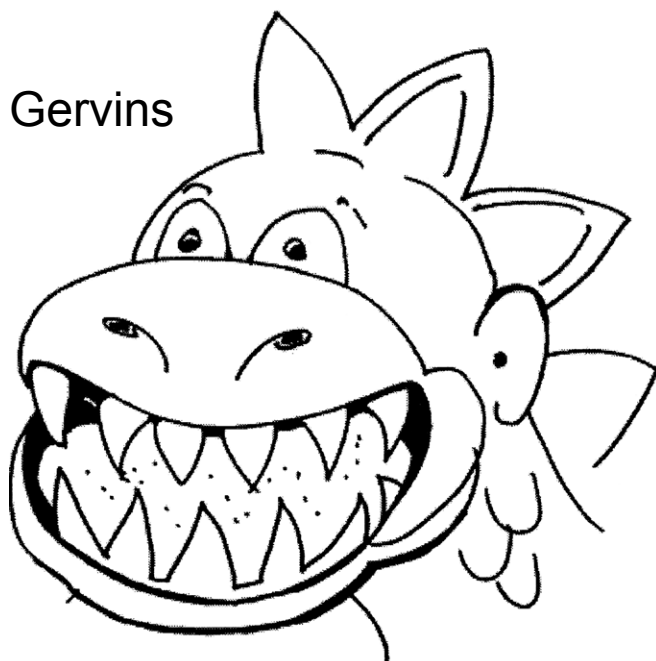
2. "Pasauciet zobu feju!"

Skaitļi līdz 20.

Šie neapdomīgie pūķa draugi apēda tik daudz saldās kūciņas, ka viņiem izkrita pāris zobi. Pūķim ir jābūt 20 zobiem.

Izskaitiet, cik zobu ir katram pūķim un cik zobu trūkst.

Kuram ir vairāk zobu – Gervinam vai Olvinam?



3. Pūķa saruna

Lai pūķa saruna izdotos, jums vajag:

. ' (vienpēdiņas)

“ (divpēdiņas tiešās runas sākumā)

. (punkts)

.” (punkts, divpēdiņas tiešās runas beigās)

Pūķis ir tik apmierināts, ka viņam ir sarunu biedrs Dafids. Tagad viņš vairs nejūtas vientuļš.

Brīvajās vietās ievietojiet interesantus vārdus, lai Dafīdam un pūķim veidotos saruna!

Pūķis teica: “.....”

“.....,” atbildēja Dafids.

Pūķis kiedza: “.....”

“.....,” teica Dafids.

Pūķis skrēja projām, teikdams: “.....”

“.....,” kiedza Dafids.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

LAIPNĪBA IR DĀRGUMS

Laipnība ir dārgums, ko var atrast savā sirdī.
Kā dārgakmenis – skaists un patiess.
Esi atsaucīgs un maigs pret visiem tavā ceļā,
Un notiks brīnums – ne tikai viņiem, bet arī tev.
Piedz.: Laipnība ir dārgums, patiesa laipnība.
Laipnība ir dārgums, ko dalu ar tevi.

Laipnība palīdzēs salauztai sirdij.
Laipnība noslaucīs asaras.
Smaidoša seja un atplestas rokas var remdēt sāpes,
Un mīloša roka var mazināt bailes.

*Piedz.: Laipnība ir dārgums, patiesa laipnība.
Laipnība ir dārgums, ko dalu ar tevi.*

Laipnībā var dalīties ar cilvēkiem, ko mīlam,
Un mīlestība tad kļūst lielāka ar katru dienu.
Neļaujiet šai dāvanai būt retumam vien pret dažiem.
Nē, lai neviena dvēsele netiek atraidīta.

*Piedz.: Laipnība ir dārgums, patiesa laipnība.
Laipnība ir dārgums, ko dalu ar tevi.*

Laipna un mīloša sirds runā caur palīdzīgu roku,
Dzirdošu ausi, kas dzird palīgā saucienus.
Viss, kas jādara, ir jāizlemj būt blakus,
Kas nav grūti nūdien.

*Piedz.: Laipnība ir dārgums, patiesa laipnība.
Laipnība ir dārgums, ko dalu ar tevi.
(atkārtot)*

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es domāšu mīlestības pilnas domas un izturēšos pret tevi draudzīgi.”

DALĪŠANĀS / RŪPES

Mērķis:

Apzināties, kā mūsu uzvedība ietekmē citus un mūs pašus.
Iemācīties rotaļāties, sadarbojoties vienam ar otru.
Rūpēties vienam par otru.

Atslēgvārdi:

būvēšana, aizņemts, celt, pazudis, milzīgs, apņemšanās, kāpa, atstāt
iespaidu, aizsarggrāvis, smilšu pils, tornītis.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība”
(PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

MAN PATĪK AR TEVI DALĪTIES,
JO TU MAN ESI SVARĪGS.



Pārrunājiet, kādā veidā jūs varētu dzīvē praktizēt šajā citātā izteikto domu.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Klausoties mūziku, ļaujiet mīlestības jūtām un rūpēm par citiem kļūt lielākām jūsu sirdī.

Sajūti, cik labi ir dalīties ar šo mīlestību

ar citiem

ar ģimeni

ar draugiem

ar augiem, puķēm un kokiem

ar visiem dzīvniekiem.

Iztēlojieties, ka jūs ieskauj skaista rozā mīlestības gaismā.

Cik laimīgi jūs jūtaties!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

SMILŠU PILS

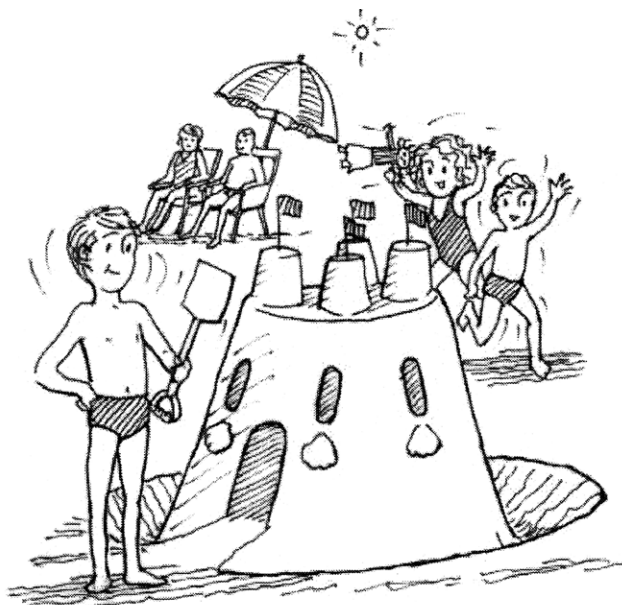
Man patīk ar tevi dalīties ar visām manām mantām, jā, ar visām.
Kad es ar tevi dalos, mums vienmēr kopā ir tik jautri!

Kalans un viņa māsa Džeida bija ļoti patīkami satraukti, jo šodien viņi dosies uz pludmali. Ar viņiem kopā brauks arī viņu draugs Džeiks. Kalans mašīnā jau bija iepakojis savu grozu un lāpstīņu. Viņš bija izdomājis pludmalē būvēt lielu smilšu pili ar lieliem torņiem un patiešām dziļu aizsarggrāvi. Džeida bija izlēmusi uz pludmali līdzī nēmt savu lelli princesi Zoju un iemācīt viņai peldēt. Džeikam līdzī bija viņa spīdīgais, zaļais auto, ar kuru viņš varētu braukāties augšup un lejup pa smilšu kāpu.

Viņi devās uz pludmali kopā ar Kalana mammu un tēti. Kad viņi to sasniedza, viņus bija pārņēmis satraukums, spīdēja saule, kaijas lidinājās virs skaistās, zilās jūras. Pludmalē bija daudz cilvēku. Smiltis bija patīkamas un siltas. Džeida uzreiz devās jūrā kopā ar mammu un princesi Zoju. Puikas spēlējās smiltīs kopā ar Kalana tēti. Kalans nevarēja vien sagaidīt, kad sāks celt smilšu pili, tāpēc viņš sāka piepildīt savu spēļu spainīti ar smiltīm un būvēt vismilzīgāko pili.

Kalans ar lielu apņēmību čakli darbojās ap pils būvniecību. Uz visiem cilvēkiem pludmalē, kas to redzēja, tas atstāja lielu iespaidu, un Kalans turpināja būvēt lielāko smilšu pili, kāda vien ir redzēta.

Drīz tā bija pabeigta. Tā bija Kalana augumā, ar daudziem tornīšiem, un tai apkārt bija patiešām dziļš aizsarggrāvis. Kalans par savu veikumu bija ļoti lepns. Viņš to bija paveicis pats saviem spēkiem. Taču dažreiz Kalans bija ļoti savtīgs un viņam nepatika ar citiem dalīties ar mantām vai spēlēm. Viņš grasījās spēlēties ar smilšu pili viens pats. Kad Džeida un Džeiks ieraudzīja smilšu pili, viņi skrēja pie Kalana.



“Vai es drīkstu braukt apkārt smilšu pilij ar savu mašīnīti?” ļoti aizrautīgi vaicāja Džeiks.

“Nē,” skanēja Kalana atbilde, “jo tā ir mana smilšu pils, un neviens nedrīkst tās tuvumā spēlēties!”

“Vai princese Zoja drīkst dzīvot tavā pilī?” jautāja Džeida.

“Nē,” atteica Kalans, “es ar nevienu nedalīšos savās rotaļās. Ej projām!”

Džeiks un Džeida bija ļoti bēdīgi un neatlaidīgi turpināja vaicāt Kalanam, vai viņi drīkst spēlēties ar viņu. Taču Kalans viņus turpināja dzīt projām. Viņš skrēja viņiem pakaļ un kiedza, lai viņi spēlē paši savas spēles.

Kamēr Kalans kliegāja un trenkāja Džeiku un Džeidu, notika ļoti dīvainas lietas. Brīnīšķīgās, zilās jūras viļņi šļakstījās pret krastu un nāca arvien tuvāk un tuvāk Kalana smilšu pilij. Kalans bija pārāk aizņemts ar kliegšanu un dusmošanos, lai to pamanītu.

Jūra bija pietuvojusies bīstami tuvu, un pavisam drīz jau tā sāka skalot prom smilšu pili. Kalans pat nemanīja, pa kuru laiku smilšu pils jau bija pazudusi jūrā.

Kalans atskrēja atpakaļ un ieraudzīja, ka pils vairs nav. “Ak, nē!” domāja Kalans. “Man pat nesanāca ar to paspēlēties.” Viņš sāka raudāt.

Tad pie Kalana pienāca tētis un teica: “Ja tu būtu dalījies ar smilšu pili ar Džeidu un Džeiku, tad jūs visi būtu varējuši spēlēties un būtu bijis tik jautri. Tagad tu redzi, kas notiek, ja ar mantām un spēlēm nedalās. Tu biji tik aizņemts, lai kontrolētu, ka viņi ar pili nespēlējas, rezultātā nevienam no jums nebija nekāda prieka.”

Džeida un Džeks redzēja, ka Kalans raud, un viņiem palika žēl, tāpēc viņi Kalanam teica: “Neraudi, mēs tev palīdzēsim uzbūvēt jaunu smilšu pili augstāk jūras krastā.”

Tā viņi visi kopā būvēja jaunu, vēl labāku smilšu pili, un viņiem kopā bija jautri.

Turpmāk Kalans vienmēr atcerējās, ko tētis viņam todien bija teicis. Viņš pie sevis nodomāja: “Turpmāk es vienmēr dalīšos ar savām mantām, lai man būtu jautri kopā ar draugiem.”

Man patīk ar tevi dalīties ar visām manām mantām, jā, ar visām.
Kad es ar tevi dalos, mums vienmēr kopā ir tik jautri!

Man patīk ar tevi dalīties visās dienas bēdās,
Jo dalīta bēda, ir pusbēda.

Man patīk ar tevi dalīties un izstāstīt visus savus sapņus, ja vien drikstu.
Kad dalos ar tevi, tie piepildās jebkurā gadījumā.
Man patīk ar tevi dalīties.

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu jūs dotu šim stāstam?
2. Kāpēc bērni bija satraukti?
3. Ko viņi grasījās darīt?
4. Kā Kalans uzvedās, kad bija uzcēlis smilšu pili?
5. Kā jutās pārējie bērni?
6. Kas notika ar Kalana smilšu pili?
7. Ko Kalana tētis viņam teica?
8. Kā Džeida un Džeks izrādīja savas rūpes par Kalanu?
9. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
10. Vai šis stāsts jums atgādina kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Aklais putns” (no grāmatas “*Learning to Live!*”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

SMILŠU PILS

Darbība risinās pludmalē.

*Lomās: Dzejnieks
 Stāstītājs
 Kalans
 Džeida
 Džeiks
 Kalana mamma
 Kalana tētis
 Lelle princese Zoja*

*Dzejnieks: Man patīk ar tevi dalīties ar visām manām mantām, jā, ar visām.
 Kad es ar tevi dalos, mums vienmēr kopā ir tik jautri!*

Stāstītājs: Kalans un Džeida ir ļoti patīkami satraukti, jo šodien mamma un tētis viņus vedīs dienas ceļojumā uz pludmali. Viņu draugs Džeiks arī ir uzaicināts pievienoties. Kalans mašīnā jau bija iepakojis savu groziņu un lāpstiņu, lai viņš pludmalē varētu būt lielā smilšu pili ar lieliem torņiem un patiešām dziļu aizsarggrāvi. Džeida bija izlēmusi uz pludmali līdzī nēmt savu lelli princesi Zoju, lai iemācītu viņai peldēt. Džeikam līdzī bija viņa spīdīgais, zaļais spēļu auto, ar kuru viņš varēs braukāties augšup un lejup pa smilšu kāpām.

[Bērni skriešus metās uz pludmali, kamēr vecāki gāja viņiem nopakaļ, nesdami somas un piknika grozus. Kalans, Džeida un Džeiks riņķoja viņiem apkārt, aizgrābti kļūgādami viens uz otru.]

Džeida: Lieliski! Paskaties uz skaisto, zilo jūru! Ak, princese Zoja [gaisā vicinādama lelli]! Paskaties uz jaukajām kaijām!

Kalans: Smiltis zem kājām ir tik patīkamas un siltas. Turklāt smilšu ir tik daudz! Te pietiks arī manai smilšu pilij. Jā, tā būs lielākā un labākā smilšu pils pasaulē!

Džeiks: Ļoti labi, Kalan. Skaties, pludmale stiepjas jūdzēm tālu. Es izbraukšu ar savu mašīnīti – redzēs, vai varu pārspēt pāris ātruma rekordus. Uz redzīti!

Džeida: Labs ir, tikai esi uzmanīgs, Džeik! Pludmalē ir tik daudz cilvēku. Ir diezgan piebāzts. Es nu arī dodos prom. Mācīšu princesei Zojai peldēt.

Stāstītājs: Kad Džeiks bija aizbraucis un Džeida aizgājusi plūncāties uz jūru ar princesi Zoju, Kalans juta satraukuma trīsas, sākams celt savu smilšu pili. Viņš paņēma lāpstiņu un sāka piepildīt savu spēļu spainīti ar smiltīm, nolīdzināja to ar lāpstu un iztukšoja ieblietētās smiltis pludmalē. Pavisam drīz radās milzīgas smilšu pils apveids. Uz visiem cilvēkiem pludmalē, kas to redzēja, smilšu pils atstāja lielu iespaidu.

Kalans: [aiz lepnuma starodams, pie sevis saka] Šī ir lielākā un labākā smilšu pils, kāda ir redzēta! Tā ir gandrīz manā augumā, ar daudziem tornīšiem un karogiem, un tai apkārt ir ļoti dziļš aizsarggrāvis. Esmu patiešām ļoti lepns par to! Tā piederēs tikai man!

Stāstītājs: Dažreiz Kalans bija ļoti savtīgs un viņam nepatika ar citiem dalīties ar mantām vai spēlēm.

[Kalans spēlējas ar smilšu pili, atgriežas Džeida un Džeiku. Viņus tik ļoti sajūsmina Kalana smilšu pils, ka viņi aiz sajūsmas sāk lēkāt.]

Džeiks: *[aizrautīgi]* Kalan, cik brīnišķīga smilšu pils! Lūdzu, vai es drīkstu braukt apkārt smilšu pilij ar savu mašīnīti?

Kalans: *[dusmīgi, rokas ieliktas gurnos un izgāzta krūts]* Nē, nevari! Tā ir mana smilšu pils, un neviens nedrīkst tās tuvumā spēlēties! Ej projām! Aiziet!

Džeida: Vai princese Zoja drīkst dzīvot tavā pilī? Viņa nevienu neapgrūtinās.

Kalans: Pilnīgi izslēgts! Vai nedzirdēji, ko es tikko teicu? Tā ir mana smilšu pils, un es ar nevienu nedalīšos savās rotaļās – ne ar tevi ne ar kādu citu. Pazūdi!

Džeiks: Bet, Kalan, tas ir tik savtīgi! Jautrāk ir dalīties ar mantām un rotaļāties kopā ar citiem. Nāc, pievienojies mums! Lūdzu!

Kalans: *[kliegdams]* Džeik, nesāc stāstīt man, kas man jādara! Ej projām un spēlējies ar savu mašīnu kaut kur citur. Pazūdi no šejienes!

Džeida: Kāpēc tu uz mums kliedz? Mēs tikai gribam būt draudzīgi un spēlēties kopā ar tevi. Kas tur slikts? Lūdzu, Kalan, spēlēsimies visi kopā!

Kalans: *[dzen Džeiku un Džeidu prom]* Es teicu – nē, un to tas arī nozīmē! Tāpēc pazūdiet jūs abi! Ejiet un spēlējiet savas dumjās spēles!

[Kalans nodzen Džeidu un Džeiku prom no skatuves]

Stāstītājs: Kalans bija pārāk aizņemts ar kliegšanu un dusmošanos, lai pamanītu dīvainas lietas. Vai redzat to? Vai redzat, kā brīnišķīgā, zilā jūra šļakstās pret krastu un nāk tam arvien tuvāk un tuvāk? Jūra nāk arvien tuvāk Kalana fantastiskajai smilšu pilij. Skatieties, tagad tā ir vēl tuvāk, ak, dievs, tā sāk skaloties gar pils sienām un torņiem! Nē, pavisam drīz no pils nekas vairs nebūs palicis! Vēl tikai viens liels vilnis un ...Ak, nē, tās ir beigas! Jūra pilnībā aizskaloja smilšu pili. Nekas nav palicis pāri. Te nāk arī Kalans. Ko viņš teiks?

Kalans: *[raudādams]* Mana brīnišķīgā smilšu pils! Kur tā palikusi? Kas ar to notika?

[Ienāk Kalana mamma un tētis]

Kalana tētis: Tā, Kalan *[uzliek roku Kalanam uz pleca]*. Tu vari vainot tikai pats sevi. Mēs no malas visu vērojām. Ja tu būtu dalījies ar smilšu pili ar Džeidu un Džeiku, tad jūs visi būtu varējuši spēlēties ar pili, pirms to aizskaloja jūra. Tā vietā tu biji savtīgs un visu laiku pavadīji kašķēdamies ar viņiem un dzīdams prom. Tu izniekoji savu laiku, un tagad smilšu pils vairs nav.

Kalans: *[starp šņukstiem]* Man pat nebija iespējas ar to paspēlēties. Tas nav godīgi!

Kalana tētis: Tagad tu redzi, kas notiek, ja ar mantām un spēlēm nedalās. Jūs varējāt tik labi pavadīt laiku. Tā vietā tu satrauci Džeidu un Džeiku, bet vienalga zaudēji savu smilšu pili.

[Ienāk Džeida un Džeiks un pamana, ka smilšu pils vairs nav.]

Džeida: Kalan, neraudi! Mēs tev palīdzēsim uzbūvēt jaunu smilšu pili, vēl labāku par iepriekšējo.

Kalans: Tiešām? Bet es pret jums izturējos tik briesmīgi. Man tiešām ļoti žēl. Es neesmu pelnījis jūsu palīdzību.

Džeiks: Neāksties, džekiņ! Tas viss jau aizmirsts. Mēs visi taču esam draugi. Draugi palīdz viens otram. Ķeramies pie darba!

[Bērni sāk celt jaunu smilšu pili.]

Stāstītājs: Tā viņi visi kopā būvēja jaunu, vēl labāku smilšu pili, un viņiem kopā bija jautri. Turpmāk Kalans vienmēr atcerējās, ko tētis viņam todien bija teicis.

Kalans: *[pagriežas pret skatītājiem]* Turpmāk es vienmēr dalīšos ar savām mantām, lai man kopā ar citiem būtu jautri.

Dzejnieks: *(Skaita dzejoli, kas atrodams stāstā.)*

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties un piedaloties lugā?

2. Puzle

Nokopējiet un palieliniet smilšu pils puzli 102. lpp. un izgrieziet to pa gabaliņiem, pārliccinoties, ka katram bērnam tiek vismaz viens puzles gabaliņš.

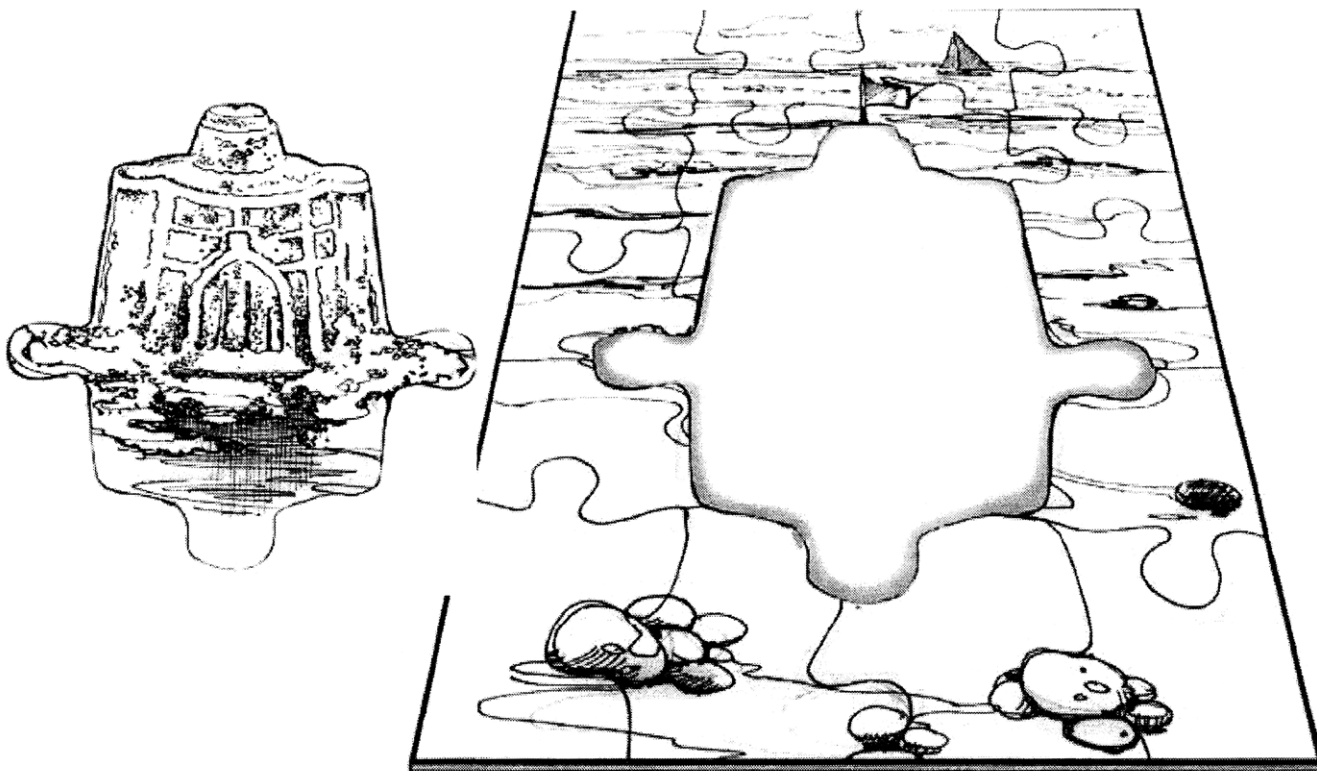
Sadalieties divās grupās – smilšu pils un fona grupā.

Iedodiet katram bērnam vienu gabaliņu, kas ir jāizkrāso.

Smilšu pils grupa var izmantot smiltīm līdzīgu krāsu.

Fona grupa var izmantot dažādas krāsas fona izkrāsošanai.

Salieciet gabaliņus kopā galda vidū un norādiet, ka bērniem tagad ir jādarbojas kopā, lai uzceltu smilšu pili un izveidotu fonu, saliekot puzles gabaliņus atpakaļ, veidojot viengabalainu attēlu.



DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DALĪŠANĀS UN RŪPES

Dalīšanās liek pasaulei griezties,
Pasaulei griezties, pasaulei griezties.
Dalīšanās liek pasaulei griezties,
Spēlēsimies kopā!

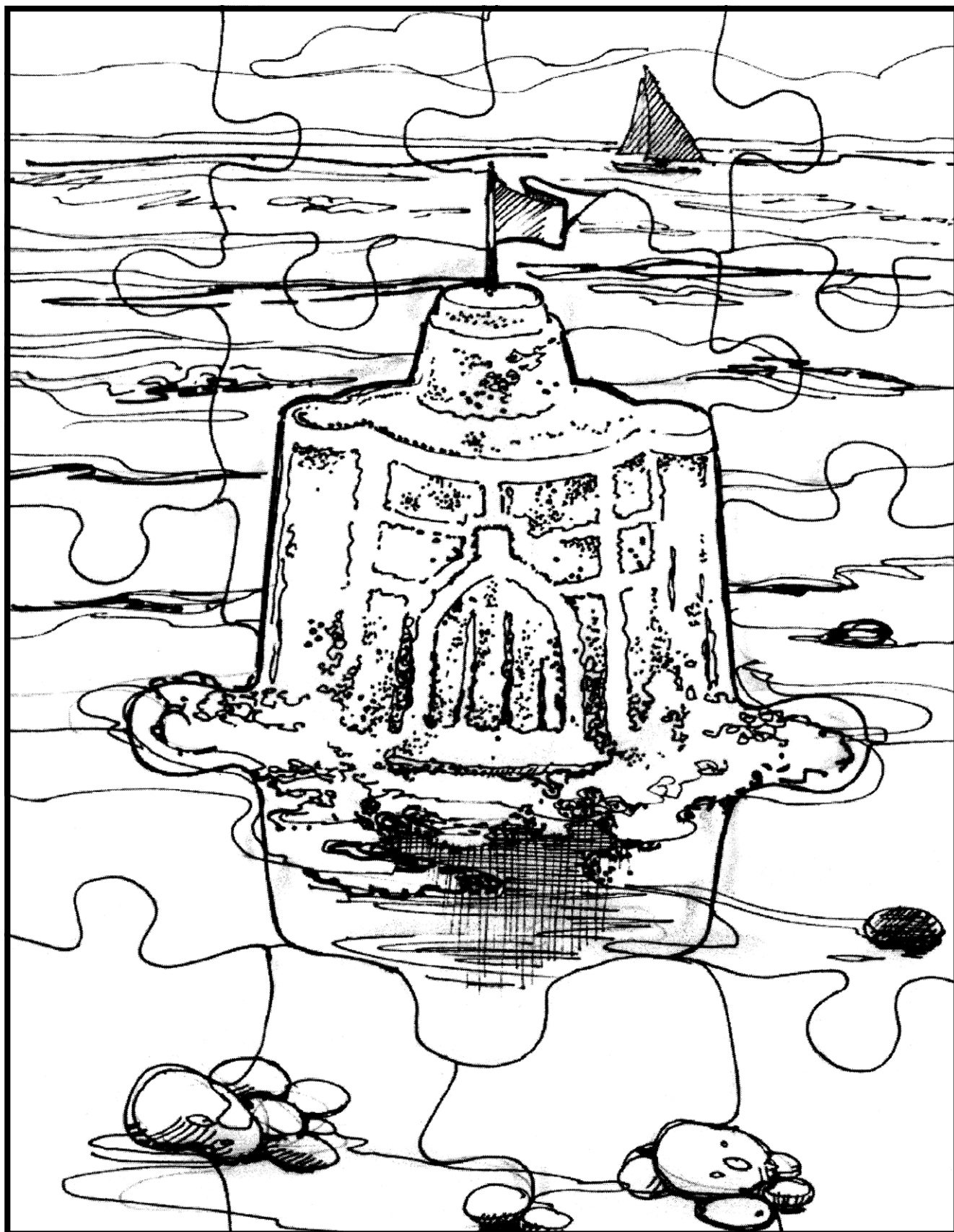
Rūpes palīdz izrādīt mīlestību, izrādīt mīlestību, izrādīt mīlestību,
Rūpes palīdz izrādīt mīlestību.
Mīlēsim viens otru!

Dalīšanās liek pasaulei griezties,
Pasaulei griezties, pasaulei griezties.
Dalīšanās liek pasaulei griezties,
Spēlēsimies kopā!

(Dzied pie dziesmas "Monkey makes the world go round" melodijas)

Nodarbības nobeigumā: Ja skolotāja vēlas, nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: "Es domāšu mīlestības pilnas domas un tev izpalīdzēšu."

SMILŠU PILS PUZLE



PAŠNOVĒRTĒJUMS UN CIEŅA

Mērķis:

Apjaust, ko es par sevi domāju.
Pamanīt un cienīt cilvēkus atšķirīgo un līdzīgo.
Ievērot, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.
Apzināties, cik svarīgi ir cienīt sevi un citus.

Atslēgvārdi:

lielities, pārliecināt, ierīce, cieņa, zūdošs.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**BAGĀTĪBA IR SIRDĪ,
NEVIS NAUDAS DAUDZUMĀ.**



Pārrunājiet, kas varētu būt patiesas vērtības. Vai vērtība ir saistīta ar lielu naudas daudzumu? Vai laba veselība, labs raksturs, skaistums utt. ir bagātība?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka staigājat pa skaistu lauku ceļu vai pa parku.

Jūs redzat puķes ceļa malā, žogus, kokus.

Sajūtiel saules siltumu uz savas ādas.

Itin viss jums visapkārt ir skaists.

Paskatieties uz sevi. Iekšienē arī jūs esat skaisti un mīlestības vērti.

Jūs esat skaisti un mīlestības vērti tāpat kā citi cilvēki.

To visu redzot, jūs apjaušat, cik bagāti esat, cik mēs visi esam bagāti mūsu skaistajā pasaulē.

Jūs jūtaties atslābināti un priecīgi.

Kad esat gatavi, ejiet atpakaļ pa lauku ceļu, atpakaļ uz klasi.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

BAGĀTĪBĀ VIENLĪDZĪGI

Kvabīna Mehutusekamena

Sofija jau atkal nāca mājās no skolas nelaimīga. Visu nedēļu viņa strīdējās ar Holiju. Katru reizi strīds bija par vienu un to pašu. Holija saviem draugiem lielījās, ka viņa ir bagātāka par citiem un ka to pierāda viņas jaunākā modeļa viedierīces. Sofija sevi salīdzināja ar Holiju un slepenībā atzina, ka viņa nevarēja atļauties visu, ko gribēja, kā tas bija Holijai.

Sofija pārrunāja šo situāciju ar mammu. “Kāpēc Holijai tā jālielās, ka viņa ir bagātāka nekā pārējie, mamma? Viņa visiem lielās. Tas man nepatīk!” Sofija bēdīgi teica.

“Tu zini, ka bagātība ir sirdī, nevis naudā,” maigi atbildēja mamma. “Uzmanīga izturēšanās pret otru cilvēku un sapratne ir daudz lielākas vērtības.”

“Taču Holijai ir daudz naudas un viņa var atļauties visu, ko vēlas: lelles, modernākās drēbes un citas jaunas lietas,” pārdzīvoja Sofija.

“Labi, varbūt tu vari Holijai atgādināt, ka šīs lietas nāk un aiziet un tās nav no sirds,” atteica mamma.

Sofija to mēģināja pateikt Holijai, kura pasmējās par viņas idejām, ka bagātība esot sirdī, un jautāja, vai Sofija var tērēt šīs bagātības veikalā, iegādājoties saldumus.

“Varbūt tev šo jautājumu vajadzētu pārrunāt ar tēti, kad viņš pārnāks mājās no darba,” teica Sofijas mamma, kad viņa pēcpusdienā redzēja, cik uztraukta ir Sofija.

Sofijas tētis uzmanīgi noklausījās viņas stāstu. “Tātad tev neizdodas pārliecināt Holiju, ka mums sirdī visiem ir vienlīdz liela bagātība?” viņš laipni jautāja.

“Nē. Visi mani draugi smejas viņai līdzi,” sūdzējās Sofija.

“Un tu negribi iet prom no viņas kompānijas spēļu laikā, jo tavi draugi ir kopā ar viņu?”

“Tieši tā,” Sofija pamāja.

“Tad labākais, ko tu vari darīt, ir piekrist Holijai,” klusām noteica tētis.

“Ko? Tu taču neceri, ka es ļaušu Holijai domāt, ka viņa ir labāka par mani!” Sofija domāja, ka tētis jūk prātā.

“Zini, ir skaidrs, ka Holija ļoti grib justies novērtēta – ļoti, ļoti,” smaidot teica tētis. “Šobrīd tas ir vienīgais veids, kā viņa prot justies īpaša. Padomā, kā viņa jutīsies, ja nākamreiz, kad viņa uzsvērs savu bagātības pārkumu, tu pasmaidīsi un teiksi “Jā!”. Tagad pajautā sev, vai tu esi pietiekami bagāta, lai viņai to sniegtu.”

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc Sofija strīdējās ar Holiju?
2. Kādu padomu viņai deva mamma?
3. Kāpēc tētis viņai ieteica piekrist Holijas viedoklim?
4. Kā Holijai tika parādīta iejūtība un izpratne?
5. Vai jums prātā nāk tāds brīdis jūsu dzīvē, kad jūs vēlējāties, kaut būtu pateikuši otram cilvēkam kaut ko jaukāku?
6. Kāda bija sajūta, noklausoties stāstu?
7. Vai šis stāsts jums atgādināja par kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts “Nepaklausīgs vai jauks” (no grāmatas “*Learning to Live!*”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

BAGĀTĪBĀ VIENLĪDZĪGI

Darbība risinās Sofijas mājā.

*Lomās: Stāstītājs
 Sofija
 Mamma
 Holija
 Tētis*

Stāstītājs: Sofija jau atkal nāca mājās no skolas nelaimīga. Viņa visu nedēļu strīdējās ar Holiju. Katru reizi strīds bija par vienu un to pašu. Holija saviem draugiem lielījās, ka viņa ir bagātāka par citiem un ka to pierāda viņas jaunākā modeļa viedierīces un modīgās kurpes. Sofija sevi salīdzināja ar Holiju un slepenībā atzina, ka viņa nevarēja atļauties visu, ko gribēja, kā tas bija Holijai.

Sofija: *[skumīgi]* Kāpēc Holijai tā jālielās, ka viņa ir bagātāka nekā pārējie, mammu? Viņa visiem lielās. Tas man nepatīk!

Mamma: *[maigā balsī]* Tu zini, ka bagātība ir sirdī, nevis naudā. Uzmanīga izturēšanās pret otru cilvēku un sapratne ir daudz lielākas vērtības.

Sofija: Taču Holijai ir daudz naudas un viņa var atļauties visu, ko vēlas: lelles, modernākās drēbes un citas jaunas lietas. Tā nav godīgi!

Mamma: Labi, varbūt tu vari Holijai atgādināt, ka šīs lietas nāk un aiziet un tās nav no sirds. Labās lietas sirdī nekad nevar zaudēt.

[Darbības vietas maiņa uz Sofijas skolu.]

Stāstītājs: Nākamajā dienā Sofija to mēģināja pateikt Holijai.

Holija: Sofija, paskaties uz manu jauno zelta rokassprādzi. Vai tā nav burvīga? Tas ir 22 karātu zelts. Tā veikalā bija visdārgākā rokassprādze.

Sofija: Holij, tas ir lieliski, un tava rokassprādze ir skaista. Bet, vai zini, ka materiālās lietas dzīvē vēl nav viss. Kādu dienu tu nogursi no šīs rotaslietas. Vai arī tā var pazust. Taču labās lietas, kas ir sirdī, kā mīlestība un draudzība, nekad nenovalkāsies un nepazudīs. Tās arī ir patiesās bagātības.

Holija: *[smejas par Sofiju]* Ak, es saprotu, Sofij! Vai es varu izmantot šīs “patiesās bagātības” saldumu veikalā? Nedomāju vis. Ha, ha! Vari paturēt sev “patiesās bagātības”! Tu esi muļķe.

[Darbības vietas maiņa uz Sofijas māju.]

Stāstītājs: Kad Sofija atgriezās no skolas mājās, mamma redzēja, ka viņa ir ļoti satraukta.

Mamma: Vai tev joprojām ir problēmas ar Holiju?

Sofija: Jā, mammu. Viņa teica, ka es esot muļķe, jo saldumu veikalā nevaru norēķināties ar savām patiesajām bagātībām.

Mamma: Klau, varbūt tev šo jautājumu vajadzētu pārrunāt ar tēti, kad viņš pārnāks mājās no darba.

Stāstītājs: Tovakar pēc vakariņām Sofijas tētis uzmanīgi noklausījās viņas stāstu.

Tētis: *[laipnā balsī]* Tātad tev neizdodas pārliecināt Holiju, ka mums sirdī visiem ir vienlīdz liela bagātība?

Sofija: Nē. Viņa domā, ka es patiešām esmu mulķe. Visi mani draugi smejas viņai līdzi. Es negribu iet prom no viņas kompānijas spēļu laikā, jo viņa ir daļa no mūsu kompānijas, un es negribu pazaudēt savus draugus.

Tētis: Tad labākais, ko tu vari darīt, ir piekrist Holijai.

Sofija: Tēti, tas izklausās patiešām traki. Tu taču neceri, ka es ļaušu Holijai domāt, ka viņa ir labāka par mani!

Tētis: Zini, ir skaidrs, ka Holija ļoti grib justies novērtēta – ļoti, ļoti. Šobrīd tas ir vienīgais veids, kā viņa prot justies īpaša. Padomā, kā viņa jutīsies, ja nākamreiz, kad viņa uzsvērs savu bagātības pārkumu, tu pasmaidīsi un teiksi “Jā!”. Tagad pajautā sev, vai tu esi pietiekami bagāta, lai viņai to sniegtu.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, kad piedalījāties lugā vai tikai skatījāties to?

2. Lomu spēle “Labas manieres”

Bērniem jāsadalās grupās pa trim.

Viens bērns ir **vērotājs**, otrs ir **gados vecāks cilvēks** un trešais – **gados jaunāks cilvēks**.

Vispirms vērotājs iepazīstina abus. Tad vērotājs skatās, kamēr viņi izspēlē pirmo tikšanos.

Citu un sevis iepazīstināšana

- **Gados jaunāku cilvēku vienmēr iepazīstina ar gados vecāku cilvēku.**
- **Zēnu pirmo iepazīstina ar meiteni.**

Dažreiz blakus nav neviena cilvēka, kas varētu svešiniekus iepazīstināt. Mums tāpēc nav jākautrējas. Ir pilnīgi pareizi iepazīstināt citus ar sevi, sakot: “Sveiki! Es esmu...”

Kad mums jāatstāj cilvēks, ar kuru mēs tikko esam iepazīstināti vai iepazīnušies, labais tonis ir pateikt **“Bija jauki ar Jums iepazīties, (nosauc cilvēka vārdu).”** vai tml.

Novērotājs var sniegt savus novērojumus citiem. Tad bērni mainās lomām tā, lai novērotājs kļūst par gados jaunāko cilvēku, gados jaunākais par gados vecāko un gados vecākais par novērotāju.

3. Mākslas un radošais darbs “Sirds dārgumi”

Izdekorējiet trauciņu, piem., izlietotu jogurta trauciņu, vai izgatavojiet rokassprādzi, tādējādi atspoguļojot sirds dārgumus.



DZIEDĀŠANA GRUPĀ

VAI NEREDZI, KA DARI MAN PĀRĪ?
(*Zitas Starkī mūzika un vārdi*)

Kad no rīta pamostos, jūtos skumji.
Vai neredzi, ka dari man pāri?

Es naktī aizmigt nevaru, jo jūtos slikti.
Vai neredzi, ka dari man pāri?

*Piedz.: Vai neredzi tu?
Vai neredzi tu?
Vai neredzi, ka dari man pāri?*

Kad tu esi nelaipns, raudāt gribu esi.
Ja nevari būt jauks, tad ej man garām.

Vai tu domā, ka esmu pelnījusi tādu izturēšanos?
Vai neredzi, ka dari man pāri?

Vai zini, kā man sāp, vai tu gribētu būt manā vietā?
Vai neredzi, ka dari man pāri?

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Mēs varam palaist sliktās sajūtas pret sevi vai citiem vaļā, taču vispirms mums šīs sajūtas ir jāierauga un jāpieņem. Pēc tam mēs savā rīcībā esam laipni.”

Paplašinātā nodarbība: Ar diskusiju un dažādu aktivitāšu palīdzību skolotāja un bērni var izveidot albumu ar nosaukumu “Apcēlēji ir vāji, draugi ir stipri”. Albumā var iekļaut stāstus, biles, dzejoļus, rakstus, multfilmas utt. par to, kāpēc citu apcelšana nav pieņemama un ko ikviens var darīt šajā situācijā, kā arī informāciju par to, kā būt labam draugam. Albuma saturā var dalīties ar citām klasēm.

SEVIS PIENĒMŠANA

Mērķis: Attīstīt pārliecību pašam par sevi.

Atslēgvārdi: locītavas, zilonis, neapmierināts, gazele, žirafe, majestātisks, snuķis, tipisks, samts.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Zinātne: Ķermeņa daļas.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**APZINIES, KA TU ESI
SVĒTĪBA PATS SEV,
UN TU BŪSI
VĒRTĪBA CITIEM.**



Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojies, ka esi gumijas bumba.

Tevi sargā stingrs gumijas apvalks.

Bumbas iekšienē tu jūties ļoti stiprs.

Dod sev mirkli laika padomāt par to, cik stiprs tu patiesībā esi.

Iztēlojies, ka nav nekā tāda, kas varētu tev atņemt šo sajūtu, kamēr tu saglabā mieru.

Atceries, ka tu sevī vienmēr vari atrast spēku un mieru.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

ZILONIS

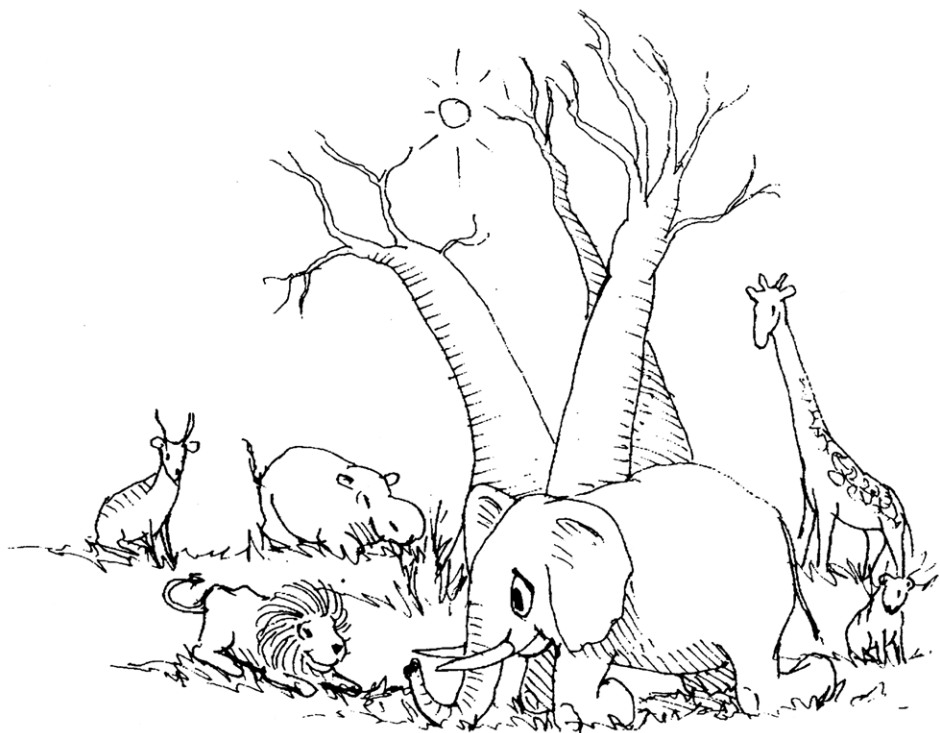
Keija Čelonora (Kay Challonor)

Reiz bija zilonis, liels un spēcīgs,
Lielākais uz planētas šīs.
Taču viņš bija patiesi bēdīgs,
Jo katrai kājai bija uz priekšu vērsts ceļgals.

Reiz sensenos laikos dziļi Āfrikas līdzenumos dzīvoja zilonis. Viņš bija ļoti liels, iespējams, vislielākais pasaulē. Taču zilonis bija ļoti bēdīgs, jo, neraugoties uz viņa iespaidīgajiem izmēriem un spēku, viņš uzskatīja, ka viņa ķermenī kaut kas nebija kārtībā ar ceļgaliem.

Viņš nespēja saprast, kāpēc viņam ir četri ceļgali. Visiem pārējiem zvēriem bija tikai divi uz priekšu vērsti ceļgali un divas locītavas pakaļkājām, kas ir vērstas uz aizmuguri. Zilonis mēdza vērot citus zvērus un domāt, cik gan tie labi izskatās. Viņš varēja kļīst pa līdzenumiem un noskatīties viņos. Viņš vēroja, kā gazeles vieglām kustībām lēkā šurpu turpu pa sauso zemi, izskatīdamās tā, it kā dejotu.

“Es nekad tā nevarēšu,” nodomāja zilonis.



Vietā, kur visi zvēri gāja dzert, viņš noskatījās, kā lauvas pieplok pie zemes, lai padzertos. Viņas uzmanīgi nolaida galvas un kāri dzēra ūdeni ar savām zīdainajām mutēm, zeltainajiem ķermeņiem saulē mirdzot.

“Es tā nekad nevarēšu darīt,” nodomāja zilonis.

Viņš vēroja arī žirafes ar skaistajām, garajām kājām. Zilonis mēdza domāt par to, cik slaidas un elegantas viņas izskatās, šķita, ka viņas nevis iet, bet slīd pāri smilšainajai augsnei.

“Ja vien es būtu tāds kā citi! Ja vien...”

Tā tas kādu brīdi turpinājās. Zilonis katru dienu vēroja citus zvērus un domāja, cik laimīgs viņš būtu, ja četru ceļgalu vietā viņam būtu tikai divi.

Jo vairāk viņš par to domāja, jo bēdīgāks kļuva, un jo bēdīgāks viņš kļuva, jo vairāk viņam nepatika savi ceļgali. Līdz beidzot viņa nepatika kļuva tik liela, ka gandrīz pārauga naidā.

“Ceļgali! Jūs man nepatīkat! Kāda jēga no jums? Kāpēc man nav tādi ceļgali kā citiem zvēriem?”

Vai jūs zināt, kas viendien notika? Zilona ceļgali pārstāja pildīt savas funkcijas. Vienu rītu zilonis pamodās un nevarēja pakustēties. Viņa ceļgali bija nobloķējušies, un zilonis bija pilnībā iestrēdzis uz vietas.

“Ko gan no maniem ceļgaliem varēja gaidīt!” viņš teica. “Jūs nūdien esat nekam nederīgi!” Viņš tur stāvēja, juzdams lielu žēlumu pats pret sevi un domādams, cik nederīgi ir viņa ceļgali.

Todien ziloņa ceļgali tā arī nesāka locīties un tādi palika visu nakti. Nākamajā dienā un naktī viss bija bez izmaiņām. Nabaga zilonis stāvēja pilnīgi nekustīgs, un viņa izsalkums kļuva arvien lielāks un lielāks. Viņam viss bija apnīcis.

Trešajā dienā citi zvēri sāka ievērot, ka ar ziloni kaut kas ne pavisam nav kārtībā, un viņi sāka apstāties pie viņa un jautāt, kāpēc viņš nekustīgi stāv uz vietas. Tobrīd zilonis bija satraucies ne pa jokam, un tāpēc pirmoreiz viņš visiem zvēriem atklāja patiesību. Zvēri par dzirdēto bija izbrīnīti.

“Tev ir skaisti ceļgali,” viņi visi kā viens teica.

“Ja ir divi ceļgali uz priekšu un divi atpakaļ, sajūta ir tāda, kā ejot divos virzienos vienlaicīgi,” atklāja gazele.

“Ar diviem ceļgaliem uz priekšu un diviem atpakaļ nekad nevari būt pārliecināts, kuru ceļu izvēlēties,” piebalsoja žirafe.

Lauva majestātiski iznāca priekšplānā: “Izskatās, ziloni, ka tu esi ļoti maldināts. Tev ir laimējies, ka visi tavi ceļgali ir vienā virzienā. Tev ir priekšrocība, kādas mums citiem nav, jo viss tavs spēks ir vērsts vienā virzienā. Uz priekšu.”

Zilonis neticībā grozīja galvu un domāja par visu dzirdēto. Pamazām pār viņu nāca patiesība. Viņš paskatījās uz saviem ceļgaliem, it kā ieraudzīdams tos pirmoreiz: “Cik jūs esat brīnišķīgi ceļgali!” viņš gaviļēja.

Vai zināt, kas notika tālāk? Jā, tieši tā, viņa ceļgali atkal varēja saliekties.

Zilonis bija tik priecīgs! Viņš salieca vienu ceļgalu pēc otra, novērtēdams, cik labi ir tos atkal saliekt. Tad viņš pateicībā pacēla savu snuķi pret citiem zvēriem un laimīgi soļoja pretī savai nākotnei. Turklāt viņš nekad vairs nebija bēdīgs un nelaimīgs par saviem ceļgaliem.

*Reiz bija zilonis, liels un spēcīgs,
Lielākais uz planētas šīs.
Taču viņš bija patiesi bēdīgs,
Jo katrai kājai bija uz priekšu vērsts ceļgals.*

*Viņš noskatījās, kā gazeles priecīgi lēkā,
Ar ilgu pilnu skatienu raudzījās lauvās, kas kāri dzēra.
Viņš uzmeta acis žirafēm, kas garām gāja,
Un apskauda viņu garās pakaļkājas.*

*Redziet, zilonim bija četri ceļgali,
Bet citiem zvēriem – divi vien.
Redziet, viņam ceļgali nepatika tik ļoti,
Ka tie pieteica streiku, bet vai jūs nedarītu tāpat nūdien?*

*Trīs garas dienas ceļgali bija bloķēti.
Citi zvēri slavēja, bet nekad neizsmēja
Ziloņa uz priekšu vērstos ceļgalus, un tad viņš saprata,
Ka var raudzīties nākotnē ar priecīgāku skatu.*

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc zilonis bija bēdīgs?
2. Kā viņš atšķīrās no citiem zvēriem?
3. Kas ar ziloni notika?
4. Ko zilonim teica citi zvēri?
5. Kā zilonis jutās stāsta beigās?
6. Kāda jums ir sajūta, noklausoties šo stāstu?
7. Vai šis stāsts jums atgādināja situāciju no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Esi tu pats” (no grāmatas *“Learning to Live!”*)

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

ES ESMU TĀDS, KĀDS ESMU
(*Lorīna Barouza*)

Es esmu tāds, kāds esmu,
Un man par to ir prieks.
Es varu būt īss vai garš,
Tievs vai resns,
Taču es esmu tāds, kāds esmu,
Un man par to ir prieks.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. Mākslas darbs

Aiciniet bērnus atrast sev biedru, ar kuru viņi gribētu kopā strādāt.

Tad palūdziet bērniem uzzīmēt sava partneri un sevi paši un apakšā zem katra attēla uzrakstīt, kas viņam patīk savā partnerī un pašam sevī, kā arī norādīt, kādas labās īpašības katrs saskata savā partnerī un sevī pašā.

2. LUGA

ZILONIS

Darbība risinās Āfrikas līdzenumos.

*Lomās: Dzejnieks
Stāstītājs
Zilonis
Gazeles
Lauvas
Žirafes*

Dzejnieks: (Skaita dzejoļa pirmo pantu.)

Stāstītājs: Reiz sensenos laikos dziļi Āfrikas līdzenumos dzīvoja zilonis. Viņš bija ļoti liels, iespējams, vislielākais pasaulē. Taču zilonis bija ļoti bēdīgs.

Zilonis: Es jutos tik bēdīgi. Neraugoties uz to, ka esmu tik liels un spēcīgs, ar manu kaut kas nav kārtībā. Vaina ir manos ceļgalos. Es nespēju saprast, kāpēc man ir četri ceļgali. Visiem pārējiem zvēriem ir tikai divi uz priekšu vērsti ceļgali un divas locītavas pakājkājām, kas ir vērstas uz aizmuguri. Kad es vēroju citus zvērus, viņu ceļgali tik labi izskatās!.

Stāstītājs: Zilonis varēja klist pa līdzenumiem, vērodams citus zvērus. Viņš vēroja, kā gazeles vieglām kustībām lēkā šurpu turpu pa sauso zemi, izskatīdamās tā, it kā dejotu.

Gazeles: Heijā, ziloni, nāc skriet kopā ar mums! Mēs tev parādīsim, kā tas jā dara.

Zilonis: Es nekad tā nevarēšu.

Stāstītājs: Vietā, kur visi zvēri gāja dzert, viņš noskatījās, kā lauvas pieplok pie zemes, lai padzertos. Viņas uzmanīgi nolaida galvas un kāri dzēra ūdeni ar savām zīdainajām mutēm, zeltainajiem ķermeņiem saulē mirdzot.

Lauvas: Ziloni, nāc šurp un dzer ūdeni kopā ar mums! Ir tik jautri lakt vēso ūdeni ar mēli.

Zilonis: Es nekad tā nevarēšu darīt.

Stāstītājs: Viņš vēroja arī žirafes ar skaistajām, garajām kājām. Zilonis mēdza domāt par to, cik slaidas un elegantas viņas izskatās, šķita, ka viņas nevis iet, bet slīd pāri smilšainajai augsnei.

Zilonis: Ja vien es būtu tāds kā citi! Ja vien...

Stāstītājs: Tā tas kādu brīdi turpinājās. Zilonis katru dienu vēroja citus zvērus un domāja, cik laimīgs viņš būtu, ja četrus ceļgalus vietā viņam būtu tikai divi. Jo vairāk viņš par to domāja, jo bēdīgāks kļuva, un jo bēdīgāks viņš kļuva, jo vairāk viņam nepatika savi ceļgali. Līdz beidzot viņa nepatika kļuva tik liela, ka gandrīz pārauga naidā.

Zilonis: Ceļgali! Jūs man nepatīkat! Kāda man jēga no jums? Kāpēc man nav tādi ceļgali kā citiem zvēriem?

Stāstītājs: Vai jūs zināt, kas viendien notika? Ziloņa ceļgali pārstāja pildīt savas funkcijas. Vienu ritu zilonis pamodās un nevarēja pakustēties. Viņa ceļgali bija nobloķējušies, un zilonis bija pilnībā iestrēdzis uz vietas.

Zilonis: Ko gan no maniem ceļgaliem varēja gaidīt! Jūs nūdien esat nekam nederīgi!

Stāstītājs: Viņš tur stāvēja, juzdams lielu žēlumu pats pret sevi un domādams, cik nederīgi ir viņa ceļgali. Todien ziloņa ceļgali tā arī nesāka locīties un tādi palika visu nakti. Nākamajā dienā

un naktī viss bija bez izmaiņām. Nabaga zilonis stāvēja pilnīgi nekustīgs, un viņa izsalkums kļuva arvien lielāks un lielāks. Viņam viss bija apnicis.

Trešajā dienā citi zvēri sāka ievērot, ka ar ziloni kaut kas ne pavisam nav kārtībā, un viņi sāka apstāties pie viņa un jautāt, kāpēc viņš nekustīgi stāv uz vietas. Tobrīd zilonis bija satraucies ne pa jokam, un tāpēc pirmoreiz viņš visiem zvēriem atklāja patiesību. Zvēri par dzirdēto bija izbrīnīti.

Gazeles, lauvas, žirafes: (vienbalsīgi) Tev ir skaisti ceļgali!

Gazele: Ja ir divi ceļgali uz priekšu un divi atpakaļ, sajūta ir tāda, kā ejot divos virzienos vienlaicīgi.

Žirafe: Ar diviem ceļgaliem uz priekšu un diviem atpakaļ nekad nevari būt pārliecināts, kuru ceļu izvēlēties.

Lauva: (majestātiski iznāk priekšplānā): Izskatās, ziloni, ka tu esi ļoti maldināts. Tev ir laimējies, ka visi tavi ceļgali ir vienā virzienā. Tev ir priekšrocība, kādas mums citiem nav, jo viss tavš spēks ir vērsts vienā virzienā. Uz priekšu.

Stāstītājs: Zilonis neticībā grozīja galvu un domāja par visu dzirdēto. Pamazām pār viņu nāca patiesība. Viņš paskatījās uz saviem ceļgaliem, it kā ieraudzīdams tos pirmoreiz:

Zilonis: (ģavilēdams) Cik jūs esat brīnišķīgi ceļgali!

Stāstītājs: Vai zināt, kas notika tālāk? Jā, tieši tā, viņa ceļgali atkal varēja saliekties. Zilonis bija tik priecīgs.

Zilonis: (saliekdams vienu ceļgalu pēc otra) Cik labi ir jūs atkal saliekt!

Stāstītājs: Tad viņš pateicībā pacēla savu snuķi pret citiem zvēriem un laimīgi soļoja pretī savai nākotnei. Turklāt viņš nekad vairs nebija bēdīgs un nelaimīgs par saviem ceļgaliem.

Dzejnieks: (Skaita dzejoli.)

JAUTĀJUMS: Kā jūs jutāties, kad noklausījāties, skatījāties un piedalījāties lugā?

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Mēs varam saglabāt sevī prieku, novērtējot visas tās labās īpašības, kas mums katram piemīt.”

BŪT PATEICĪGAM

Mērķis:

Padomāt par to, kas mums pieder – mājas, draugi, mantas – un par dāvanām, kas mums tiek dotas. Padomāt, vai uzskatām tās par pašsaprotamām, vēlamies saņemt kaut ko labāku vai esam pateicīgi par to, kas mums ir dots.

Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus.

Rūpes par citiem un pateicība tiem, kuri rūpējās par mums.

Atslēgvārdi:

sāpināts, nazis, rāms, ķepa, atpazīt, klejot.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**PĒC VIENA LABA DARBA
SEKO NĀKAMAIS.**



Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojaties sevi pastaigājamies savā mīļākajā vietā.

Tas var būt parks vai varbūt pludmale.

Iztēlojaties, ka spīd saule.

Maigi pūš vējš un izkļiedē pa debesīm pūkainos mākoņus.

Tu redzi, cik viss ir skaists.

Ar tevi kopā ir tavs draugs, un viņš grib spēlēties kopā ar tevi.

Tu jūties ļoti laimīgs.

Tu esi pateicīgs par visu, kas tevi ir.

Kad tu gribi, tu vari atgriezties savā klasē.

Tu apsēdies un sajūti sevī siltumu un prieku.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

LAUVU BEDRĒ

Tautas pasaka

Reiz palīdzēja zēns lauvai, kas vērsās
Pie viņa ar sāpošu ķepu.
Spiests doties romiešu cīņā tas bija,
Bet dusmīgais lauva nerēca virsū,
Jo atpazina puiku un pacēla tam ķepu.
Pārsteigts bija zēns
Un arī imperators. Viņu abu draudzība
Izpelnījās imperatora labvēlību un uzslavu.

Loti senos laikos, 4. gadsimtā pirms mūsu ēras, ganu zēns klīda pa mežu. Viņš dzīvoja mazā ciemā ārpus Romas un bija apmaldījies. Arvien vairāk satumsa un zēns jutās ļoti nobijies un vientuļš. Pēkšņi no krūmiem zēnam aizmugurē izlēca liela lauva un tuvojās zēnam. Viņš jau bija gatavs skriet, ko kājas nes, taču, par pārsteigumu, lauva apgūlās un rāmi nolika galvu uz priekšējām ķepām.

“Nebaidies no manis! Es tev nedarīšu pāri. Man ķepā ir iedūries ērkšķis. Redzi, tas ir dziļi ķepas spilventiņā, un es to nevaru dabūt laukā. Lūdzu, palīdzi man!” lauva teica, tuvodamies puikam un paceldams ķepu.

“Nabaga lauva! Izskatās sāpīgi,” zēns iesaucās. “Nāc šurp un es tevi pavisam drīz atbrīvošu no dzeloņa. Tas varbūt mazliet sāpēs, jo man nāksies izmantot nazi.” Zēns apsēdās, un lauva ielika savu ķepu zēnam klēpī, kamēr to atbrīvoja no ērkšķa. “Ar tevi viss būs kārtībā,” teica zēns, “tikai centies pagaidām pārāk daudz nestaigāt.”

“Paldies!” teica lauva un, nebilstot vairāk ne vārda, pazuda mežā.

Pagāja laiks, un reiz zēnu nepatiesi apvainoja aitu zagšanā. Tajos laikos sods par zagšanu bija ļoti smags: tiesnesis pavēlēja zēnu aizvest uz romiešu spēlēm un iemest lauvu bedrē. Pēc nedēļas nabaga ganu zēnu aizveda uz romiešu spēlēm, kuras notika ļoti lielā arēnā, ko sauca par Kolizeju, un viņš attapās, stāvam kliecdoša pūļa un paša imperatora priekšā. Viņu taisījās mest iekšā pie lauvām. Viņš centās drosmīgi stāvēt krātiņa vidū, turēdamies pie biežā koka gabala, kas viņam bija iedots, lai cīnītos pretī lauvām. Nabaga ganu zēns trīcēja pie visām miesām. Taču tad, visiem par pārsteigumu, lielākā no visām lauvām apgūlās smiltīs un pazemībā nolieca galvu.

“Vai tu mani neatpazīsti?” jautāja lauva. “Tu man reiz mežā palīdzēja, kad man bija savainota ķepa. Redzi, tagad tā ir gandrīz sadzijusi,” teica lauva, paceldama ķepu.

Zēns izbrīnīts stāvēja, turēdams lauvas ķepu. Pārējās mežonīgās lauvas drīz vien atkāpās, redzēdamas, ka visstiprākā no visām lauvām no cīņas ir atteikusies.

“Atbrīvojiet viņu!” kiedza pūlis. “Apžēlojieties par viņu!”

“Panāc šurpu, ganu zēn!” pavēlēja imperators, kurš notiekošo vēroja no sava troņa uz paaugstinājuma. “Lauvu uzvedība tavā klātbūtnē ir ļoti neparasta. Acīmredzot, tu esi ļoti īpašs zēns, un arī lauva ir īpaša. Tu un lauva tiekat atlaisti brīvībā.”

Kopš tā laika lauva un ganu zēns nekad vairs negāja šķirtus ceļus un visu atlikušo dzīvi bija labi draugi.

Reiz palīdzēja zēns lauvai, kas vērsās
Pie viņa ar sāpošu ķepu.
Spiests doties romiešu cīņā tas bija,
Bet dusmīgais lauva nerēca virsū,
Jo atpazina puiku un pacēla tam ķepu.
Pārsteigts bija zēns
Un arī imperators. Viņu abu draudzība
Izpelnījās imperatora labvēlību un uzslavu.

Ja tavs mājdzīvnieks ir savārdzis
Vai, ja atrodi kādu savainotu radību,
Noteikti aizved to pie vetārsta.
Esi uzmanīgs un modrs!
Velc cimds, jo tas var ieknābt vai iekost.
Sākumā tas var neizrādīt savu pateicību nudien!
Taču rūpēties par dzīvniekiem ir pareizi –
Tie darīs tavu dzīvi priecīgu un gaišu.

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc ganu zēns bija nobijies?
2. Ko viņš mežā sastapa?
3. Kādu palīdzību ganu zēns sniedza?
4. Kāpēc ganu zēns iekūlās nepatīkšanās?
5. Ko tiesnesis teica?
6. Ko imperators teica?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums kaut ko atgādināja no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Nepaklausīgā pele” (no grāmatas “*Finding Your Feet*”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

LAUVU BEDRĒ

Darbība risinās mežā ārpus Romas 4. gadsimtā pirms mūsu ēras.

Lomās:
Stāstītājs
Ganu zēns
Lauva
Aitas
Zemnieks
Tiesnesis
Imperators
Pūlis

Stāstītājs: Reiz tālā pagātnē dzīvoja ganu zēns, kurš bija aizklīdis tālu no savām mājām – maza ciematiņa ārpus Romas. Viņš bija apmaldījies mežā, un ārā arvien vairāk satumsa, tāpēc zēns jutās ļoti nobijies un vientuļš.

Ganu zēns: Esmu apmaldījies un jau satumst. Man paliek arvien bailīgāk.

Stāstītājs: Pēkšņi no krūmiem iznāca liela lauva un tuvojās zēnam.

Ganu zēns: Un tagad mani apēdīs milzīga lauva. Man jābēg, ko kājas nes!

Stāstītājs: Taču tajā brīdī, zēnam par lielu pārsteigumu, lauva apgūlās un rāmi nolika galvu uz priekšējām ķepām.

Lauva: *[tuvodamies zēnam un paceldams ķepu]* Nebaidies no manis! Es tev nedarīšu pāri. Man ķepā ir iedūries ērkšķis. Redzi, tas ir dziļi ķepas spilventiņā, un es to nevaru dabūt laukā. Lūdzu, palīdzi man!

Ganu zēns: Nabaga lauva! Izskatās sāpīgi. Nāc šurp un es tevi pavisam drīz atbrīvošu no dzeloņa. Tas varbūt mazliet sāpēs, jo man nāksies izmantot nazi.

Stāstītājs: Zēns apsēdās, un lauva ielika savu ķepu zēnam klēpī, kamēr to atbrīvoja no ērkšķa.

Ganu zēns: Ar tevi viss būs kārtībā, tikai centies pagaidām pārāk daudz nestaigāt.

Lauva: Paldies!

Stāstītājs: Vairāk nebilstot ne vārda, lauva pazuda mežā. Pagāja laiks, un reiz zēnu nepatiesi apvairoja aitu zagšanā.

Zemnieks: Pieķēru tevi, tu, ļaunais puika! Kāds man pačukstēja, ka tu man zogot aitas. Tagad es tevi vedīšu pie tiesneša, lai uzreiz spriež taisnu tiesu!

Ganu zēns: Es neesmu vainīgs, kungs! Tas nebiju es!

Zemnieks: Es tev neticu. Tūlīt pat nāc man līdzī vai arī es tevi piekaušu.

[Darbības vietas maiņa. Tiesas zāle.]

Stāstītājs: Tajos laikos sods par zagšanu bija ļoti smags.

Tiesnesis: Tevi apsūdz aitu zagšanā. Tā ir ļoti nopietna apsūdzība. Es pavēlu tevi vest prom uz arēnu un nākamnedēļ iemest lauva bedrē.

Stāstītājs: Pēc nedēļas nabaga ganu zēnu aizveda uz romiešu spēlēm, kuras notika ļoti lielā arēnā, ko sauca par Kolizeju, un viņš attapās, stāvam kliezdoša pūļa un paša imperatora priekšā. Viņu taisījās mest iekšā pie lauvām. Viņš centās drosmīgi stāvēt krātiņa vidū, turēdamies pie biezā koka gabala, kas viņam bija iedots, lai cīnītos pretī lauvām. Nabaga ganu zēns trīcēja pie visām miesām. Taču tad, visiem par pārsteigumu, lielākā no visām lauvām apgūlās smiltīs un pazemībā nolieca galvu.

Lauva: Vai tu mani neatpazīsti? Tu man reiz mežā palīdzēja, kad man bija savainota ķepa. Redzi, tagad tā ir gandrīz sadzijusi *[paceļ ķepu]*.

Stāstītājs: Zēns izbrīnīts stāvēja, turēdams lauvas ķepu. Pārējās mežonīgās lauvas drīz vien atkāpās, redzēdamas, ka visstiprākā no visām lauvām no cīņas ir atteikusies.

Pūlis: Atbrīvojiet viņu! Apžēlojieties par viņu!

Imperators: Panāc šurpu, ganu zēn! Es no sava troņa uz paaugstinājuma redzēju visu, kas te tikko notika. Lauvu uzvedība tavā klātbūtnē ir ļoti neparasta. Acīmredzot, tu esi ļoti īpašs zēns, un arī lauva ir īpaša. Tu un lauva tiekat atlaisti brīvībā.

Stāstītājs: Kopš tā laika lauva un ganu zēns nekad vairs negāja šķirtus ceļus un visu atlikušo dzīvi bija labi draugi.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties un piedaloties lugā?

2. Mīļākās TV un radio programmas

Vispirms aiciniet bērnus runāt par viņu mīļāko TV vai radio programmu vai par kādu iemīļotu grāmatu. Izveidojiet sarakstu un sarindojoiet secībā, sākot ar visvairāk iecienīto TV un radio programmu.

Pēc tam uzdodiet bērniem šādus jautājumus:

Ko mums labu māca šī programma / grāmata?

Ko mums sliktu māca šī programma / grāmata?

Aplūkojiet katru programmu, uzdodot šos divus jautājumus.

Neaizmirstiet par programmu / grāmatu saraksta beigās, citādāk laika trūkuma dēļ to varētu nākties izlaist.

Tālāk darbs norit pa pāriem vai grupās pa četri: jāizveido tādu programmu / grāmatu saraksts, kas iedvesmo, iepriecina vai stāsta par to, cik dzīve ir skaista.

Nobeigumā pārrunājiet, ko esat atklājuši nodarbības laikā.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

JA TU ILGOJIES
PĒC MĪLESTĪBAS
(mūzikas un dziesmas vārdu autore
Sāra Džouna)

Ja tu ilgojies pēc mīlestības,
Tev ir jābūt mīlošam;
Ja tu ilgojies pēc miera,
Tev ir jābūt mierīgam;
Ja tu ilgojies pēc patiesības,
Tev ir jābūt patiesam.
Kopā tas rada
Vērtīgu dzīvi.

Ja tu ilgojies pēc prieka,
Tev ir jābūt priecīgam;
Ja tu ilgojies pēc svētlaimes,
Tev ir jābūt svētlaimīgam;
Ja tu ilgojies pēc draugiem,
Tev ir jābūt draudzīgam.
Kopā tas rada
Vērtīgu dzīvi.

(Atkārtot)

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Mēs varam saglabāt sevī prieku, rūpējoties par citiem un izjutot pateicību pret tiem, kas rūpējas par mums.”

KĀ TIKT GALĀ AR SĒRĀM?

Mērķis: Apjaust savas sajūtas un to, kā saskatot un pieņemot savas sajūtas, mēs varam tikt galā ar sērām.

Atslēgvārdi: apjucis, skumjas, atskaņas, izlocīšanās.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

DZĪVE IR ĪSA,
TAČU, LAI UZSMAIDĪTU OTRAM,
VAJAG TIKAI SEKUNDI.

KUBIEŠU SAKĀMVĀRDS



Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojaties sevi vietā, kur jūtaties ļoti droši un laimīgi.

Atcerieties brīdi, kad jūs zaudējāt kādu sev tuvu cilvēku vai lietu.

Sajūtiēt skumjas, kas radās, zaudējot šo īpašo lietu vai kādu mīļu cilvēku, ar kuru jums patika būt kopā.

Atsauciet atmiņā vietu, kur jums abiem patika atrasties, kad bijāt kopā.

Sajūtiēt sevī prieku, atceroties šo laiku.

Atcerieties šo cilvēku, kad viņš bija laimīgs.

Sūtiet šim cilvēkam mīlestības pilnas domas.

Esiet laimīgs par to, ka bijāt pazīstami.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

JOCIŅŠ-SPOCIŅŠ

Anna Makmeila

Bens mīlēja savu vectēvu. Viņš savus vecvecākus sauca par vectēvu Emu (jo viņa vārds bija Emriss) un vecmāmiņu Emu. Vectēvs Ems bija slavens, jo viņš audzēja vislabākos dārzeņus un puķes visā ielejā. Viņš nekad neizgāja no mājas, aiz savas vecās auduma hūtes neaizlikdams kādu ziediņu un, kad viņš bija uzvilcis savas labākās drēbes, viņš vienmēr ielika kādu ziediņu uzvalka pogcaurumā. Vectēvs Ems nekad negāja uz tirgu pārdot savus dārzeņus. Visus brīnišķīgos dārzeņus viņš audzēja tāpat vien un apēda vai arī atdeva citiem. Ikreiz, kad pie viņiem uz mazo viendzīvokļa mājiņu ar terasi ciemos atnāca draugi, vectēvs apdāvināja dāmas ar lieliem puķu pušķiem, kas parasti bija veidoti no puķu zirniņiem.

Ikviens teica, ka viņam ir 'zaļie pirkstiņi', taču Benam tie nepavisam nelikās zaļi, ja nu vienīgi no dārza darbiem nedaudz raupji un saulē iedeguši.

Benam patika iet uz vectēva Ema mazdārziņu un palīdzēt viņam rakšanas vai stādīšanas darbos vai pie augļu un dārzeņu novākšanas. Vectēvs viņam patika jo īpaši tāpēc, ka viņš jokoja un skaitīja pantiņus ar atskaņām, kurus viņš Benam arī dziedāja priekšā. Dažreiz vectētiņš Ems mēdza skandēt jocīgus pantiņus ar atskaņām, un tad viņi abi kopā smējās par tiem. Bena mīļākais pantiņš bija šāds:

Jociņš-spociņš bija tārpa vārdiņš,
Jociņam-spociņam patika locīšanās.
Jociņu-spociņu samīdīja viendien –
Nabaga Jociņš-spociņš nudien.

Vectēvs Ems vienmēr bija vai nu dārzā, vai savā zemes gabalā, jo viņam patika atrasties ārā. Lai gan viņa rokas bija raupjas un āda saulē iedegusi un krunkaina, viņa roku satvēriens Benam vienmēr radīja drošību un siltumu.

Kad viņi pārnāca mājās no dārza, vecmammai Emai jau bija gatavi krāsni cepti kartupeļi, un Bens ar vectēvu Emu kopā sēdās pie galda. Viņu mājās viss šķita tā, kā tam ir jābūt. Bija kluss, bet Bens juta, ka viņš tur iederas.

Kādā slapjā trešdienas pēcpusdienā, kad Bens pārnāca mājās no skolas, mamma nebija mājās. Viņš viņu sauca un bija pārsteigts, ka dzīvojamās istabas durvīs parādījās viņu kaimiņiene Vinsentas kundze.

"Tava mamma drīz būs atpakaļ, viņai tikai vajadzēja uz mirklīti iziet, bet es viņai piedāvāju, ka tikmēr es varētu tevi pacienāt ar tēju," teica Vinsentas kundze.

Bens bija mazliet apjucis, jo viņu vienmēr no skolas mājās sagaidīja mamma. Bens apēda pupiņas uz tostermaizes, tad Vinsentas kundze iedeva viņam vaniļas saldējumu ar šokolādes glazūru, un pēc tam viņš televizorā skatījās bērnu pārraidi. Kamēr viņš skatījās televizoru, viņš dzirdēja, kā virtuvē kāds sačukstas, un tad Vinsentas kundze ienāca un uzsauca viņam: "tā, tā, Ben! Uz drīzu tikšanos!"

Bens izgāja laukā pie mamma un, viņu ieraugot, viņš uzreiz zināja, ka kaut kas nav kārtībā. Viņa bija bāla un izskatījās bēdīga. Mamma Benam palūdza apsēsties un sāka stāstīt patiešām bēdīgas ziņas.

"Es zinu, cik ļoti tu mīli vectētiņu Emu, un es zinu, ka arī viņš tevi mīlēja, taču šorīt viņš nomira."

Bens nespēja noticēt tam, ko viņš tikko kā dzirdēja. Viņam bija slikti ap sirdi un viņam iekšā bija liela un smaga smeldze. Viņš sāka raudāt. Mamma viņu apskāva ap pleciem un turēja savās rokās vēl ilgu laiku, līdz viņš beidza raudāt, taču viņš joprojām bija nobijies un ļoti nelaimīgs.

Bens nodomāja: “Varbūt es uzvedos kā mazs bērns,” taču viņš nespēja valdīt savu satraukumu un skumjas, jo viņam patiešām pietrūka vectēva Ema. Bens gribēja iet uz bērēm, un mamma viņam arī atļāva. Viņam šķita jocīgi redzēt pieaugušos raudam, un tas lika viņam saprast, ka varbūt viņš nemaz nav uzvedies kā mazs bērns, kad raudāja.

Pēc vectētiņa nāves Benam bija grūti iet ciemos uz vecmammam Emam māju, zinot, ka viņš tur nesatiks vectēvu Emu, taču viņa Benam uzsmaidīja un priecājās viņu redzēt ikreiz, kad viņš viņu apciemoja, un tas Benam palīdzēja justies kaut nedaudz labāk. Viņam patika atrasties vecvecāku mājā, jo tur viņš jutās tuvāk vectēvam Emam: šķita, ka katrs auglis un zieds ir maza daļiņa no viņa. Bens palīdzēja saplūkt puķes, kad vecmāmiņa Ema to lūdza, un tas viņiem abiem palīdzēja atcerēties vectēvu Emu. Kad Bens strādāja zemes gabalā un dārzā, pār viņu nāca atklāsme, ka arī vectēvs Ems tagad ir nonācis tādā skaistā vietā, kur aug puķes un dārzeni.

Benam vectētiņš joprojām pietrūkst, bet tagad viņš var arī pasmaidīt, būdams dārzā un atcerēdamies labos laikus kopā ar vectēvu, un dažreiz viņš pat uzdzied savu mīļāko dziesmu:

Jociņš-spociņš bija tārpa vārdiņš,
Jociņam-spociņam patika locīšanās.
Jociņu-spociņu samīdīja viendien –
Nabaga Jociņš-spociņš nudien.

JAUTĀJUMI

1. Kā mēs varētu nosaukt šo stāstu?
2. Ko tas nozīmē, ja par kādu saku, ka viņam ir ‘zaļi pirkstiņi’?
3. Vai jūs kādreiz esat paši kaut ko izaudzējuši?
4. Vai jūs kādreiz esat zaudējuši kādu sev mīļu cilvēku?
5. Ko darīja Bens, lai palīdzētu sev justies labāk?
6. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
7. Vai šis stāsts jums atgādina kādu situāciju no jūsu dzīves?

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

JOCIŅŠ-SPOCIŅŠ

Darbība risinās Velsā.

Lomās: *Stāstītājs*
 Bens
 Vecmāmiņa Ema
 Vinsentas kundze
 Mamma

Stāstītājs: Bens savus vecvecākus sauca par vectētiņu Emu un vecmāmiņu Emu. Tas tāpēc, ka vectētiņa Ema vārds bija Emriss. Vectēvs Ems bija slavens ar to, ka audzēja vislabākos dārzenus un puķes visā ielejā. Turklāt viņš nekad neizgāja no mājas, aiz savas vecās auduma hūtes neaizlikdams kādu ziediņu un, kad viņš bija tērpiess savā labākajā pelēkās krāsas uzvalkā, viņš vienmēr ielika kādu ziediņu uzvalka pogcaurumā.

Bens: Es mīlēju vectētiņu. Vectēvam Emam ļoti patika darboties dārzā. Ziniet, viņš negāja uz tirgu pārdot savus dārzenus. Viņš visus brīnišķīgos dārzenus audzēja tāpat vien un apēda tos vai arī atdeva citiem.

Vecmāmiņa Ema: Jā, ikreiz, kad pie mums uz mazo viendzīvokļa mājiņu ar terasi ciemos atnāca draugi, vectētiņš apdāvināja dāmas ar lieliem puķu pušķiem, kas parasti bija veidoti no puķu zirņiem. Protams, ja bija puķu zirņu ziedēšanas laiks.

Bens: Ikviens teica, ka viņam ir 'zaļie pirkstiņi', taču man tie nepavisam nelikās zaļi, ja nu vienīgi no dārza darbiem nedaudz raupji un saulē iedeguši. Man patika iet uz vectēva Ema zemes gabalu un palīdzēt viņam rakšanas vai stādīšanas darbos vai pie augļu un dārzeņu novākšanas. Man patika vectēvs jo īpaši tāpēc, ka viņš jokoja un skaitīja pantiņus ar atskaņām, kurus viņš man arī dziedāja priekšā. Dažreiz vectēvs Ems mēdza skandēt jocīgus pantiņus ar atskaņām, un tad mēs abi kopā smējāmies par tiem.

Vecmāmiņa Ema: Bena mīlākais pantiņš bija šāds: Jociņš-spociņš bija tārpa vārdiņš, Jociņam-spociņam patika locīšanās. Jociņu-spociņu samīdīja viendien. Nabaga Jociņš-spociņš nūdien.

Vinsentas kundze: Es atceros Bena vectēvu Emu. Viņš vienmēr bija vai nu dārzā, vai savā zemes gabalā.

Bens: Viņam patika atrasties ārā. Lai gan viņa rokas bija raupjas un āda saulē iedegusi un krunkaina, viņa roku satvēriens man vienmēr radīja drošību un siltumu.

Vecmāmiņa Ema: Kad viņi pārnāca mājās no dārza, man vienmēr jau bija gatavi krāsni cepti kartupeļi, un Bens ar vectēvu Emu kopā sēdās pie galda.

Bens: Lai arī vecvecāku mājās bija kluss, man viņu mājā viss vienmēr šķita tā, kā tam ir jābūt. Es tur jutos iedērgs. Taču kādā slapjā trešdienas pēcpusdienā, kad es pārnācu mājās no skolas, mammas nebija mājās. Es viņu sauca un bija pārsteigts, ka dzīvojamās istabas durvīs parādījās mūsu kaimiņiene Vinsentas kundze.

Vinsentas kundze: Tava mamma drīz būs atpakaļ, viņai tikai vajadzēja uz mirklīti iziet, tāpēc es viņai teicu, ka tikmēr varu tevi pacienāt ar tēju.

Bens: Es biju mazliet apjucis, jo mamma mani vienmēr sagaidīja mājās no skolas.

Vinsentas kundze: Un tomēr tu apēdi pupiņas uz tostermaizes, tad es tev iedevu "Mars" saldējuma tāfelīti, un tad tu skatījies bērnu pārraidi televīzijā.

Bens: Kamēr es skatījos televizoru, es dzirdēju, ka virtuvē kāds sačukstas, un tas bija dīvaini.

Vinsentas kundze: 'tā, 'tā, Ben! Uz drīzu tikšanos!

Bens: [*iziet laukā pie mammas*] 'tā, 'tā, Vinsentas kundze! Mamm, es redzu tavā sejā, ka kaut kas nav kārtībā. Tu esi tik bāla un bēdīga. Kas noticis?

Mamma: [*apsēzdamās*] Ben, nāc un apsēdies. Man ir patiešām bēdīgas ziņas. Es zinu, cik ļoti tu mīli vectētiņu Emu, un es zinu, ka arī viņš tevi mīlēja. Man ir ļoti žēl, ka man tas tev jāsaprot, taču šorīt viņš nomira.

Stāstītājs: Bens nespēja noticēt tam, ko viņš tikko dzirdēja. Viņam bija slikti ap sirdi un viņam iekšā bija liela un smaga smeldze. Viņam sāka raustīties pleci, un viņš sāka raudāt. Mamma viņu apskāva ap pleciem un turēja savās rokās vēl ilgu laiku.

Bens: [*pa vidu elsam*] Varbūt es uzvedos kā mazs bērns, taču es nespēju valdīt savu satraukumu un skumjas, jo man patiešām pietrūks vectētiņa Ema.

Mamma: Tas nekas, dēliņ. Tas ir dabiski. Raudi tik, cik tev gribas.

Stāstītājs: Beigu beigās Bens pārstāja raudāt, taču joprojām jutās nobijies un dziļi nelaimīgs.

Bens: Es gribu iet uz bērēm, mammu. Es taču driksu iet, vai ne?

Mamma: Protams, drikssti!

Stāstītājs: Bērēs Benam šķita jocīgi redzēt pieaugušos raudam, un tas lika viņam saprast, ka varbūt viņš nemaz nav uzvedies kā mazs bērns, kad viņš raudāja.

Bens: Turpmāk man bija grūti iet uz vecmāmiņas Emas māju, zinot, ka es tur nesatikšu vectēvu Emu, taču viņa man vienmēr uzsmaidīja un priecājās mani redzēt ikreiz, kad es viņu apciemoju, un tas man palīdzēja justies kaut nedaudz labāk. Mēs abi apsēdāmies iedzert tasi tējas un uzkost apaļmaizītes, un runājām par vectētiņu Emu. Uz galda stāvēja skaista vāze ar puķu zirņiem. Man tur patika atrasties, jo es jutos tuvāk vectēvam Emam. Šķita, ka katrs auglis un zieds ir maza daļiņa no viņa. Turklāt bija jauki satikt vecmāmiņu.

Vecmāmiņa Ema: Kopš tās dienas Bens bieži mēdza palīdzēt pie puķu plūkšanas. Tas mums abiem palīdzēja atcerēties vectēvu Emu.

Bens: Kad es strādāju zemes gabalā un dārzā, es domāju par to, ka vectēvs Ems tagad ir nonācis kādā skaistā vietā, kur aug puķes un dārzeni.

Stāstītājs: Benam vectētiņš joprojām pietrūkst, bet tagad viņš var arī pasmaidīt, būdams dārzā un atcerēdamies labos laikus kopā ar vectēvu, un dažreiz viņš uzdzied savu mīļāko dziesmu:

Jociņš-spociņš bija tārpa vārdiņš,
 Jociņam-spociņam patika locīšanās.
 Jociņu-spociņu samīdīja viendien –
 Nabaga Jociņš-spociņš nudien.

JAUTĀJUMS:

Kā jūs jutāties, kad noklausījāties, skatījāties un piedalījāties lugā?

2. Mākslas darbs

Atskaņojiet mūziku un aiciniet bērnus uzzīmēt to, ko viņi 'dzird' savā prātā!

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DZIĻŠ MIERS

(Tradicionāla gēlu svētība)

Dziļš miers kā vilnis pārņem tevi.

Dziļš miers kā gaiss ar tevi.

Dziļš miers ar klusu zemi lai ir tevī.

Dziļš miers ar spožām zvaigznēm lai ir tevī.

Dziļš miers kā maiga nakts ar Tevi.

Mēness un zvaigznes lej savu dziedinošo gaismu pār tevi.

Dziļš miers lai ir tevī.

Mēness un zvaigznes lej savu dziedinošo gaismu pār tevi.

Dziļš miers lai ir tevī.

(Atkārtot)

Mēness un zvaigznes lej savu dziedinošo gaismu pār tevi.

Dziļš miers lai ir tevī.

(Atkārtot x 2)

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es būšu laipns, izpalīdzīgs un priecīgs.” Pasmaidiet savam blakus sēdētājam pa labi un pa kreisi.

IECIETĪBA, PIEDOŠANA UN SAPRATNE

Mērķis: Aplūkot un apzināties dažādus apceļšanas veidus; kā jūtas tas, kuru apceļ, un kāpēc apceļ citus nav pareizi.

Atslēgvārdi: greizsirdīgs, nervozs, plastmasas, slīpums.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

JA PASLĪD MUTE,
TĀ IR SLIDENĀKA NEKĀ PĒDA.

GANIEŠU SAKĀMVĀRDS



Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Atsauciet atmiņā laiku, kad jutāt nožēlu par to, ka esat kādu sāpinājuši.

Savās domās atvainojieties šim cilvēkam.

Iztēlojieties, cik šis cilvēks ir priecīgs, zinot, ka jūs nožēlojat savu rīcību.

Cik jums pašiem tagad ir laba sajūta!

Tagad iztēlojieties, ka skrienat pāri laukam.

Jūs dzirdat, kā gar ausīm svilpo vējš.

Lauka malā ir skaists, dzidrs ezers.

Ja jūs vēlaties, jūs dīkstāt ienirt tajā un nopeldēties.

Cik ūdens ir atsvaidzinošs un tīrs!

Jūs iznākat no ūdens, juzdamies tīri un mierīgi.

Noslaukieties dvielī un sajūtiat sevī mieru un prieku.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

SLIDENĀ NOGĀZE

Anna Makmeila

Tomass un Dafids bija draugi, kuri mācījās vienā klasē. Kad Dafidam bija devītā dzimšanas diena, viņš pie sevis uzaicināja ciemos gandrīz visus klasesbiedrus. Tomass brīnišķīgi pavadīja laiku, dejodams ar vienu no klasesbiedrenēm vārdā Siāna, taču Dafids bija uz Tomasu greizsirdīgs.

Kad dzimšanas dienas ballīte bija pusē, Dafids izspēlēja ar Tomasu ļaunu joku: viņš uzlika Tomasam uz muguras milzīgu zirnekli (nabaga zirneklis!). Kaut kad iepriekš Tomass bija Dafidam atklājis savas bailes no zirnekļiem, tāpēc šādi rīkoties no Dafida puses bija patiešām nejauki. Tomass tik ļoti pārbijās, ka sāka raudāt, kliegt un paniski lēkāt, izskatīdamies pagalam muļķīgi, taču viņš nespēja apstāties. Viņš bija tik ļoti nobijies, ka viņa sirds no bailēm gandrīz izlēca no krūtīm laukā. Tomass bija priecīgs, kad ballīte bija beigusies un viņš varēja doties mājās.

Pirmdien viņam vajadzēja skatīties acīs visiem klasesbiedriem un, pats ļaunākais, arī Siānai. Viņš jutās tik ļoti neērti, ka viņam palika slikti. Viņš ar grūtībām norija siekalas. Dafids par viņu smējās un apsaukāja par 'cāli'. Viņš plivināja rokas augšā un lejā, atdarinādams vistu, un kladzināja kā vista. Tomass sāka justies pavisam satraukts, līdz viņa acu skatiens sastapās ar Siānas acu skatienu, un viņa Tomasam uzsmaidīja. Kaut kādā ziņā tas viņam lika justies daudz labāk.

Aptuveni pēc nedēļas Siāna un Tomass kopā gāja augšup pa 'Stāvo nogāzi'. Tā bija ļoti stāva kalna daļa tieši aiz Tomasa mājas. Viņa mamma pa virtuves logu viņus abus vēroja, kā viņi slidinās lejā pa nogāzi uz plastmasas maisiņiem. Tas bija ģeniāli! Viss bija labi, izņemot to, ka pašā nobrauciena galā bija liels kritums. Ja pa nogāzi lejup šļūca gudri, manevrējot pa labi vai pa kreisi, tad no krituma varēja izvairīties. Taču, ja ar stūrēšanu ir tā, kā ir, tad sanāk nošķūk taisni pāri malai un iekšā kazenājos. Au!

Kad Tomass un Siāna gāja garām kazenājiem un kokiem, viņi izdzirdēja skumjus šņukstus. Viņi ieskatījās kazenājos un ieraudzīja apaļu, baltu seju vienos dubļos, asarās un nobrāzumos, un tā raudzījās viņiem tieši pretī. Uzminiet, kas tas bija? Tas bija Dafids! Tagad varēja būt Tomasa kārta smieties. Viņš pat varēja ļauties kārdinājumam atstāt Dafidu vienu, ar kazenājos iestīgušu pēcpusi, un nelikties ne zinis.

Taču Tomass bija laipns zēns. Viņš nedomāja par to, cik viņa draugs bija slikti izturējies pret viņu. Tā vietā Tomass uzreiz devās draugam palīgā. Siāna aizvāca kazenājus no Dafida sejas, kamēr Tomass no visa spēka vilka Dafidu ārā, līdz viņš bija izvilkts un nostājies viņiem blakus uz nogāzes.

Dafids jutās tik atvieglots! Taču vienlaikus viņš jutās arī slikti un, noliecis galvu, pateicās Siānai un Tomasam par palīdzību, jo tikai tagad viņš saprata, cik ļauni ir izturējies pret Tomasu, un viņam par to bija kauns.

Vai zināt – Tomass nevienam nekad neatklāja, ka Dafids kazenājos bija raudājis un ka viņš Dafidam bija palīdzējis. Tagad viņi kļuva par vēl labākiem draugiem.

JAUTĀJUMI

1. Vai jums šķiet, ka Dafidam bija paveicies, ka viņam ir tāds draugs kā Tomass? Pamatojiet savu atbildi!
2. Vai Dafids apcēla Tomasu? Ja apcēla, tad kā viņš to darīja? Kāpēc viņš to darīja, jūsuprāt?
3. Vai kāds pret jums ir izturējies nelaipni, bet jūs vienalga turpinājat būt labi draugi?
4. Vai jums kādreiz ir bijis jākaunas par savu rīcību?

5. Vai jums šķiet, ka Tomass rīkojās pareizi, palīdzēdams Dafidam?
6. Kāpēc Tomass nevienam nestāstīja par to, ka Dafids raudāja?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums atgādināja par kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Tu esi unikāls” (no grāmatas “Learning to Live!”)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

STĀVĀ NOGĀZE

Darbība risinās Velsā.

Lomās:
 Stāstītājs
 Tomass
 Dafids
 Siāna
 Citi bērni

Stāstītājs: Tomass un Dafids bija draugi, kuri mācījās vienā klasē. Kad Dafidam bija devītā dzimšanas diena, viņš pie sevis uzaicināja ciemos gandrīz visus klasesbiedrus.

[Ienāk Dafids ar draugiem, kuri sāk ballēties. Tomass dejo ar Siānu.]

Tomass brīnišķīgi pavadīja laiku, dejodams ar vienu no klasesbiedrenēm vārdā Siāna, taču Dafids bija uz Tomasu greizsirdīgs. Tāpēc Dafids izspēlēja ar Tomasu ļaunu joku.

[Dafids tuvojas Tomasam un kaut ko noliek uz viņa muguras.]

Tomass: *[trakodams]* Ā! Kas tas ir? Tas taču zirneklis! *[kliegdam uz Dafidu]*. Dafid, kā tu tā varēji rīkoties? Tu taču zini, ka man ir paniskas bailes no zirnekļiem. Tas ir tik nejauki no tavas puses!

Stāstītājs: Tomass tik ļoti pārbijās, ka sāka raudāt, kļiedza un paniski lēkāja, izskatīdamies pagalam mulķīgi, taču viņš nespēja apstāties. Viņš bija tik ļoti nobijies, ka viņa sirds no bailēm gandrīz izlēca no krūtīm laukā. Tomass bija priecīgs, kad ballīte bija beigusies un viņš varēja doties mājās. *[ballīte beidzas, un visi noiet no skatuves]* Taču pirmdien nabaga Tomasam vajadzēja skatīties acīs visiem klasesbiedriem un, pats ļaunākais, arī Siānai. *[Ieiet klasē]* Viņš jutās tik ļoti neērti, ka viņam palika slikti. Viņš ar grūtībām norija siekalas.

Dafids: *[smiedamies par Tomasu un plivinādam rokās augšā un lejā]* Cālis! Kā-kā! Cālis!

Stāstītājs: Tomass sāka justies pavisam satraukts, līdz viņa acu skatiens sastapās ar Siānas acu skatienu, un viņa Tomasam uzsmaidīja. Kaut kādā ziņā tas viņam lika justies daudz labāk.

[Aina pārceļas uz “Stāvo nogāzi”.]
[Ienāk Siāna un Tomass.]

Stāstītājs: Aptuveni pēc nedēļas Siāna un Tomass kopā gāja augšup pa ‘Stāvo nogāzi’. Tā bija ļoti stāva kalna daļa tieši aiz Tomasa mājas. Viņa mamma pa virtuves logu vēroja viņus abus, kā viņi slidinās lejā uz plastmasas maisiņiem. Tas bija ģeniāli! Viss bija labi, izņemot to, ka pašā nobrauciena galā bija liels kritums. Ja pa nogāzi lejup šļūca gudri, manevrējot pa labi vai pa kreisi, tad no krituma varēja izvairīties. Taču, ja ar stūrēšanu ir tā, kā ir, tad sanāk nošļūk taisni pāri malai un iekšā kazenājos. Au! Kad Tomass un Siāna gāja garām kazenājiem un kokiem, viņi izdzirdēja ...

[kāds raud]

Siāna: Tomass, vai tu dzirdi? Man šķiet, ka kaut kur kāds raud.

Tomass: Jā, man arī tā šķiet, Siāna. Izklausās, ka skaņa nāk no kazenājiem mums aizmugurē. Ejam skatīties.... O!

Stāstītājs: Viņi ieskatījās kazenājos un ieraudzīja apaļu, baltu seju vienos dubļos, asarās un nobrāzumos, un tā raudzījās viņiem tieši pretī. Uzminiet, kas tas bija? Tas bija Dafids! Tagad varēja būt Tomasa kārta smieties. Viņš pat varēja ļauties kārdinājumam atstāt Dafidu vienu, ar kazenājos iestigušu pēcpusi, un nelikties par viņu ne zinis. Taču Tomass bija laipns zēns. Viņš nedomāja par to, cik viņa draugs bija slikti izturējies pret viņu.

[Siāna aizvāc kazenājus no Dafida sejas, kamēr Tomass no visa spēka velk Dafidu ārā no krūmiem. Ka Dafids ir atbrīvots, viņš ar nodurtu galvu lūkojas savās kājās.]

Tomass: *[pabīdīdams Dafida galvu uz augšu]* Dafid, viss ir kārtībā. Tev nav jākaunas! Tā padarīšana ar zirnekli ir aizmirsta. Esmu pārliecināts, ka tu to domāji kā joku. Aizmirsīsim to un piedosim viens otram, un būsīm atkal draugi!

Siāna: Jā, Dafid! Mēs gribam būt tavi draugi.

Dafids: Es arī to gribētu. Tomass, tāpēc es tev uz muguras uzlikto to zirnekli. Es biju greizsirdīgs par tavu draudzību ar Siānu.

Tomass: Tagad tas viss ir pagātnē [un viņi visi trīs saliek kopā rokas un noiet no skatuves].

Stāstītājs: Vai zināt – Tomass nevienam nekad neatklāja, ka Dafids kazenājos bija raudājis un ka viņš Dafidam bija palīdzējis. Tagad paši pirmie, kas kopā izskrien skolas pagalmā stundu pārtraukumos, ir Dafids un Tomass.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. Apcelšana

Diskusija pa pāriem

Vai tu kādreiz esi kādu apcēlis?

Vai kādreiz tevi kāds ir apcēlis?

Kā tu rīkojies šajā situācijā?

Dodiet pāris minūtes laika izteikties vienam partnerim, tad runā otrs partneris.

3. Plakāts “Nost ar apcelšanu!”

Katram bērnam izsniegt vienu plakāta kopijas eksemplāru (sk. 116. lpp.).

Pārrunājiet plakāta saturu.

Lūdziet, lai bērni plakātu izkrāso un ieraksta paši savu vēstījumu saistībā ar apcelšanas tēmu.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

KAD ESAM LABĀ GARASTĀVOKLĪ
(*Sāras Džounas mūzika un dziesmas vārdi*)

Kad esam labā garastāvoklī
Vai gaužām bēdīgā un skumjā,
Ievelkam dziļu elpu un sakām – viss kārtībā!

(*Piedz.*) *Nepalīdz, ja mēs grimstam sliktajās sajūtās.
Tiekam no tās ārā tūlīt un domājam gaišākas domas!
Jo citādāk mēs visu darām sliktāku,
Ja staigājam vaidēdami un lamādamies.
Taču mēs esam priecīgi, ja ap stūri mūs jau gaida kas labs.*

Ja esam steigā
Vai nevaram sakopot domas uz mērķi,
Ievelkam dziļu elpu un sakām – viss kārtībā!

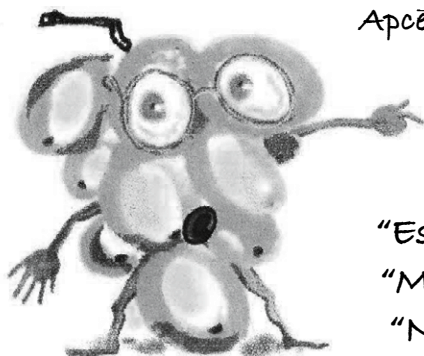
(*Piedz.*) *Nepalīdz, ja mēs grimstam sliktajās sajūtās...*

(*Atkārtot 1. pantu*)

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Mums ir miers, mēs dalāmies ar mieru. Mums ir mīlestība, mēs dalāmies ar mīlestību. Mums ir prieks, mēs dalāmies priekā.”

HARTA "NOST AR APCELŠANU"

Apcelšana var skart ikvienu!



Apcēlēji par saviem upuriem izvēlas tādus cilvēkus, kuri izskatās mazāki, atšķirīgāki vai vājāki!

Apcēlēji var apsaukt vai izteikt draudus, piemēram, ar šādiem vārdiem:

"Es esmu labāks par Tevi!"

"Man ir vairāk nekā Tev!"

"Neuzdrošinies nosūdzēt MANI, vai arī ...!"



SAGLABĀ
MIERU!



NEVAINO
SEVI!

NEIESAISTIES!

PALĪDZI TO IZBEIGT JAU ŠODIEN!

NESIT PRETĪ!

JĀ VARI, IESKATIES APCĒLĒJAM ACĪS!

SAKI VIŅAM, LAI IZBEIDZ!

TAD EJ PROJĀM UN PASAKI PIEAUGUŠAJAM.

JĀ TEV IR BAIL, EJ KOPĀ AR DRAUGU!



IKVIENS VAR PALĪDZĒT IZBEIGT APCELŠANU!

ESI DRAUGS, NEVIS APCĒLĒJS!



PATIESĪBA



MĪLESTĪBA



MIERS



KOPREIZA RĪCĪBA



NEVARDARBĪBA

RŪPES PAR SEV PIEDEROŠĀM MANTĀM

Mērķis: Vairo izpratni par to, kāpēc ir svarīgi rūpēties par sev piederošām mantām un mājdzīvniekiem.
Spēt sajūst empātiju ar citām dzīvajām radībām.
Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.
Apzināties, ka pastāv dažādi apcelšanas un ķircināšanas veido un ka apcelt citus nav pareizi.

Atslēgvārdi: atdarināt, beigu beigās, vilšanās, necilvēcīgs, mango, mistisks, nejauks, dārgs, noraidīts, nevēlams.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA



**PRET VISĀM LIETĀM
IZTURIES UZMANĪGI.**

Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt.

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iedomājieties visas tās lietas, kas jūs dara laimīgus.

Spēl'mantas, spēles, mājdzīvnieki, jūsu mīlās mājas.

Cik tās jums ir svarīgas!

Cik svarīgi ir ar tām apieties uzmanīgi, nesāpināt vai nesabojāt tās!

Padomājiet par visām lietām skolā: par savu klasi, savu galdu un krēslu!

Cik svarīgi ir to uzturēt tīru un kārtīgu un tos nesabojāt!

Jūties priecīgs par to, ka pret visām lietām izturies ar rūpību un uzmanību!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

SĒNA UN BOBIJS

Elizabete Frimponga

Reiz Āfrikā dzīvoja astoņus ar pusi gadus vecs zēns vārdā Sēna. Kad viņš bija mazs, viņš bija tik nerātns, ka viņš vienā bērnudārzā negāja ilgāk par trīs dienām. Viņu atteicās uzņemt tik daudzos bērnudārzos, ka viņa mamma izlēma: labāk lai viņš paliek mājās. Pat mammai algotās auklītes bija tik nogurdinātas un bezspēcīgas, ka beigu beigās vecmāmiņai nācās uzņemties visu atbildību par Sēnu.

Sēna lēkāja no galda uz galdu, atdarinādams pērtiķi. Viņš ar nazi sabojāja mēbeles dzīvojamā istabā, ar gariem mietiem saskrāpēja trauku skapīšus, sīta citiem ar mietu un tad bēga prom. Beigu beigās viņa mammai nācās sapakot visus dārgos mājas dekorus un ieslēgt tos drošā vietā. Sēna nekad negulēja pēcpusdienas diendusu, un no rītiem viņš vienmēr pamodās pats pirmais, jo īpaši nedēļas nogalēs, kad vecāki gribēja nosnausties nedaudz ilgāk. Viņš pamodās agri un darīja visu, lai neviens mājās vairs nespētu pagulēt. Viņš mēdza ielavīties citu guļamistabās un pūst ausīs un degunos karstu gaisu, tādā veidā visus pamodinādam. Viņš domāja, ka tas ir ļoti jautri, taču viņa uzvedība nepavisam tāda nešķita citiem.

Viendien viņš jautāja mammai: “Mammu, vai tu man nopirksi kaķi?”

Mamma dusmās un aizkaitinājumā pagriezās pret viņu un teica: “Ko? Tev nopirkt kaķi? Tu esi saplēsis visas savas mantas un arī visas māsas mantas, un tagad tu gribi kaķi? Kaķi! Dzīvu radību! Kā gan tu spēsi rūpēties par kaķi? Atbildē ir NĒ!”

Sēna noskumis gāja projām, jo viņš zināja, ka mammai ir taisnība. Pēc pāris dienām viņš atkal vērsās pie mammai un uzdeva to pašu jautājumu, un mammai atbilde vienmēr bija tā pati.

“Nē! Nē! Nē! Nekādā gadījumā dzīvu radību. Tu pret to slikti izturēsies vai arī nobeigsi.”

Sēna pagriezās pret savu jaunāko māsi, kura stāvēja viņam aiz muguras. Viņa teica: “Mammu, tev ir taisnība, viņš to nogalinātu.” Mammai par pārsteigumu Sēna neko neteica, tik vien kā pagriezās un aizgāja.

Kad viņš trešoreiz uzdeva mammai to pašu jautājumu, mamma teica: “Es padomāšu.” Jau atkal viņš noskumis devās prom, taču nu jau ar mazu cerības staru. Visu šo nedēļu laikā viņš bija kluss un noskumis, un mamma viņu vēroja. Visi bija izbrīnīti par to, ka Sēna ir izrādījis jebkādas jūtas. Viņa mamma izlēma viņu pārsteigt, taču joprojām saglabājot modrību un vērojot Sēnas darbības, ko darīja arī viņa vecmāmiņa un pārējie.

Visbeidzot viendien viņa mamma pārnāca mājās no darba ar brīnišķīgu kaķēnu rokās. Sēna no prieka lēkāja un teica: “Sveiks, Bobij! Hei, Bobij, jaukumiņ!” Viņš bija aizkustināts un priecīgs. Viņš bija pārlaimīgs. Viņš jau sen bija izdomājis, kādu vārdu viņš dotu savam kaķēnam. Viņš tam deva ēst, spēlējās ar to un izturējās pret to ļoti laipni. Kādu brīdi Sēna ar kaķēnu dzīvoja mierīgi un laimīgi, bet ne uz ilgu laiku.

Kopš kaķēna ierašanās ģimenē nebija pagājusi vairāk kā nedēļa, kad Bobijs tika iemests ūdens tvertnē. Par laimi, vecmāmiņa to redzēja un izglāba kaķēnu no noslikšanas. Nākamo divu dienu laikā Sēna ar kaķēnu izspēlēja visādus ļaunus jokus, tāpēc viņa mamma izlēma kaķēnu vest prom.

Tālāk notika kaut kas mistisks. Tajā pašā pēcpusdienā Sēna aizmiga dārzā zem ēnaina mango koka. Bobijs bija apgūlies viņam blakus pie galvas. Labi, ka Sēna ātri iemiga. Viņam bija dīvains sapnis. Sapnī viņš pats pārvērtās par kaķi un Bobijs, savukārt, par mazu zēnu. Zēns sāka izspēlēt ar viņu dažādus jokus, un viņam nācās izbaudīt visas nejaukākas lietas, ko viņš bija

nodarījis Bobijam. Sapnī viņš redzēja mātai līdzīgu meiteni, kas viņos ļoti mierīgi nolūkojās. Mazā meitene sāka dziedāt: “Nedari tā nabaga mincītim! Nē! Nē! Nē! Nē!” Viņš pamodās nosvīdis un aiz bailēm trīcēja. Sapnis šķita tik īsts. Viņš bija tā sabiedēts, ka sāka raudāt. Sēna maigi paņēma rokās Bobiju un apņēmas viņam atkal būt patiešām labs draugs.

“Tu esi mans draugs. Es būšu tavs draugs,” viņš apsolīja.

Kopš tā laika viņš turēja savu solījumu un ne tikai to, ko viņš bija devis Bobijam. Izmaiņas Sēnas uzvedībā pamanīja viņa ģimene, draugi un pat skolotāji, kuri par to priecājās. Sākumā visi bija izbrīnīti, taču palēnām visi aizmirs par veco Sēnu, viņa nežēlībām un nepatīkamajiem ieradumiem, un viņi visi dzīvoja laimīgi.

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc Sēna nevienā bērnudārzā nevarēja noturēties ilgāk par trīs dienām?
2. Kā viņš uzvedās mājās?
3. Ko viņam atbildēja mamma, kad viņš gribēja kaķēnu?
4. Kāpēc beigu beigās mamma viņam nopirka kaķēnu?
5. Kā viņš pret kaķēnu izturējās pirmajā nedēļā?
6. Kas ar kaķēnu notika pēc pirmās nedēļas?
7. Kas Sēnam lika mainīt uzvedību?
8. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
9. Vai šis stāsts jums atgādina par kādu situāciju no jūsu dzīves?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DZIESMA PAR ĶERMENI
(*Stjuarta Džounza mūzika,
Sāras Džonas vārdi*)

Lai mana galva sajūt mieru,
Lai manas acis ierauga labo,
Lai mana mute teic vienīgi taisnību,
Lai manas rokas vienmēr palīdz,
Lai manas kājas kustās darbā,
Lai mani vienmēr vada sirds,
Vienmēr pilna mīlestības.
(*Atkārot*)

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

SĒNA UN BOBIJS

Darbība risinās Āfrikā.

Lomās: *Stāstītājs*
 Vecmāmiņa
 Mamma
 Sēna
 Māsa
 Kaķis

Stāstītājs: Reiz Āfrikā dzīvoja astoņus ar pusi gadus vecs zēns vārdā Sēna. Kad viņš bija mazs, viņš bija tik nerātns, ka viņš nevienā bērnudārzā negāja ilgāk par trīs dienām. Viņu atteicās uzņemt tik daudzos bērnudārzos, ka viņa mamma izdomāja – labāk lai viņš paliek mājās. Pat mammas algotās auklītes bija tik nogurdinātas un bezspēcīgas, ka viņa vecmāmiņai nācās uzņemties visu atbildību par viņu.

Vecmāmiņa: Sēna, vai tev tiešām ir jālec no galdu uz galdu kā pērtiķim? Pagājušonedēļ tu ar nazi sabojāji mēbeles dzīvojamā istabā, un aizpagājušonedēļ es tevi pieķēru ar gariem mietiem skrāpējam trauku skapīšus. Mūsu kaimiņš sūdzējās, ka ar vienu no tiem tu esot sitis garām ejošos cilvēkus un tad bēdzis prom un paslēpies. Vai tev tiešām šķiet, ka tā uzvesties ir labi? Kā tu justos, ja pret tevi tā izturētos?

Mamma: Man nāksies sapakot visus dārgos mājas dekorus un ieslēgt tos drošā vietā. Ja vien Sēna gulētu pēcpusdienas diendusu, tad mums kaut uz mirkli būtu miers.

Vecmāmiņa: Ja vien no rītiem viņš vienmēr nepamostos pats pirmais, tad mēs varētu arī apdarīt savus darbus.

Mamma: Jā, mēs ļoti priecātos, ja nedēļas nogalēs varētu nosnausties nedaudz ilgāk. Taču Sēna mostas tik agri un dara visu, lai neviens mājās vairs nevarētu pagulēt. Viņš mēdz ielavīties citu guļamistabās un pūst ausīs un degunos karstu gaisu, tādā veidā visus pamodinādam. Viņš doma, ka tas ir ļoti jautri, taču viņa uzvedība nepavisam tāda nešķiet citiem. Jo īpaši mulsinoši tas ir tad, kad pie mums nakšņo draugi.

Sēna: Mammu, vai tu man nopirksi kaķi?

Mamma: *[apgriežas un dusmīgā balsī saka]* Ko? Tev nopirkt kaķi? Tu esi saplēsis visas savas mantas un arī visas māsas mantas, un tagad tu gribi kaķi? Kaķi! Dzīvu radību! Kā gan tu spēsi rūpēties par kaķi? Atbildē ir NĒ!

Stāstītājs: Sēna noskumis gāja projām, jo viņš zināja, ka mammai ir taisnība. Pēc pāris dienām viņš atkal vērsās pie mammas un uzdeva to pašu jautājumu, un mammas atbilde vienmēr bija tā pati.

Mamma: Nē! Nē! Nē! Nekādā gadījumā dzīvu radību. Tu pret to slikti izturēties vai arī nobeigsi.

Sēna: *[pagriežas pret savu jaunāko māsu, kura stāv viņam aiz muguras]* Pasaki mammai, ka mums vajag kaķi. Tev arī patiks.

Māsa: Mammu, tev ir taisnība. Viņš to nogalinātu.

Stāstītājs: Mammai par pārsteigumu Sēna neko neteica, pagriezās un aizgāja. Vēlāk viņš mammai uzdeva to pašu jautājumu un tad vēlreiz, jau trešo reizi.

Mamma: Es padomāšu.

Stāstītājs: Jau atkal viņš noskumis devās prom, taču nu jau ar mazu cerības staru. Visu šo nedēļu laikā viņš bija kluss un noskumis, un mamma viņu vēroja. Visi bija izbrīnīti par to, ka Sēna ir izrādījis jebkādas jūtas. Viņa mamma izlēma viņu pārsteigt, taču joprojām saglabājot modrību un vērojot Sēnas darbības. Visbeidzot viendien viņa mamma pārnāca mājās no darba ar brīnišķīgu kaķēnu rokās.

Mamma: Sēna, man tev ir pārsteigums. Es tev nopirku kaķēnu, kā tu to gribēji.

Sēna: [no prieka lēkādams] Sveiks, Bobij! Hei, Bobij, jaukumiņ!

Vecmāmiņa: Viņš ir tik aizkustināts un priecīgs. Viņš ir pārlaimīgs. Viņš pat ir izdomājis kaķēnam vārdu.

Sēna: Es tam došu ēst, un mēs varēsim kopā spēlēties. Es pret Bobiju būšu ļoti labs.

Stāstītājs: Kādu brīdi Sēna ar kaķēnu dzīvoja mierīgi un laimīgi, bet ne uz ilgu laiku. Kopš kaķēna ierašanās ģimenē nebija pagājusi vairāk kā nedēļa, kad viņš Bobiju netišām iemeta ūdens tvertnē.

Vecmāmiņa: Par laimi, es to redzēju un izglābu kaķēnu no noslīkšanas.

Stāstītājs: Nākamo divu dienu laikā Sēna ar kaķēnu izspēlēja visādus ļaunus jokus.

Mamma: Esmu izlēmusi rīt kaķēnu vest projām.

Stāstītājs: Tālāk notika kaut kas mistisks. Tajā pašā pēcpusdienā Sēna aizmiga dārzā zem ēnaina mango koka. Bobijs bija apgūlies viņam blakus pie galvas. Labi, ka Sēna ātri iemiga.

Sēna: Man bija divains sapnis. Saprņi es pārvērtos par kaķi un Bobijs, savukārt, par mazu zēnu. Zēns sāka izspēlēt ar mani dažādus jokus, un man nācās izbaudīt visas nejaukākas lietas, ko es biju darījis Bobijam. Vēl es sapnī redzēju manai māsaī līdzīgu meiteni, kas mūsos ļoti mierīgi nolūkojās. Mazā meitene sāka dziedāt: "Nedari tā nabaga mincītim! Nē! Nē! Nē! Nē! Nē!" Es pamodos nosvīdis un aiz bailēm trīcēju. Sapnis šķita tik īsts. Es biju tā sabiedēts, ka sāku raudāt.

Stāstītājs: Sēna maigi paņēma rokās Bobiju.

Sēna: Es apņemos tev būt patiešām labs draugs. Tu esi mans draugs. Es būšu tavs draugs.

Stāstītājs: Kopš tā laika viņš turēja savu solījumu un ne tikai to, ko viņš bija devis Bobijam. Izmaiņas Sēnas uzvedībā pamanīja viņa ģimene, draugi un pat skolotāji, kuri par to priecājās. Sākumā visi bija izbrīnīti, taču palēnām visi aizmirsta par veco Sēnu, viņa nežēlībām un nepatīkamajiem ieradumiem, un viņi visi kopā dzīvoja laimīgi.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. SPĒLE “Jautātājs”

Bērni sēž pusaplī, bet viens bērns – jautātājs – sēž apla vidū. Jautātājs uzdod kādam no bērniem jautājumu.

Atbildēm ir jābūt godīgām, bet nedrīkst atbildēt ar “Jā” vai “Nē”.

Ikvienam, kurš atbild ar “Jā” vai “Nē”, ir jānosauc jautājumā ietvertā vērtība, piem., Iet ar kājām uz skolu ir labs fiziskais treniņš (vērtība: Pareiza rīcība).

Pēc tam jautātājs uzdod jautājumu nākamajam bērnam utt.

Jautājumus ir jāuzdod raiti.

Jau pirms spēles sākuma izdomājiet, cik jautājumus jautātajam ir jāuzdod, līdz notiek jautātāja maiņa.

Jautājumu piemēri:

Vai tu šorīt agri piecēlies?

Vai tu šorīt uz skolu nāci ar kājām?

Vai tevi uz skolu atveda mamma?

Vai tev šajā skolā mācās arī brālis vai māsa?

Vai šajā nedēļas nogalē tu spēlēsi futbolu?

Vai tev šorīt ir labs garastāvoklis?

Vai ārā spīd saule?

Vai tu ēd skolas pusdienas?

Vai tu esi veģetārietis?

Vai klasē tu sēdi tuvu skolotājam?

Vai tev ir jāvelk skolas forma?

Vai tev patīk dizaineru apģērbs?

Vai tu šķiro atkritumus?

Vai tev ir mājdzīvnieks? Kā tu par to rūpējies?

Vai tev ir gumijas zābakī?

Vai tu kādreiz esi bijis pludmalē?

Vai tu proti peldēt?

Nodarbības nobeigums: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, bērniem izveidojot apli un sakot: “Es laipni izturēšos pret citiem.”

VESELĪGS DZĪVESVEIDS

Mērķis: Vairo izpratni par to, cik liela nozīme ir uzturam kā veselīga dzīvesveida sastāvdaļai.

Kā izdarīt vienkāršas izvēles, kas palīdzētu uzlabot veselību un labsajūtu.

Atslēgvārdi: jaunaudzes izciršana, dobums, stumbrs, iespiests, ķepa, uztūcis, zebiekste, nelaimīgs, apņēmīgs.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

MANU ĶERMENI UN PRĀTU
BARO NE TIKAI ĒDIENS,
BET ARĪ TAS, KO
ES REDZU UN DZIRDU –
TAS PADARA MANI PAR TO,
KAS ES ESMU.



Pārrunāji, ko šis citāts varētu nozīmēt.

Kā mēs veselīgi varam pabarot savu ķermeni?

Kā mēs pabarojam savu prātu?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iedomājieties visas tās lietas, kas padara jūs par to, kas jūs esat.

Visas lietas, kas veido jūsu ķermeni un prātu:

ēdiens, ko jūs ēdat;	lietas, ko jūs lasāt;
pārraidis, ko skatāties TV;	lietas, ko jūs klausāties (mūzika);
lietas, ko saka citi cilvēki.	lietas, ko sakāt pats par sevi.

Vai jūs rūpējaties par to, lai tās visas būtu labas un veselīgas lietas?

Rūpējieties par sevi, jo vesels prāts un ķermenis ir vērtība.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

ALKATĪGĀ LAPSA

Tautas pasaka

Lapsa atklāja ēdiena glabātuvi, ko daži zemnieki bija paslēpuši koka dobumā. Lapsa bija izsalkusi, tāpēc viņa izspraucās ar savu gludo ķermeni cauri šaurai spraugai, lai tiktu dobumā, un tur visu pārtiku kāri apēda.



“Tagad es jūtos daudz labāk,” lapsa priecīgi nopūtās, ar ķepu noslaucīdama pēdējo drupaču. “Tagad man derētu tikai padzerties gardu ūdentiņu, un es būšu laimīgākā lapsa mežā.”

Kad lapsa mēģināja izkļūt no dobuma, viņa to vairs nespēja izdarīt. Viņa bija apēdusi par daudz pārtikas. Vai varat uzminēt, kas notika tālāk? Lapsas vēders kļuva pavisam liels, un viņas ķermenis izskatījās uztūcis.

Vienīgi lapsas galva un viena ķepa varēja izkļūt ārā no dobuma svaigā gaisā. Pārējās ķermeņa daļas palika kokam iekšpusē.

“Koks ir sašaurinājies,” domāja lapsa, pēkšņi juzdama bailes. “Palīgā! Palīgā! Palīgā!” viņa sauca. “Koks ir sašaurinājies. Tas mēģina mani iedzīt slazdā. Ak, Jēziņ! Ak, Jēziņ! Palīgā! Palīgā! Koks sašaurinās. Mani saspiedīs un es būšu pagalam!”

Tieši tajā brīdī garām kokam gāja zebiekste. “Lapsa, kādas mulķības tu tur runā!” teica zebiekste. “Kokam ir tāds pats izmērs, kāds tam ir vienmēr bijis. Vaina ir tevī: tu esi apēdusi par daudz. Es varētu mēģināt tevi izvilkēt, bet lielas jēgas nebūtu, jo tu esi uzresnējusi. Tev tur jāpaliek un jāgaida, kamēr kļūsi tievāka.”



To tad arī rijīgā lapsa darīja nākamās divas dienas. Viņa bija tik nelaimīga, viena pati dirnēdama koka dobumā, ka apņēmas turpmāk uzmanīgāk izvēlēties ēdamo un vairs nebūt tik alkatīga. Vai zināt, man šķiet, ka viņa vienmēr tāda ir bijusi.



JAUTĀJUMI

1. Kāpēc lapsa iestrēga koka dobumā?
2. Kas notika, kad lapsa mēģināja izkļūt no dobuma ārā?
3. Kāda bija lapsas versija par to, kāpēc viņa nevar izkļūt no koka dobuma?
4. Kā lapsa jutās?
5. Kas gāja garām kokam?
6. Vai zebiekste pret lapsu bija laipna un izpalīdzīga?
7. Vai piekrītat, ka ir svarīgi ēst veselīgu ēdienu un ievērot regulāras maltītes?
8. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
9. Vai šis stāsts jums atgādina kaut ko no jūsu dzīves?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DZIESMA PAR PAREIZU RĪCĪBU (Sāras Džounas un Stuarda Džounza mūzika)

Mēs iemācījamies, mēs iemācījamies,
Ko nozīmē "pareiza rīcība".
Mums jādara tā, kā ir pareizi
Katru dienu un nakti.

*Piedz.: Domājiet par mīlestību, domājiet par mieru,
Domājiet par patiesību visā, ko darāt.
Atrodiet šīs vērtības sirdī savā,
Sākot katru jaunu dienu.*

Ja izmantosiet vērtības šīs,
Tad rīkotos pareizi sanāks.
Laime ar visu, ko dalāties,
Un ar to parādāt, ka jums rūp.

Piedz.: Domājiet par mīlestību, domājiet par mieru...

Mēs iemācījamies, mēs iemācījamies,
Ko nozīmē "pareiza rīcība".

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

ALKATĪGĀ LAPSA

Darbība risinās mežā.

Lomās: *Pirmais mežcirtējs*
 Otrais mežcirtējs
 Stāstītājs
 Lapsa
 Zebiekste

Pirmais mežcirtējs: Šodienai būs gana strādāts jaunaudzē. Mums ir palicis daudz pārtikas rītdienas pusdienām. Atstāsim to tepat, koka dobumā, lai nebūtu jānēsā šurpu turpu.

Otrais mežcirtējs: Laba doma! Es tev palīdzēšu to aiznest uz koku. Te ir gana daudz ēdamā rītam mums visiem.

Stāstītājs: Strādnieki paslēpa ēdamo koka dobumā un devās mājup. Ārā satumsa. Tepat tuvumā pastaigājās ļoti kārna lapsa.

Lapsa: Esmu ļoti izsalkusi. Man jāatrod ēdamais šim vakaram. Es kaut ko saozu! Tuvumā kaut kur ir jābūt ēdienam. Kur gan tas ir?

[Skatās visapkārt un osta gaisu.] Te tas ir, šajā kokā! Tagad man atliek izspraukties cauri pa šauro spraugu...

Stāstītājs: Lapsa iespraucās koka dobumā, un tur kāri apēda visu mežcirtēju pārtiku.

Lapsa: *[Iaimīgi nopūzdamās un ar ķepu noslaucīdama pēdējo drupaču]* Tagad es jūtos daudz labāk. Tagad man derētu tikai padzerties gardu ūdentiņu, un es būšu laimīgākā lapsa mežā.

Stāstītājs: Kad lapsa mēģināja izklūt no dobuma, viņa to vairs nespēja izdarīt. Viņa bija apēdusi par daudz pārtikas. Lapsas vēders kļuva pavisam liels, un viņas ķermenis izskatījās uztūcis. Vienīgi lapsas galva un viena ķepa varēja izklūt ārā no dobuma svaigā gaisā. Pārējās ķermeņa daļas palika kokam iekšpusē.

Lapsa: Palīgā! Palīgā! Koks ir sašaurinājies. Tas mēģina mani iedzīt slazdā. Ak, Jēziņ! Palīgā! Palīgā! Koks sašaurinās. Mani saspiedīs un es būšu pagalam!

Zebiekste: *[Iedama garām]* Lapsa, kādas muļķības tu tur runā! Kokam ir tāds pats izmērs, kāds tam ir vienmēr bijis. Vaina ir tevī: tu esi apēdusi par daudz. Es varētu mēģināt tevi izvilkt, bet lielas jēgas nebūtu, jo tu esi uzresnējusi. Tev tur jāpaliek un jāgaida, kamēr kļūsi tievāka.

Stāstītājs: To tad arī rijīgā lapsa darīja nākamās divas dienas. Viņa bija tik nelaimīga, viena pati dirnēdama koka dobumā, ka apņēmās turpmāk uzmanīgāk izvēlēties ēdamo un vairs nebūt tik alkatīga. Vai zināt, man šķiet, ka viņa vienmēr tāda ir bijusi.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. MĪLĀKAIS ĒDIENS

Aiciniet bērnus runāt par mīlākajiem ēdieniem.

Izveidojiet sarakstu ar nosauktajiem ēdieniem un sarindojiet secībā, sākot ar vismīlāko ēdienu.

Uzdodiet šādus jautājumus:

Kuri ēdieni ir ģan ģaršīgi, ģan veselīgi?

Kuri ēdieni ir ģaršīgi, bet mazāk veselīgi?

Pārbaudiet sarakstu. Sadaliet ēdienus divās daļās: veselīgie un mazāk veselīgie. Piemēram:

Mazāk veselīgie:

saldi

sāļi

trekni

ar E vielām

utt.

Ļoti veselīgi:

svaīgi dārzeņi

svaīgi augļi

ūdens

utt.

Nodarbības nobeigums: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, aicinot bērnus sastāties aplī un sakot: “Es pievērsīšu uzmanību tam, ko es ēdu.”

Papilduzdevums / saikne ar zinātni

Klases projekts “Tu esi tas, ko tu ēd!”

Bērni var izpētīt, kā izdarīt izvēli, lai dzīvotu veselīgi un katru dienu uzņemtu sabalansētu uzturu. Veselīgas ēšanas tēma ietver arī tīrību un higiēnu ēdiena gatavošanas procesā.

Skolotāja to var parādīt, kopā ar bērniem gatavojiet veselīgu ēdienu.

PAĻAUŠANĀS UZ SEVI

Mērķis: Veicināt domāšanu par to, cik svarīgi ir rūpēties par sevi un ne vienmēr paļauties uz citiem, ka viņi parūpēsies par tavām vajadzībām.

Atslēgvārdi: Āfrika, dziļa ala, pils, dārdoņa, torņi, tornīši, gāzelēšanās.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**SLINKUMS IR RŪSA UN PUTEKĻI;
DARBS IR PALĪGS UN ATPŪTA.**

SATJA SAI



Pārrunājiet, ko šis citāts varētu nozīmēt. Vai būtu labi, ja mēs to ievērotu?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iedomājieties, ka jūs pastaigājaties pa lauku ceļu.

Zem jūsu kājām ir mīksta zeme.

Koku zari pār taku veido arku, radot patīkamu ēnu.

Cauri zariem laužas saules stari, uz takas veidojot zeltainas gaismas laukumus.

Pūš maigs vējiņš. Ieklausieties lapu čabēšanā.

Virs jūsu galvas priecīgi dzied putni. Ieklausieties viņu dziesmā.

Jūs vērojat, kā tie laidelējas no koka uz koku.

Jūs redzat, kā sarkanrīklīte danco jums blakus uz takas.

Visas dzīvās radības priecājas par to, ka ir dzīvas.

Ari jūs par to priecājaties.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

KARAĻA PILS

Afrikāņu tautas pasaka

Kad virs Āfrikas līdzenumiem parādījās pirmie mākoņi, karalis Lauva ierēcās: “Nāk Lielais Lietus. Es pavēlēšu saviem pavalstniekiem uzbūvēt man kārtīgu mājvietu. Karalim vajag pili, un es esmu zvēru karalis.” Lauvas rēciens bija tik biedējošs, ka viņa kalpi aiz bailēm trīcēja.

Karalis aizgāja pie baltajām skudrām. “Uzceliet man māju!” viņš pavēlēja. “Labi lielu.”

Baltās skudras uzcēla pili ar torņiem un tornīšiem, skursteņiem un smailēm.

Taču karalis Lauva bija pārāk liels, lai tiktu iekšā pa durvīm. “Es netaisos dzīvot kā skudra!” karalis dusmīgi teica.

Karalis devas pie audējputniem. “Uzaudiet man māju!” viņš pavēlēja. “Labi lielu.”

Audējputni uzvija ligzdu no zāļu stiebriņiem, palmu lapām un maigām, mīkstām sēklām, un pakarināja to dzeloņkoka zarā. Taču karalis Lauva bija par smagu, lai aizsniegtu durvis. “Es netaisos dzīvot kokā kā tāds putns!” karalis dusmīgi teica.

Karalis gāja pie skudrlāčiem. “Uzbūvējiet man māju!” viņš pavēlēja. “Lielu māju.”

Skudrlāči izraka milzīgu caurumu, ar vairākām istabām, ar dziļām alām un tuneļiem. Taču mitekļi bija mitrs un tik tumšs, ka Lauva neko nevarēja redzēt. “Es nedzīvošu pazemē kā tāds lācis!” karalis dusmīgi teica.

Karalis devās pie medusāpšiem. “Uzbūvējiet man māju!” viņš pavēlēja. “Lielu māju.”

Medusāpši atrada tukšu koka celmu, un apēda visas bites un medus šūnas, kas tajā atradās. Viņi iztīrīja celmu tīru jo tīru, un Lauva iekāpa tajā iekšā. Taču viņa galva izslējās ārā pa caurumu un viņa aste izslidēja laukā pa caurumu celma apakšā. “Es nedzīvošu koka celmā kā medusāpšis!” karalis dusmīgi teica.

Karalis devās pie krokodiliem. “Uzceliet man māju!” viņš pavēlēja. “Lielu māju.”

Krokodili upes krastā atrada alu un ar astēm to izslaucīja. Tad lauva iegāja tajā iekšā un aizgāja gulēt. Taču naktī ala piepildījās ar ūdeni no upes. “Es nedzīvošu ūdenī kā krokodils!” karalis dusmīgi teica.

Tikai tagad karalis Lauva bija kļuvis ļoti, ļoti dusmīgs, un debesis bija pilnas ar lieliem, tumšiem mākoņiem. Karalis Lauva sasauca visus zvērus vienkopus.

“Jums VISIEM man ir jāuzceļ māja!” viņš pavēlēja. “ĻOTI, ĻOTI LIELA māja...” Taču, kolīdz viņš pateica vārdus “ĻOTI, ĻOTI LIELA”, debesis uzliesmoja zibens un nodārdēja pērkons, un pēkšņi visur sāka gāzt Lielais Lietus.

Skudrlāči steidzās slēpties pazemē. Medusāpši vēlās uz saviem celmiem un krokodili gāzelējoties devās uz savām alām. Baltās skudras devās uz savu caurumu. Audējputni aizlaidās uz savām ligzdām. Un viņi visi noskatījās, kā karalis Lauva sēž lietū Āfrikas līdzenuma vidū.

“Viņam ir tik grūti izdabāt,” teica galvenais krokodils, klabinādams zobus. Viņam noritēja pāris asaras. Neistas. Tikai mazas krokodila asaras.

Līdz pat šai dienai karalis Lauva nav atradis sev mājvietu. Tāpēc viņš klīst pa Āfrikas līdzenumiem jebkuros laikapstākļos – saulainās un mākoņainās dienās un arī īpaši lietainās dienās.

JAUTĀJUMI

1. Kāpēc karalis Lauva gribēja māju?
2. Kam viņš pavēlēja uzcelt māju?
3. Vai viņam patika uzceltās mājas?
4. Ko zvēri domāja par karali Lauvu?
5. Kāpēc karalis Lauva pats neuzcēla sev māju?
6. Ar kādu vārdu jūs raksturotu kādu, kurš līdzīgi lauvai neko nedara pats, lai gan viņš to varētu izdarīt?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums atgādināja kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: "Sapņu piepildīšana" (no grāmatas "Learning to Live!")

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

DARI TO!
(Zitas Starkī mūzika
un dziesmas vārdi)

Dari to, dari to, dari to sevis dēļ!
Dari to, dari to, dari to sevis dēļ!
Kāpēc slinkot? Kāpēc nemēģināt?
Palīdzēt sev sasniegt vēlamu.

Dari to, dari to, dari to sevis dēļ!
Dari to, dari to, dari to sevis dēļ!
Kāpēc slinkot? Kāpēc nemēģināt?
Palīdzēt sev sasniegt vēlamu.
Dari to, dari to, dari to sevis dēļ.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

KARAĻA PILS

Darbība risinās Āfrikas līdzenumā.

Lomās: Stāstītājs
Karalis Lauva
Baltās skudras
Audējputni
Skudrlāči
Medusāpši
Krokodili

Stāstītājs: Kad virs karstajiem Āfrikas līdzenumiem parādījās pirmie mākoņi, karalis Lauva ierēcās.

Karalis Lauva: Nāk Lielais Lietus. Es pavēlēšu saviem pavalstniekiem uzbūvēt man kārtīgu mājvietu. Karalim vajag pili, un es esmu zvēru karalis.

Stāstītājs: Lauvas rēciens bija tik biedējošs, ka viņa kalpi trīcēja aiz bailēm. Karalis aizgāja pie baltajām skudrām.

Karalis Lauva: Uzceliet man māju! Labi lielu.

Baltās skudras: Jā, Jūsu Augstība.

Stāstītājs: Baltās skudras uzcēla pili ar torņiem un tornīšiem, skursteņiem un smailēm. Taču karalis Lauva bija pārāk liels, lai tiktu cauri durvīm.

Karalis Lauva: [dusmīgi] Es netaisos dzīvot kā skudra.

Stāstītājs: Karalis devas pie audējputniem.

Karalis Lauva: Uzceliet man māju! Labi lielu.

Audējputni: Jā, Jūsu augstība!

Stāstītājs: Audējputni uzvija skaistu, patīkamu un mājīgu ligzdu no zāļu stiebriņiem, palmu lapām un maigām, mīkstām sēklām, un pakarināja to dzeloņkoka zarā. Taču karalis Lauva bija par smagu, lai aizsniegtu durvis.

Karalis Lauva: [dusmīgi] Es netaisos dzīvot kokā kā tāds putns!

Stāstītājs: Karalis gāja pie skudrlāčiem.

Karalis Lauva: Uzbūvējiet man māju! Lielu māju.

Skudrlāči: Jā, Jūsu augstība.

Stāstītājs: Skudrlāči izraka milzīgu caurumu, ar īstu istabu labirintu, ar dziļām alām un tuneliem. Taču mitekļi bija mitrs un tik tumšs, ka Lauva neko nevarēja redzēt.

Karalis Lauva: [dusmīgi] Es nedzīvošu pazemē kā tāds lācis!

Stāstītājs: Karalis devās pie medusāpšiem.

Karalis Lauva: Uzbūvējiet man māju! Lielu māju.

Medusāpši: Jā, Jūsu augstība.

Stāstītājs: Medusāpši atrada tukšu koka celmu, un apēda visas bites un medus šūnas, kas tajā atradās. Viņi iztīrīja celmu tīru jo tīru, un Lauva iekāpa tajā iekšā. Taču viņa galva izslējās ārā pa caurumu un viņa aste izslīdēja laukā pa caurumu celma apakšā.

Karalis Lauva: [dusmīgi] Es nedzīvošu koka celmā kā medusāpsis!

Stāstītājs: Karalis devās pie krokodiliem.

Karalis Lauva: Uzceliet man māju! Lielu māju.

Krokodili: Jā, Jūsu majestāte!

Stāstītājs: Krokodili upes krastā atrada alu un ar astēm to izslaucīja. Tad lauva iegāja tajā iekšā un aizgāja gulēt. Taču naktī ala piepildījās ar ūdeni no upes.

Karalis Lauva: [dusmīgi] Es nedzīvošu ūdenī kā krokodils!

Stāstītājs: Nu jau karalis Lauva bija kļuvis ļoti, ļoti dusmīgs, un debesis bija pilnas ar lieliem, tumšiem mākoņiem. Karalis Lauva sasauca visus zvērus vienkopus.

Karalis Lauva: Jums VISIEM man ir jāuzceļ māja! ĻOTI, ĻOTI LIELA māja...

Stāstītājs: Taču, kolīdz viņš pateica vārdus “ĻOTI, ĻOTI LIELA”, debesīs uzliesmoja zibens un nodārdēja pērkons, un pēkšņi visur sāka gāzt Lielais Lietus. Skudrlāči steidzās slēpties pazemē. Medusāpši vēlās uz saviem celmiem un krokodili gāzelējoties devās uz savām

alām. Baltās skudras devās uz savu caurumu. Audējputni aizlaidās uz savām ligzdām. Un viņi visi noskatījās, kā karalis Lauva sēž lietū Āfrikas līdzenuma vidū.

Galvenais krokodils: [klabinādams zobus] Viņam ir tik grūti izdabāt.

Stāstītājs: Viņam noritēja pāris asaras. Neīstas. Tikai mazas krokodila asaras. Līdz pat šai dienai karalis Lauva nav atradis sev mājvietu. Tāpēc viņš kļīst pa Āfrikas līdzenumiem jebkuros laikapstākļos – saulainās un mākoņainās dienās, un arī īpaši lietainās dienās.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. Anketa

Izdaliet katram bērnam anketas lapu. Tā ir jāaizpilda. Kad tā ir aizpildīta, pārrunājiet atbildes. Vai ir kaut kas tāds, ko varētu uzlabot?

ANKETA

1. Vai Tu mājās palidzi mazgāt traukus?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

2. Vai Tu uzturi kārtībā savu istabu?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

3. Cik bieži Tu skaties televizoru?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

4. Cik bieži Tu mājās lasi grāmatas?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

5. Cik bieži Tu lūdz kādam citam kaut ko izdarīt Tavā vietā?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

6. Vai Tu dari to, ko Tev lūdz mamma vai tētis?

Katru dienu ☐ Vienreiz nedēļā ☐ Dažreiz ☐ Nekad ☐

(Atbildi uz jautājumu, atzīmējot vienu no atbildēm)

Nodarbības nobeigums: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, aicinot bērnus sastāties aplī un katram bērnam sakot:

“Šodien es iemācījos vienu noderīgu lietu, un tā ir

PALĪDZĒŠANA

Mērķis: Vairo izpratni par to, cik svarīgi ir rūpēties par savu tuvāko apkārtni un būt labvēlīgi noskaņotam pret palīdzēšanu. Ieklausīties citos, rotaļāties un strādāt sadarbībā ar citiem.

Atslēgvārdi: nemainīgi, slinki, Taizeme.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** luga.

Rēķināšana: laiks – pierakstīt pulksteņa laiku, iztērēto laiku un laiku, kas pavadīts, palīdzot citiem un veicot citus labus darbus.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas;
- Uzdevumu kartītes.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

AIZŅEMTĀ BETSIJA

Es slaucīšu prom visus netīrumus,
Es slaucīšu prom visus netīrumus,
Es slaucīšu prom visus netīrumus –
VUŠ, VUŠ, VUŠ!

Ja ienāksi ar dubļainām kurpēm,
Kad telpa ir tīra un kārtīga,
Es izslaucīšu tevi ārā uz ielas –
VUŠ, VUŠ, VUŠ!

Es nevaru iet ārā spēlēt,
Esmu ļoti aizņemta šodien.
Es slaucīšu prom visus netīrumus –
VUŠ, VUŠ, VUŠ!



Iemācīties dzejoli no galvas un izdomāriet melodiju, lai dzejoli varētu nodziedāt!

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogriezi mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Atsauciet atmiņā situāciju, kad jūs nepalīdzējāt mājas darbos. Kā jūs jutāties?

Atsauciet atmiņā brīdi, kad jūs palīdzējāt mājas darbos. Un vēl vienu tādu brīdi.

Apsveiciet sevi ar to, ka bijāt izpalīdzīgi.

Sajūti prieku par to, ka jūsu rīcība bija pareiza.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

KJŪ UN KVONA

Taizemiešu tautas pasaka

Reiz Taizemes lauku apvidū dzīvoja divas māsas – Kjū un Kvona. Viņas dzīvoja vienas pašas, jo viņu vecāki bija miruši pirms vairākiem gadiem. Vecākā māsa Kjū bija ļoti atbildīga un strādīga, kas bija neraksturīgi viņas vecumam. Savukārt Kvona bija slinka un daudz labprātāk gāja ārā spēlēties, nevis palīdzēja mātai mājas darbos. Katru rītu Kjū cēlās ļoti agri, lai iekurinātu krāsni un sev un mātai brokastis pagatavotu rīsus. Pirms došanās uz skolu viņa mazgāja drēbes un tīrīja māju. Kvona vienmēr cēlās vēlu, un viņai tik tikko pietika laiks, lai pirms skolas nomazgātu seju un paēstu brokastis. Katru vakaru Kjū steidzās no skolas mājup, lai gludinātu drēbes un pagatavotu vakariņas. Turklāt viņa vēl strādāja uz pusslodzi, tīrot mājas, lai nopelnītu pietiekami daudz naudas iztikai. Neraugoties uz to, cik viņa daudz strādāja, viņa bija priecīga, maza dvēselīte, kurai patika strādāt un kura ļoti mīlēja savu mazo māsu.

Kādā pēcpusdienā, kad Kjū gāja mājās no darba, viņai bija jāiet cauri mežam. Kaut kāda iemesla dēļ viņa gāja pa citu, nevis pa ierasto ceļu, kas veda garām lielai, vecai mājai. Viņa uz mirkli apstājās, lai to apskatītu, un sev par pārsteigumu izdzirdēja no mājas atskanam balsi. “Meitenīt,” teica balss, “lūdzu, ienāc un iztīri mani. Es jūtos tik netīra un nekopta.”

Kjū atvēra durvis un ieraudzīja, ka māja patiešām ir sliktā stāvoklī. Daudz nedomājot, viņa no somas izņēma priekšautu, uzlika to un ķērās pie darba. Viņa atvēra visus logus un izpurināja paklājus. Viņa slaucīja, mazgāja un berza. Virtuvē viņa no krāsns iztīrīja pelnus. Viņa mazgāja un noslaucīja traukus un visu salika savās vietās.

Kad lejas stāvā grīda spīdēja un laistījās, viņa devās uz augšstāvu. Tur nekārtība bija tik liela, ka viņai apskrējās dūša, jo bija tikpat netīrs kā lejas stāvā un gultas veļa bija izmētāta pa visu stāvu. Pavisam īsā laikā viss bija sakārtots un izskatījās tik tīrs, cik vien var būt. Pēc tik smaga darba gluži saprotams, ka Kjū jutās ļoti nogurusi, apgūlās gultā un aizmiga. No jaukajām putnu dziesmām viņa pamodās atspirgusi. Viņa piecēlās un devās uz lejas stāvu. Tur bija uzklāts galds, kas izskatījās gards. Viņa saprata, ka viņa ir ļoti izsalkusi. Kad viņa bija beigusi ēst, viņa nesa prom traukus uz virtuvi, nomazgāja tos un nolika vietā, pirms devās prom.

Kad meitene gāja prom, viņa izdzirdēja, ka māja viņu sauc. Viņa atskatījās un pārsteigumā ieraudzīja, ka no jumta krīt desmitiem zelta monētu. Viņa pateicās mātai no visas sirds un, aizskrējusi mājās, pastāstīja mātai par piedzīvoto. Mājās Kvona ar lielu interesi noklausījās māsas stāstītajā. Lai gan viņa bija ļoti slinka, tomēr arī viņai gribējās pāris zelta monētas, kādas tagad bija Kjū rīcībā. Viņa izlēma doties uz maģisko māju. Nākamajā dienā, dodoties mājup no skolas, viņa mērķtiecīgi devās uz māju. Tuvojoties mājai, balss viņai sauca: “Meitenīt, lūdzu, atnāc un iztīri mani! Es jūtos netīra un nesakopta.”

Viņa atvēra durvis un ieraudzīja tur lielu netīrību un nekārtību. Vienīgais, kas viņu mudināja palikt, bija zelta monētas. Viņa paņēma slotu un sāka slaucīt. Tikai viņa nebija tāda kā viņas vecākā māsa. Viņa paslaucīja putekļus zem paklājiņiem un viņai ne prātā nenāca mazgāt grīdas. Virtuvē viņa ātri nomazgāja traukus un salika tos tādus pašus slapjus atpakaļ skapī. Viņa uzmeta aci krāsnij un izlēma, ka tā ir pārāk piemēslota, lai viņa ar to noņemtos, tāpēc viņa tai nemaz neķērās klāt un devās uz augšstāvu. Tur viņa guļamistabā darīja līdzīgi, sakārtojot un satīrot tikai virspusēji. Viņa papurināja gultas pārvalkus, nesakārtojot gultu, kā nākas, un paslaucīja putekļus zem gultas. Sajutusi nogurumu, viņa apgūlās atpūsties. Pēc pāris minūtēm viņa kāds pamodināja, bet ne melodiska putnu dziesma, bet gan skaļi rībiņi un grabēšana. Turēdama ciet ausis, viņa skrēja uz lejas stāvu. Kā bija gaidāms, galds bija uzklāts, taču ne ar brīnišķīgiem ēdieniem, kādi bija likti galdā Kjū, bet gan ar sapuvušiem maltītes pārpalikumiem.

Kvona saīgusi izgāja ārā no mājās. Viņa jutās piekrāpta, taču viņa par to nebēdāja. Viņu vairāk interesēja zelta monētas. Iedomājieties viņas riebumu, kad monētu vietā māja viņai uz galvas meta sīkus akmentiņus!

“Vai tā ir pateicība par to, ka es tevi iztīrīju? Tu manai mātai devi zelta monētas, kāpēc man tiek akmeņi?”

Māja atbildēja: “Kjū saņēma to, ko bija pelnījusi, un tāpat arī tu saņem pēc nopelniem.”

Lai kā arī viņa centās māju pārliecināt par pretējo, tomēr viņa nedabūja to, ko gribēja. Izplūzdama asarās, Kvona skrēja mājās. Elsdama viņa stāstīja mātai par notikušo.

“Tas nekas,” Kjū viņu mierināja. “Visu, kas man ir, es dalīšu ar tevi. Neuztraucies, mums ir pietiekami, lai dzīvotu bez bēd.”

Šī pieredze ļoti izmainīja Kvonu, un, kopš tās dienas, viņa mainīja savu uzvedību. Viņa vairs nebija slinka, un viņa palīdzēja Kjū visos mājas darbos. Vai zināt? Viņai patika strādāt.

JAUTĀJUMI

1. Kādas labās īpašības piemīt Kjū?
2. Kas notika, kad kādu dienu Kjū devās mājup no darba?
3. Kā māja viņu atalgoja par padarīto darbu?
4. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
5. Vai šis stāsts jums atgādina kādu situāciju no jūsu dzīves?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

LAIMĪGI IR TIE
(Ebreju dziesma)

Laimīgi ir tie, kam ir draugi,
Kas labprāt kopā strādā. (*atkārtot*)
Laimīgi ir tie, kuri, vienoti mierā,
Strādā kopā, labprāt strādā kopā.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

KJŪ UN KVONA

Darbība risinās mazas lauku pilsētas nomalē Taizemē.

Lomās: Stāstītājs

Kjū

Balss

Kvona

Stāstītājs: Reiz Taizemes lauku apvidū dzīvoja divas māsas – Kjū un Kvona. Viņas dzīvoja vienas pašas, jo viņu vecāki bija miruši pirms vairākiem gadiem. Vecākā māsa Kjū bija ļoti

atbildīga un strādīga, kas bija neraksturīgi viņas vecumam. Savukārt Kvona bija slinka un daudz labprātāk gāja ārā spēlēties, nevis palīdzēja māšai mājas darbos. Katru rītu Kjū cēlās ļoti agri.

Kjū: *[Ienāk Kjū]* Jau svīst gaiss, man jāiekurina krāsns un jāpagatavo sev un māšai brokastis rīsus. Pirms došanās uz skolu man jāizmazgā drēbes un jāiztīra māja.

Stāstītājs: Kvona vienmēr cēlās vēlu, un viņai tik tikko pietika laiks, lai pirms skolas nomazgātu seju un paēstu brokastis. Katru vakaru Kjū steidzās no skolas mājup, lai apdarītu mājas darbus.

Kjū: Šovakar, kad izpildīšu skolā uzdotos mājasdarbus, man jāizgludina drēbes un jāpagatavo vakariņas.

Stāstītājs: Turklāt viņa vēl strādāja uz pusslodzi, tīrot mājas, lai nopelnītu pietiekami daudz naudas iztikai. Neraugoties uz to, ka viņa daudz strādāja, viņa bija priecīga, maza dvēselīte, kurai patika strādāt un kura ļoti mīlēja savu mazo māsu. *[Darbības aina mainās uz lielu mežu. Ienāk Kjū.]* Kādā pēcpusdienā, kad Kjū gāja mājās no darba, viņai bija jāiet cauri mežam. Kaut kāda iemesla dēļ viņa gāja pa citu, nevis pa ierasto ceļu, kas veda garām lielai, vecai mājai. Viņa uz mirkli apstājās, lai to apskatītu, un sev par pārsteigumu izdzirdēja no mājas atskanam balsi.

Balss: Meitenīt, lūdzu, ienāc un iztīri mani. Es jūtos tik netīra un nesakopta.

Kjū: Kas tas? Balss nāk no tās lielās mājas. Jāiet apskatīties, kas tur notiek.

Stāstītājs: *[Kjū ieiet mājā]* Kjū atvēra durvis un ieraudzīja, ka māja patiešām ir sliktā stāvoklī. Daudz nedomājot, viņa no somas izņēma priekšautu, uzlika to un ķērās pie darba. Viņa atvēra visus logus un izpurināja paklājus. Viņa slaucīja, mazgāja un berza. Virtuvē viņa no krāsns iztīrīja pelnus. Viņa mazgāja un noslaucīja traukus un visu salika savās vietās.

Kjū: Lejas stāvā viss spīd un laistās, uzkāpšu augšstāvā. *[Kāpj augšā pa trepēm]* Njā, nedaudz apskrienas dūša, redzot tādu nekārtību. Te ir tikpat netīrs kā lejas stāvā un gultas vēļa bija izmētāta pa visu stāvu. Nekas, pavisam īsā laikā viss būs sakārtots un izskatīsies tik tīrs, cik vien var būt.

Stāstītājs: Pēc tik smaga darba, gluži saprotams, ka Kjū jutās ļoti nogurusi, apgūlās gultā un aizmiga. No jaukajām putnu dziesmām viņa pamodās pavisam atspirgusi.

Kjū: Putni jau dzied, tāpēc man laiks celties un kāpt lejā. *[kāpj lejup]* Ak, kas tad tas? Te ir uzklāts galds ar ēdieniem, kas izskatās tik gardi. Es pat nezina, ka esmu tik ļoti izsalkusi, līdz ieraudzīju visus šos ēdienus.

Stāstītājs: Kad viņa bija beigusi ēst, viņa nesa prom traukus uz virtuvi.

Kjū: Es tos nomazgāšu, nolicšu plauktā un došos mājup. Mana māsa drīz celsies un gribēs brokastis. *[Viņa iziet ārā no mājas]* Atā, māja! Tagad tu izskaties daudz labāk. Paldies par brokastīm!

Balss: Kjū! Kjū!

Stāstītājs: Kad Kjū atskatījās, viņa pārsteigumā ieraudzīja, ka no jumta krīt desmitiem zelta monētu. Viņa pateicās mājai no visas sirds un, aizskrējusi mājās, pastāstīja māšai par piedzīvoto. Mājās Kvona ar lielu interesi noklausījās māšas stāstītajā. Lai gan viņa bija ļoti slinka, tomēr arī viņai gribējās pāris zelta monētas, kādas tagad bija Kjū rīcībā.

Kvona: Es arī gribētu tādas zelta monētas, kādas ir Kjū. Būs man jāapciemo maģiskā māja.

Stāstītājs: *[Kvona tuvojas mājai]* Nākamajā dienā, dodoties mājup no skolas, viņa mērķtiecīgi devās uz māju. Tuvojoties mājai, balss viņai sauca:

Balss: Meitenīt, lūdzu, atnāc un iztīri mani! Es jūtos netīra un nesakopta.

Kvona: Iešu iekšā. *[Ieiet]* Ak, kāda te nekārtība un netīrība! Būs vien jāpaliek, ja gribu tikt pie zelta monētām. Kur ir slotā? Jāsāk tīrīt.

Stāstītājs: Tikai viņa nebija tāda kā viņas vecākā māsa. Viņa paslaucīja putekļus zem paklājiņiem un viņai ne prātā nenāca mazgāt grīdas. Virtuvē viņa ātri nomazgāja traukus un salika tos tādus pašus slapjus atpakaļ skapī. Viņa uzmeta aci krāsnij un izlēma, ka tā ir pārāk piemēslota, lai viņa ar to noņemtos, tāpēc viņa tai nemaz neķērās klāt un devās uz augšstāvu. Tur viņa guļamistabā darīja līdzīgi, sakārtojot un satīrot tikai virspusēji. Viņa papurināja gultas pārvalkus, nesakārtojot gultu, kā nākas, un paslaucīja putekļus zem gultas. Sajutusi nogurumu, viņa apgūlās atpūsties. Pēc pāris minūtēm viņu kāds pamodināja, bet ne melodiska putnu dziesma, bet gan skaļi rībieni un grabēšana.

Turēdama ciet ausis, viņa skrēja uz lejas stāvu. Kā bija gaidāms, galds bija uzklāts, taču ne ar brīnīšķīgiem ēdieniem, kādi bija likti galdā Kjū, bet gan ar sapuvušiem maltītes pārpalikumiem. Kvona saīgusi izgāja ārā no mājās. *[Iziet ārā]*

Kvona: Es jūtos piekrāpta, taču es par to nebēdājos. Mani vairāk interesē zelta monētas. Kas notiek? Māja man uz galvas met sīkus akmentiņus! Vai tā ir pateicība par to, ka es tevi iztīrīju? Tu manai mācai devi zelta monētas, kāpēc man tiek akmeņi?

Balss: Kjū saņēma to, ko bija pelnījusi, un tāpat arī tu saņem pēc nopelniem.

Stāstītājs: Lai kā arī viņa centās māju pārliecināt par pretējo, tomēr viņa nedabūja to, ko gribēja. Izplūzdama asarās, Kvona skrēja mājās. Elsdama viņa stāstīja mācai par notikušo.

Kjū: Tas nekas. Visu, kas man ir, es tāpat dalīšu ar tevi. Neuztraucies, mums ir pietiekami, lai dzīvotu bez bēdu.

Stāstītājs: Šī pieredze ļoti izmainīja Kvonu, un, kopš tās dienas, viņa mainīja savu uzvedību. Viņa vairs nebija slinka, un viņa palīdzēja Kjū visos mājas darbos. Vai zināt? Viņai patika strādāt.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

Saistītais stāsts: “Strādāšana kopā” (no grāmatas “*Learning to Live!*”)

2. Spēle “Šarādes”

(Skolotājam jānogatavo uzdevumu kartītes. Viena kartītes puse ir tukša, bet otrā pusē ir uzrakstīts darbs, ko var palīdzēt darīt mājās, piem., mazgāt grīdu, tīrīt logus, nomazgāt automašīnu, noslaucīt traukus, lāpīt apģērbu utt.)

Sadaliet klasi divās komandās. Viens spēlētājs no katras komandas uz maiņām izvelk vienu uzdevumu kartīti tā, lai to neredz neviens cits no viņa komandas. Tad spēlētājs rāda savai komandai to darbību, kas ir attēlota kartītē, un viņa komanda min, kas tā ir par darbību. Par atminētu darbību komanda saņem 1 punktu, un tad nākamais spēlētājs izvēlas kartīti un rāda darbību. Katram spēlētājam darbības attēlošanai ir 30 sekundes laika. Uzvar komanda, kas pirmā savāc 20 punktus.

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es darišu citus priecīgus, kad vien varot, palīdzēdams mājas un skolas darbos.”

DARĪT TIK LABI, CIK SPĒJU

Mērķis: Vairo izpratni par to, cik svarīgi ir censties darīt darbus mājā un skolā, attīstot atbildības sajūtu un maksimāli izmantojot savas spējas.

Atslēgvārdi: izbrīns, priecīgs, kalts, rūķis, apmulsis, ainava, burvis, kaudzes, saulriets, pārsteigums.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas;
- Krāsainie zīmuli.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

LAIMES NOSLĒPUMS IR NEVIS DARĪT TO,
KAS PATĪK, BET DARĪT AR PATIKU TO,
KAS JĀDARA.

SATJA SAI



Pārrunāji citāta nozīmi!

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka jūs esat kalns. Sajūti, cik jūs esat stabils un stiprs.

Tagad sajūti, zāli, kokus, krūmus un puķes, kas aug uz jums.

Sajūti, kā pāri jums pūš vējš. Sajūti, kā pret jums sitās vēja brāzmas un lietis šaltis...

Sajūti, kā tuvojas vētra...

Jūs saglabājat mieru un spēku. Nekas neiztraucē jūsu mieru un spēku.

Sajūti, cik esat spēcīgi. Jūs esat spēka pilni, lai vienmēr darītu tik, cik ir jūsu spēkos.

Tik spēcīgi, lai darītu savu darbu, pat ja negribas...

Tik spēcīgi, lai smaidītu... Sajūti arī savu iekšējo smaidu...

Sajūti, kā jūs apspīd saule!

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

KILIMAPAŠS – MAĢISKAIS KALNS

Tuvo Austrumu tautas pasaka

Zavs snauduļoja savā mīkstajā gultā, kas bija taisīta no žāvēta siena, un skatījās siltajā pēcpusdienas saulē, kas ripoja pāri debess jumam. Viņš dzirdēja mammu viņu saucam, lai nākot un palīdzot, tāpēc viņš mainīja gulēšanas pozu, aizsegdams ausis. Siens bija silts un patīkams un viņam patika tajā gulēt un sajūst siena smaržu, un sapņot ar acīm vaļā. Lai gan Zavs zināja, ka dažreiz tā var darīt, tomēr viņš savā sirdī zināja arī to, ka viņš mājas darbus nedarīja pēc labākās sirdsapziņas.

Patiesībā Zavs bija kļuvis par slinku. Kad Zavs bija pavisam mazs, nomira viņa tēvs, atstādamams mammu vienu ar visu lauku saimniecību un diviem audzināmajiem – Zevu un viņa māsu. Kad Zavs paaugās, viņš būtu varējis palīdzēt, taču viņam vienmēr šķita, ka viņš nevar būt tik stiprs un gudrs, kāds bija viņa tētis, tāpēc viņš mammai pat nemēģināja palīdzēt. Kad viņš paaugās un kļuva stiprāks, viņš zināja, ka viņam ir jāpalīdz vairāk. Fermā bija tik daudz darāmā. Taču Zavam patika spēlēt savas spēles un sapņot savus sapņus. Visvairāk viņam patika skatīties augšup uz lielo kalnu Kilimapašu, kas piepildīja visu ainavu. Tā lūkodamies, viņš iesnaudās.

Tad viņš pēkšņi iztrūkās no miega. Kas tad tas? Saulrietā debesis krāsojās rozā un zeltainos toņos. Viņš piecēlās sēdus un ar skatienu laukā meklēja mammu un māsu un pamanīja, ka viņas no lauka ir novākušas pusi no visām mazajām siena kaudzēm. Viņas būs smagi strādājušas, tā nodomāja Zavs, nemaz nejudamies vainīgs par to, ka nebija viņām palīdzējis. Viņš paņēma savu gaiši zilo jaku un sāka iet mājup uz fermu. Jocīgi, ka mamma nebija nākusi viņu meklēt. Parasti viņa tā darīja, kad dienas darbi bija padarīti.

Iedams mājup, Zavs pēkšņi tika apstādināts. Nezin no kurienes uzradās vecs vīrs. Viņš nebija ne salicis, ne arī slims, taču Zavs varēja manīt, ka viņš ir ļoti vecs garo, balto matu un bārdas dēļ. Viņa zilās acis laipni smaidīja Zavam. Zavs domāja, ka vīrs izskatās pēc burvja, par kādu ciema stāstnieks bija runājis savos daudzajos stāstos.

“Kurp tu tā iedams, manu dēliņ?” jautāja vecais vīrs.

“Eju mājās vakariņās,” teica Zavs.

“Ā, tu laikam esi vācis sienu,” teica vecais vīrs, skatīdamies uz Zava drēbēm. Zavs nekā neteica, taču jutās samulsis. “Vai tev pirms vakariņām ir mazliet brīva laika, Zav? Es tev gribētu parādīt Kilimapaša kalnu.”

Zavs nodomāja, cik jocīgi, ka vecais vīrs zina viņa vārdu. Taču izteiktais piedāvājums viņu vilināja.

“Jā, es gribētu,” atbildēja Zavs.

“Tad seko man,” teica vecais vīrs.

Zavs ilgi sekoja noslēpumainajam vecajam vīram, līdz viņš piekusa. Viņš nebija īpaši labā fiziskā formā, turklāt viņš bija nedaudz tukls, jo bija pārāk slinks. Viņš sāka just lielu izsalkumu.

Viņš nekad vēl nebija izlaidis vakariņas. Viņš arī sāka uztraukties par mammu. Viņa būs noraizējusies, ka viņš tik vēlu nav mājās. Taču kaut kas lika viņam turpināt sekot vecajam vīram.

“Vairs nav tālu, Zav.” Šķita, ka vecais vīrs lasa viņa domas.

Pēc brīža viņi nonāca vietā, kur taka meta asu līkumu un nonāca aci pret aci ar milzīgu akmens plātņi. Vecais vīrs paņēma savu nūju un pārlicināti piekļāvēja pie akmens trīs reizes,

murminot dīvainu dziesmu. Tad, Zavam par milzīgu izbrīnu, akmens virspuse noslīdēja lejup un neradot ne mazāko troksnīti pabīdījās uz vieniem sāniem, atverot durvis uz plašu, tumšu alu.

“Seko man!” teica burvis (jo Zavs bija nospriedis, ka vecais vīrs tāds ir). Zavs paklausīgi sekoja, apbrīnā par alu pavisam piemirsdams par savu nogurumu. Viņi devās lejup pa stāvu, akmeņainu taku. Viņi sāka saklausīt trokšņus, klauvējienus un kalšanu, un citas dīvainas skaņas. Burvis atkal apstājās pie lielām koka durvīm, kuras viņš maigi atvēra, un viņi iegāja pa tām iekšā.

Viss, ko viņš ieraudzīja, radīja viņā pārsteigumu. Te bija plašas darbnīcas ar dažnedažādām iekārtām, darba virsmām, āmuriem, zāģiem, kaltiem, nažiem un daudziem citiem instrumentiem, kurus viņš nezināja. Darbam nodevušies, uzcītīgie darboņi nebija vis parasti cilvēki. Tie bija rūķi. Viņš nespēja redzētajam noticēt, jo rūķi tik čakli strādāja!

“Jā, Zav, viņi ļoti smagi strādā. Dažiem sokas labāk, nekā pārējiem, taču viņi visi cenšas. Vai redzi, cik viņi izskatās laimīgi?” laipni vaicāja burvis.

Zavs raudzījās rūķu smaidīgajās sejās. Daži rūķi klusām dziedāja, darot darbu, citi maigi svilpoja. Viņi visu laiku strādāja ar kalnu, ar āmuru, ar zāģi, ar slīpmašīnu.

“Ko viņi dara?” jautāja Zavs.

“Viņi strādā ar dārgakmeņiem un izgatavo rotaslietas. Redzi, šis kalns ir maģisks, un tas ir pilns ar visvisādiem dārgakmeņiem – smaragdiem, safīriem, rubīniem, topāziem, dimantiem un pat zeltu un sudrabu. Mums gan jādodas prom. Man tev ir jāparāda arī citas vietas.”

Viņi turpināja apgaitu, kamēr nonāca pie alas un skaista ezera ar tirkīzzilu ūdeni. Alas sienas bija noklātas ar dažādiem dārgakmeņiem. Zavs ar grūtībām atrāva skatienu no skaistā ezera. Viņš ilgojās tajā nopeldēties un sajūst ūdeni, pieskaramies viņa ādai.

“Šeit rūķi nāk spēlēt,” teica burvis. “Ūdens ir brīnumskaists, turklāt dziedina no visām slimībām. Taču tas ir domāts tikai tiem, kas smagi strādā.”

“Vai es drīkstu ieiet ezerā un nopeldēties?” tas bija vienīgais, ko Zavs vēlējās darīt vairāk par visu.

“Vai tu daudz un cītīgi strādā, Zav? Vai tu centies pēc labākās sirdsapziņas, lai palīdzētu savai mammai un māsa?”

Zavam par sevi palika kauns. Viņš ieraudzīja, cik viņš ir bijis slinks un savtīgs un kā viņš sāpināja mammu, kura nekad pat nežēlojās. Viņam palika ļoti žēl mammas, un viņu pārņēma milzīgs kauns par sevi.

“Nē, es neesmu centīgs palīgs. Es nemaz necenšos tāds būt,” viņš godīgi atbildēja. “Es neesmu pelnījis peldēties ezerā. Taču no šīs dienas es būšu centīgs un darīšu, cik labi mācēšu,” to teikdams, viņš sāka justies labāk. “Es mainīšos. Vai atvedīsiet mani uz šo vietu kādu citu reizi?”

Burvis smējās: “Vismaz tu esi patiess. Ja turpmāk tu darīsi tik labi, cik spēj, es tevi atvedīšu šurp kādu dienu.” Viņš paņēma Zavu aiz rokas, un pēkšņi Zavs bija savās mājās. Viņš pagriezās, lai pateiktos burvim, bet viņu nekur nemanīja.

Zavs bija priecīgs atkal būt mājās. Viņš gribēja ieraudzīt mammu. Viņš skrēja pie durvīm un pieklauvēja. Mamma atslēdza durvis, un viņas seja priekā iemirdzējās, ieraugot dēlu sveiku un veselu. “Kur tu biji? Mēs ar māsu par tevi uztraucāmies!”

“Ak, mammu, man bija tāds piedzīvojums!” Kolīdz Zavs ienāca siltajā, priecīgajā virtuvē, viņa mamma aizvēra uz nakti durvis. Taču mēness turpināja spīdēt, pat nedaudz pasmaidīja, dzirdēdams, kā Zavs mammai stāsta brīnišķīgu stāstu par maģisko kalnu – Kilimapašu.

JAUTĀJUMI

1. Kā jūs nosauktu šo stāstu?
2. Ko Zavam patika darīt?
3. Kā viņš jutās, redzēdams, cik lielu darbu ir paveikusi viņa mamma un māsa?
4. Kurp viņu aizveda vecais vīrs?
5. Ko viņi tur redzēja?
6. Kāpēc un kā Zavs mainījās?
7. Kādas labās īpašības piemīt Zavam?
8. Kāda jums bija sajūta, noklausoties šo stāstu?
9. Vai šis stāsts jums atgādina par kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts: “Cūciņa Persijs” (no grāmatas “Finding Your Feet”)

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

LABS, LABĀKS, VISLABĀKAIS

Labs, labāks, vislabākais
Nekad lai neguļ miegā ciešā,
Kamēr labs nav kļuvis labāks
Un labāks vislabākais.

(dzied pie “Knees up, Mother Brown” melodijas)

2. Mākslas darbs

Katram bērnam izdala vienu 145. lpp. eksemplāru.

Ilustrēt stāstu ar krāsainajiem zīmumiem.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

KILIMAPAŠS – MAĢISKAIS KALNS

Darbība risinās fermā Tuvajos Austrumos. Zavs gulšņā siena kaudzē.

Lomās: Stāstītājs
Zavs
Vecais vīrs
Mamma

Stāstītājs: Zavs snauduļoja savā mīkstajā gultā, kas bija taisīta no žāvēta siena, un skatījās siltajā pēcpusdienas saulē, kas ripoja pāri debess jumam. Viņš dzirdēja mammu viņu saucam, lai nākot un palīdzot, tāpēc viņš mainīja gulēšanas pozu, aizsegdams ausis. Siens bija silts un patīkams un viņam patika tajā gulēt un sajūst siena smaržu, un sapņot ar acīm vaļā. Lai gan Zavs zināja, ka dažreiz tā var darīt, tomēr viņš savā sirdī zināja arī to, ka viņš mājas darbus nedarīja pēc labākās sirdsapziņas.

Zavs: Es zinu, ka esmu slinks. Kad biju pavisam mazs, nomira mans tētis, atstādams mammu vienu ar visu lauku saimniecību un diviem audzināmajiem – mani un manu māsu. Man šķiet, ka es nekad nebūšu tik stiprs un gudrs, kāds bija tētis, tāpēc neredzu jēgu palīdzēt. Lai gan tagad es esmu paaudzies es varētu palīdzēt vairāk. Fermā ir tik daudz darāmā. Taču man labāk patīk spēlēt manas spēles un sapņot manus sapņus. Visvairāk man patīk skatīties augšup uz lielo kalnu Kilimapašu, kas piepilda visu ainavu.

Stāstītājs: Zavs iesnaudās. Tad viņš pēkšņi iztrūkās no miega. Kas tad tas? Viņš gulēja siltajā sienā, skatīdamies debesīs, kas saulrietā krāsojās rozā un zeltainos toņos. Viņš piecēlās sēdus un ar skatienu laukā meklēja mammu un māsu un pamanīja, ka viņas no lauka ir novākušas pusi no visām mazajām siena kaudzēm.

Zavs: Viņas būs smagi strādājušas. Es priecājos, ka izlavījos no palīdzēšanas. Laiks doties mājup.

Stāstītājs: Zavs pacēla savu gaiši zilo jaku un sāka iet mājup uz fermu. [*Zavs sāk iet.*]

Zavs: Jocīgi, ka mamma nav nākusi mani meklēt. Parasti viņa tā dara, kad dienas darbi ir padarīti.

Stāstītājs: [*Ienāk vecais vīrs*] Iedams mājup, Zavs pēkšņi tika apstādināts. Nezin no kurienes uzradās vecs vīrs. Viņš nebija ne salicis, ne arī slims, taču Zavs varēja manīt, ka viņš ir ļoti vecs garo, balto matu un bārdas dēļ. Viņa zilās acis laipni smaidīja Zavam. Zavs domāja, ka vīrs izskatās pēc burvja, par kādu ciema stāstnieks bija runājis savos daudzajos stāstos.

Vecais vīrs: Kurp tu tā iedams, manu dēliņ?

Zavs: Eju mājās vakariņās.

Vecais vīrs: Ā, tu laikam esi vācis sienu. Vai tev pirms vakariņām ir mazliet brīva laika, Zav? Es tev gribētu parādīt Kilimapaša kalnu.

Zavs: [*Paiet malā*] Cik jocīgi, ka vecais vīrs zina viņa vārdu! [*Pagriežas pret veco vīru*] Jā, es gribētu.

Vecais vīrs: Tad seko man. [*Dodas ceļā*]

Zavs: [*Kādu laiku jau gājis pa pēdām vecajam vīram*] Tāls ceļš. Esmu piekūsis un arī izsalcis.

Stāstītājs: Zavs nebija īpaši labā fiziskā formā, turklāt viņš bija nedaudz tukls, jo bija pārāk slinks. Viņš sāka just lielu izsalkumu. Viņš nekad vēl nebija izlaidis vakariņas. Viņš arī sāka uztraukties par mammu. Viņa būs noraizējusies, ka viņš tik vēl nav mājās. Taču kaut kas lika viņam turpināt sekot vecajam vīram.

Vecais vīrs: Vairs nav tālu, Zav.

Stāstītājs: Pēc brīža viņi nonāca vietā, kur taka meta asu likumu un nonāca aci pret aci ar milzīgu akmens plātni. Vecais vīrs paņēma savu nūju un pārliecināti piekļauvēja pie akmens trīs reizes, murminot dīvainu dziesmu. Tad, Zavam par milzīgu izbrīnu, akmens virspuse noslīdēja lejup un neradot ne mazāko troksnīti pabīdījās uz vieniem sāniem, atverot durvis uz plašu, tumšu alu.

Vecais vīrs: Seko man!

Zavs: Viņš laikam ir burvis.

Stāstītājs: Zavs paklausīgi sekoja, apbrīnā par alu pavisam piemirsdams par savu nogurumu. Viņi devās lejup pa stāvu, akmeņainu taku. Viņi sāka saklausīt trokšņus, klauvējienus un kalšanu, un citas dīvainas skaņas. Burvis atkal apstājās pie lielām koka durvīm, kuras viņš maigi atvēra, un viņi iegāja pa tām iekšā.

Zavs: Cik iespaidīgi! Te ir plašas darbnīcas ar dažnedažādām iekārtām, darba virsmām, āmuriem, zāģiem, kaltiem, nažiem un daudziem citiem instrumentiem, kurus es pat nezinu. Skat, cik uzcītīgi strādā darbinieki! Tie nav nekādi parastie cilvēki. Tie ir rūķi. Viņi tik čakli strādā!

Vecais vīrs: Jā, Zav, viņi ļoti smagi strādā. Dažiem sokas labāk, nekā pārējiem, taču viņi visi cenšas. Vai redzi, cik viņi izskatās laimīgi?

Zavs: Jā, viņi smaida. Daži rūķi klusām dzied, darot darbu, citi maigi svilpo. Viņi visu laiku darbojas ar kalnu, ar āmuru, ar zāģi, ar slīpmašīnu. Ko viņi taisa?

Vecais vīrs: Viņi strādā ar dārgakmeņiem un izgatavo rotaslietas. Redzi, šis kalns ir maģisks, un tas ir pilns ar visvisādiem dārgakmeņiem – smaragdiem, safīriem, rubīniem, topāziem, dimantiem un pat zeltu un sudrabu. Mums gan jādodas prom. Man tev ir jāparāda arī citas vietas.

Stāstītājs: Viņi turpināja apgaitu, kamēr nonāca pie alas un skaista ezera ar tirkīzzilu ūdeni. Alas sienas bija noklātas ar dažādiem dārgakmeņiem. Zavs ar grūtībām atrāva skatienu no skaistā ezera. Viņš ilgojās tajā nopeldēties un sajūst ūdeni, pieskaramies viņa ādai.

Vecais vīrs: Šeit rūķi nāk spēlēties. Ūdens ir brīnumskaists, turklāt dziedina no visām slimībām. Taču tas ir domāts tikai tiem, kas smagi strādā.

Zavs: Vai es drīkstu ieiet ezerā un nopeldēties? Tas ir vienīgais, ko es vēlos darīt vairāk par visu.

Vecais vīrs: Vai tu daudz un cītīgi strādā, Zav? Vai tu centies pēc labākās sirdsapziņas, lai palīdzētu savai mammai un māsa?

Stāstītājs: Zavam par sevi palika kauns. Viņš ieraudzīja, cik viņš ir bijis slinks un savtīgs un kā viņš sāpināja mammu, kura nekad pat nežēlojās. Viņam palika ļoti žēl mammas, un viņu pārņēma milzīgs kauns par sevi.

Zavs: Nē, es neesmu centīgs palīgs. Es nemaz necenšos tāds būt. Es neesmu pelnījis peldēties ezerā. Taču no šīs dienas es būšu centīgs un darišu, cik labi mācēšu. Es mainīšos. Vai atvedīsiet mani uz šo vietu kādu citu reizi?

Vecais vīrs: *[smiedamies paņem Zavu pie rokas]* Vismaz tu esi patiess. Ja turpmāk tu darīsi tik labi, cik spēj, es tevi atvedīšu šurp kādu dienu.

Stāstītājs: Pēkšņi Zavs bija savās mājās. Viņš pagriezās, lai pateiktos burvim, bet viņu nekur nemanīja.

Zavs: Es esmu tik priecīgs atkal būt mājās! Es gribu satikt mammu.

Stāstītājs: Viņš skrēja pie durvīm un piekļauvēja. Mamma atslēdza durvis, un viņas seja priekā iemirdzējās, ieraugot dēlu sveiku un veselu.

Mamma: Zav, kur tu biji? Mēs ar māsu par tevi uztraucāmies!

Zavs: Ak, mammu, man bija tāds piedzīvojums!

Stāstītājs: Kolīdz Zavs ienāca siltajā, priecīgajā virtuvē, viņa mamma aizvēra uz nakti durvis. Taču mēness turpināja spīdēt, pat nedaudz pasmaidīja, dzirdēdams, kā Zavs mammai stāsta brīnišķīgu stāstu par maģisko kalnu – Kilimapašu.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, palūdzot bērniem sastāties aplī un sakot: “Es būšu priecīgs, kad man patiks tas, kas man jādara, pat ja vienmēr nevarēšu darīt to tā, kā man patīk.”

ILUSTRĒJIET STĀSTU AR KRĀSAINAJIEM ZĪMUĻIEM!

Zavam patika skatīties
uz lielo kalnu – Kilimapašu.

... plašas darbnīcas ar
dažnedažādām iekārtām,
darba virsmām, āmuriem,
zāģiem, kaltiem, nažiem
un daudziem citiem
instrumentiem, kurus
viņš nezināja. Darbam
nodevušies, uzcītīgie
darboņi nebija vis parasti
cilvēki. Tie bija rūķi.

...skaists ezers ar tirkīzzilu
ūdeni. Alas sienas bija
noklātas ar dažādiem
dārgakmeņiem.

CITU NESĀPINĀŠANA

Mērķis: Iedrošināt bērnus, ka otru cilvēku var pārliecināt, nenodarot viņam pāri un neapceļot.

Atpazīt, kā mūsu uzvedība ietekmē citus cilvēkus.

Atslēgvārdi: apcēlt, svīst.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA



PĀRLIECINĀŠANA IR SPĒCĪGĀKA, NEKĀ FIZISKS SPĒKS.

Pārrunāji citāta nozīmi! Vai būtu labi šo atziņu ievērot arī dzīvē?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka jūs pastaigājaties pa lauku taku.

Jums zem kājām ir mīksta zeme.

Koku zari pār taku veido arku, radot patīkamu ēnu.

Cauri zariem laužas saules stari, uz takas veidojot zeltainas gaismas laukumus.

Pūš maigs vējiņš. Ieklausieties lapu čabēšanā.

Virš jūsu galvas priecīgi dzied putni. Ieklausieties viņu dziesmā.

Jūs vērojat, kā tie laidelējas no koka uz koku.

Jūs redzat, kā sarkanriklīte danco jums blakus uz takas.

Visas dzīvās radības priecājas par to, ka ir dzīvas.

Arī jūs par to priecājaties.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

VĒJŠ UN SAULE

Ēzops

Nedienas ar vēju bija tādas, ka viņš vienmēr apcēla sauli, kas noveda abus pie biežiem strīdiem. Redziet, vējam skauda, jo visi debesīs varēja redzēt sauli, taču neviens nevarēja saskatīt vēju. Visi varēja redzēt tikai tās lietas, kas varēja kustēties. Tāpēc vējš pūta mazos, baltos mākoņus virsū saulei, lai mākoņa ēnas dejotu pāri laukiem un mājām, un cilvēki skatītos debesīs un brīnītos: “Kur palika saule? Vai drīz līs?” Tā vietā drīz vien atkal parādījās saule, izlīzdama cauri plānajiem, baltajiem mākoņiem.

“Ak, man vairāk jācenšas,” teica vējš. Viņš pūta lielos, tumšos negaisa mākoņus virsū saulei, lai cilvēki steigtos iekšstelpās un izbēgtu no tuvojošās vētras. Taču pavisam drīz saule atrada spraugu starp mākoņiem, spoži spīdējama cauri lietum un radīdama visskaistāko varavīksni sarkanā, oranžā, dzeltenā, zaļā, zilā, indigo zilā un lillā krāsā.

“Ak, nāciet, paskatieties!” cilvēki sajūsmā izdvesa, skatīdamies ārā pa logu. “Cik brīnišķīga varavīksne! Drīz pārstās līt. Paldies dievam, ka atkal spīd saule.” Tas vēju padarīja vēl skaudīgāku.

Kādu rītu vējš ar sauli satikās kalna galā un, kā parasti, vējš uzsāka strīdu. Viņš lielījās ar to, ko viņš spēj paveikt.

“Es varu pasaukt ziemu un pūst lapas, lauzt kokus un pārvietot jūras,” teica vējš.

“Tev jāzina, ka es varu pasaukt vasaru un nogatavināt augļus un kviešus un noklāt zemi ar skaistiem ziediem,” saule deva pretī.

Tieši tajā brīdī garām slīdēja mākonis un čukstēja: “Saule nenogurusi strādā, celdamās katru rītu. Esmu pateicīgs arī vējam, ka palīdz manās gaitās. Es domāju, ka jums abiem ir jāligst miers reizi par visām reizēm. Vai redzat to vīru, kas kāpj augšā kalnā ar biezo mēteli mugurā? Kurš no jums liks viņam to novilkt?”

“Jā, tā ir laba ideja! Pārbaudīsim!” teica saule. “Vējš, tu mēģini pirmais.”



Vējam divreiz nebija jāsaka, un viņš sāka pūst vīram virsū tik, cik spēja. Viņš elsa un pūta, liekot lietā visu savu spēku, taču viss, ko viņš panāca, bija tas, ka vīrs sapogāja savu mēteli vēl ciešāk. Vējš pūta stiprāk un stiprāk, taču viss, ko viņš panāca, bija tas, ka vīrs uzlocīja apkakli. Vējš pūta vēl negantāk, tā, ka koki šūpojās un lapas krita zemē un savērpās vērpetēs. Taču tas vīram lika pieturēties ciešāk pie mēteļa.

Vējš bija mēģinājis, cik varējis, taču nevarēja piespiest cilvēku novilkt mēteli, tāpēc viņš padevās.

Tagad bija saules kāрта. Tā lēnām sāka spīdēt. Pēc pāris minūtēm vīrs nolaida mēteļa apkakli un atpogāja mētelim augšējās pogas. Tad saule spīdēja jau spožāk, un vīrs atdarīja visas mēteļa pogas un attaisīja mēteli. Saule sūtīja savus karstākos starus, lai tie apspīdētu vīru. Viņš sāka svīst, un pēc tam, kad bija noslaucījis pieri lielā kabatlakatiņā, viņš novilkā mēteli.



Saule aiz prieka sauca vēju, taču vējš, redzēdams, ka ir kļūdijies, bija devies prom savās gaitās, maigi pūzdams mazo mākonī uz dienvidiem.

JAUTĀJUMI

1. Kā vējš izturējās pret sauli?
2. Kāpēc vējam bija skaudība pret sauli?
3. Kā cilvēki varēja zināt, ka ārā ir vējš?
4. Kā vējš mēģināja tik vaļā no saules?
5. Kādus labus vārdus mākonis teica par sauli?
6. Kā jūs varat pateikt, ka kādam cilvēkam kaut kas skauž otrā cilvēkā?*
7. Kāda ir vispareizākā rīcība, ja tevi kāds apceļ?
8. Kā saule uzvarēja vēja mestajā izaicinājumā?
9. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
10. Vai šis stāsts jums atgādināja kaut ko no jūsu dzīves?

**(Ja jūs nepriecājaties par otra cilvēka sasniegumiem vai veiksmi, tā ir skaudības pazīme. Ja gribat sabojāt kaut ko skaistu, kas pieder otram cilvēkam vai ko otrs ir izgatavojis, arī tā ir skaudības pazīme.)*

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

VĒJŠ UN SAULE

Darbība risinās kalnā.

*Lomās: Stāstītājs
Vējš
Saule
Mākonis
Cilvēks*

Stāstītājs: Nedienas ar vēju bija tādas, ka viņš vienmēr apcēla sauli, kas noveda abus pie biežiem strīdiem. Redziet, vējam skauda, jo visi debesīs varēja redzēt sauli, taču neviens nevarēja saskatīt vēju. Visi varēja redzēt tikai tās lietas, kas varēja kustēties.

Vējš: Es zinu, kas man jādara: es pūtišu mazos, baltos mākoņus virsū saulei, lai mākoņa ēnas dejotu pāri laukiem un mājām un saule pazustu.

Cilvēks: Kur palika saule? Vai drīz līs?

Stāstītājs: Tā vietā drīz vien atkal parādījās saule, izlīzdama cauri plānajiem, baltajiem mākoņiem.

Vējš: Ak, vai, man vairāk jācenšas. Es pūtišu lielos, tumšos negaisa mākoņus virsū saulei, lai cilvēki steigtos iekšējās un izbēgtu no tuvojošās vētras.

Stāstītājs: Taču pavisam drīz saule atrada spraugu starp mākoņiem, spoži spīdējama cauri lietum un radīdama visskaistāko varavīksni sarkanā, oranžā, dzeltenā, zaļā, zilā, indigo zilā un lillā krāsā.

Cilvēks: Skatieties! Cik brīnišķīga varavīksne! Drīz pārstās līt. Paldies dievam, ka atkal spīd saule.

Stāstītājs: Tas vēju padarīja vēl skaudīgāku.

Vējš: Nav godīgi! Visi redz sauli un apbrīno to. Mani neviens neredz. Es parādīšu saulei, ka esmu labāks par viņu!

Stāstītājs: Kādu rītu vējš ar sauli satikās kalna galā un, kā parasti, vējš uzsāka strīdu. Viņš lielījās ar to, ko viņš spēj paveikt.

Vējš: Es varu pasaukt ziemu un pūst lapas, lauzt kokus un pārvietot jūras.

Saule: Tev jāzina, ka es varu pasaukt vasaru un nogatavināt augļus un kviešus un noklāt zemi ar skaistiem ziediem.

Mākonis: [čukstus] Saule nenogurusi strādā, celdamās katru rītu. Esmu pateicīgs arī vējam, ka palīdz manās gaitās. Es domāju, ka jums abiem ir jāligst miers reizi par visām reizēm. Vai redzat to vīru, kas kāpj augšā kalnā ar biezo mēteli mugurā? Kurš no jums liks viņam to novilkt?

Saule: Jā, tā ir laba ideja! Pārbaudīsim! Vējš, tu mēģini pirmais.

Stāstītājs: Vējam divreiz nebija jāsaka, un viņš sāka pūst cilvēkam virsū tik, cik spēja. Viņš elsa un pūta, liekot lietā visu savu spēku, taču viss, ko viņš panāca, bija tas, ka vīrs sapogāja savu mēteli vēl ciešāk. Vējš pūta stiprāk un stiprāk, taču viss, ko viņš panāca, bija tas, ka vīrs uzlocīja apkakli. Vējš pūta vēl negantāk, tā, ka koki šūpojās un lapas krita zemē un savērpās vērpetēs. Taču tas vīram lika pieturēties ciešāk pie mēteļa.

Vējš: Es mēģināju, cik varēju. Es padodos.

Stāstītājs: Tagad bija saules kārtā. Tā lēnām sāka spīdēt. Pēc pāris minūtēm vīrs nolaida mēteļa apkakli un atpogāja mētelim augšējās pogas. Tad saule spīdēja jau spožāk, un vīrs atdarīja visas mēteļa pogas un attaisīja mēteli. Saule sūtīja savus karstākos starus, lai tie apspīdētu vīru. Viņš sāka svīst, un pēc tam, kad bija noslaucījis pieri lielā kabatlakatiņā, viņš novilkā mēteli.

Saule: Skaties, vēj! Vīrs novilkā mēteli.

Stāstītājs: Vējš sauli nedzirdēja. Viņš bija aizgājis. Redzēdams, ka ir kļūdījies, bija devies prom savās gaitās, maigi pūzdam mazo mākonī uz dienvidiem.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. SPĒLE “Saule, vējš un mākoņi”

Viens bērns ir saule. Viņam aizsien acis un nostāda aplim vidū. Pārējie ir mākoņi, kurus pūš vējš un kas slīd viņam garām.

Kad saule sajūt, ka viņai tuvumā ir mākonis, viņa pavēl: “Stāvi mierā, vējš!”

Vējš un mākoņi paliek nekustīgi. Saule pieskaras mākoņa sejai un min, vai tas ir mākonis vai vējš.

Ja uzmin pareizi, mākonis kļūst par vēju, vējš par sauli un saule par vienu no mākoņiem.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

ES ESMU MAZA SKUDRA (Sjūzena Keferija)

Es esmu maza skudra,
Tāpēc nekāp, lūdzu, man virsū.
Es kožu tikai, kad baidos,
Jo mani saspiest ir tik viegli.
Tu esi tik ļoti liels,
Bet es – tik ļoti sīka;
Pat ja es tev uzkāptu,
Tu to pat nemanītu.

*Piedz.: Ja tu nesāpini mani, es nesāpinu tevi.
Ja tu cieni mani, es cienu tevi.
Tu zini, ka es aizlidošu pa gaisu,
Ja tu nošķaudīsies. Apči!
Tāpēc – pat ja nemīli tu mani,
Nedari man pāri.*

Es esmu maza skudra,
Tāpēc nekāp, lūdzu, man virsū.
Es kožu tikai, kad baidos,
Jo mani saspiest ir tik viegli.
Tu esi tik ļoti liels,
Bet es – tik ļoti sīka;
Pat ja es tevi pagrūstu stipri,
Tu nemaz nenokristu.

Piedz.: Ja tu nesāpini mani, es nesāpinu tevi.

Nodarbības nobeigumā:

Katrs bērns saka:

Viena vērtīga lieta, ko es šodien iemācījos, ir...

NEIZŠĶĒRDĒŠANA

Mērķis: Sekmēt domāšanu par to, cik svarīga ir neizšķērdēšana, saglabāšana un otrreizējā pārstrāde.

Atslēgvārdi: klasisks, pieķeršanās, disciplīna, pienākums, pateicība, kurināmais, mēslojums, organizēts, gudrība.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā.

Lasītprasme: Luga. **Zinātne:** klases projekts.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

NEBŪSI IZŠĶĒRDĪGS,



NEVAJADZĒS KRĀT.

Pārrunāji citāta nozīmi! Vai būtu labi šo atziņu ievērot arī dzīvē?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Atcerieties to brīdi, kad jūs kaut ko saglabājāt, lai izmantotu to vēlreiz kaut kad vēlāk, nevis izmetāt to lietu.

Ziniet, ka tādā veidā jūs palīdzat mūsu planētai Zemei.

Atcerieties to brīdi, kad jūs kādam citam atdevāt lietu, kas jums vairs nebija vajadzīga.

Ziniet, ka arī tad jūs palīdzējāt mūsu planētai Zemei.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

NAV NEKĀ NEDERĪGA

Tautas pasaka

Sausas lapas bija viss, ko viņš vēlējās,
Ko citi nemaz neizmantoja.
Zēni izgāja ārā tās meklēt
Un atgriezās bēdīgi un īgni.

Vēl tajos laikos, pirms skolas bija tā organizētas, kā ir mūsdienās, bērni gāja mācīties pie skolotāja uz māju. Kad bērni bija iemācījušies lasīt, rakstīt, rēķināt un saprast klasiskās valodas un visu pārējo, kas bija vajadzīgs, ar skolotāja svētību viņi atgriezās mājās un iekārtojās darbā kādā arodā vai tirdzniecībā.

Reiz bija divi skolēni, kuriem bija jādodas prom no skolotāja mājām un jāatgriežas savējās. Viņi aizgāja pie skolotāja un vaicāja: “Skolotāj, lūdzu, sakiet mums, ko mēs varētu jums uzdāvināt kā pateicības dāvanu?”

Skolotājs priecājās par skolēnu mīlestību un pateicību. Viņš īpaši priecājās par viņu izrādīto pieķeršanos, disciplīnu un pienākuma apziņu. Viņš nevēlējās neko vairāk kā vien to, lai skolēni ir labi pilsoņi. Taču viņš nolēma bērniem sniegt vēl pāris mācību stundas.



“Mani dārgie zēni,” viņš teica. “Es gribētu, lai jūs dotos mežā, kas atrodas aiz mājas, un atnestu man sausas lapas, kas nevienam nav īsti vajadzīgas.”

Zēni brīnījās, kāpēc viņu skolotājs lūdz tik dīvainu dāvanu. Taču, būdami paklausīgi, viņi paņēma grābekli un spaini un devās mežā grābt lapas. Pēc neilga brīža viņa aiz koka atrada lielu kaudzi ar sausām lapām. Viņi jau bija paspējuši sagrābt nedaudz lapas sev, kad no būdas klibodams iznāca gados vecs zemnieks un sauca: “Lūdzu, nolieciet lapas atpakaļ kaudzē! Es

no tām taisīšu kompostu. Tās man noder kā brīnišķīgs mēslojums, ko likt uz lauka. Tas dos bagātīgu graudu ražu.”

Puikas atstāja lapu kaudzi un devās nedaudz tālāk, mežā. Tur viņi ieraudzīja trīs sievietes, kas vāca sausas lapas un lika savos grozos. “Ko jūs iesāksiet ar tām sausajām lapām?” jautāja viens no zēniem.

“Daudz ko,” atbildēja viena no sievām. “Piemēram, es dedzināšu tās kā kurināmo, lai uzkarsētu vannai ūdeni un izmazgātu mūsu drēbes.”

Otrā sieva teica: “Mēs sašujam kopā lielākās un stiprākās lapas, lai izmantotu kā vienreizlietojamus šķīvjus baznīcas svētkos. Es tos pārdodu, lai nopelnītu naudu un pabarotu savus bērnus.”



Pēdējā sieva teica: “Es vācu sausas lapas tieši no šī koka, lai mans vīrs, kurš ir ārsts, varētu tās izmantot kā ārstniecības līdzekli. Viņš izārstē daudz slimības.”

Skolēni devās dziļāk mežā. Viņi zem gara koka ieraudzīja sausas lapas. Kamēr viņi uz tām skatījās, nolaidās liels putns, pacēla lapu un aizlaidās prom. Puikas skatījās, kā putns lido ar lapu uz tuvējo koku, kur tas veidoja ligzdu no sausām lapām un zāles. Viņi nevarēja ņemt sausas lapas no šī koka apakšas, jo tās bija vajadzīgas putnam.

Zēni nolēma, ka dosies atpakaļ pie skolotāja. Pa ceļam viņi gāja garām mazam dīķim un pamanīja, ka pa ūdens virsu peld sausa lapa.

“Te nu būs lapa, kas nevienam nav vajadzīga!” viens no zēniem aizrautīgi iesaucās un skrēja tai pakaļ. Par lielu pārsteigumu, viņš ieraudzīja, ka pa lapu staigā divas lielas, sarkanas skudras. Kad zēns lapu nolika uz zemes, skudras sāka skraidīt tai apkārt. “Šī sausā lapa bija skudrām glābšanas laiva. Ja tās tur nebūtu, viņas būtu dīķī noslīkušas,” zēns turpināja. Skolēni saprata, ka viņu meklējumi ir bijuši veltīgi, un viņi atgriezās skolotāja mājā.



Viņi skolotājam bēdīgi teica: “Skolotāj, mēs uzzinājām, ka pat sausām lapām ir tik daudz pielietojuma veidu, ka nevarējām Jums atnest nevienu pašu. Visas sausas lapas, ko mēs redzējām, tiek izmantotas kādam konkrētam mērķim. Mums žēl, ka nevarējām Jums sagādāt tādu dāvanu, kādu Jūs gribējāt. Lūdzu, piedodiet mums!”

“Mani dārgie zēni!” atbildēja skolotājs. “Jūs man esat sarūpējuši tieši to dāvanu, kuru es vēlējos. Jūs tagad saprotat, ka pat sausas lapas ir noderīgas un palīdz cilvēkiem, putniem



un kukaiņiem. Cik liela vērtība ir cilvēkam, kurš strādā visu labā! Rūpējieties par sevi un padariet sevi un citus laimīgus! Nekad nepalaidiet garām iespēju palīdzēt tiem, kam nepieciešams, tiem, kuri ir slimi, un veciem cilvēkiem! Nekad neaizmirstiet šodien apgūto mācību. Visam ir pielietojums un vērtība. Pat čūskas inde, kad to pārvērš vakcīnā, var izglābt dzīvību tiem, kurus ir sadzēlušas indīgas čūskas. Tiesa, mēs bieži varam redzēt, cik muļķīgi cilvēki iznieko ēdienu, laiku un dažādus vērtīgus resursus.”

Sausas lapas bija viss, ko viņš vēlējās,
Ko citi nemaz neizmantoja.
Zēni izgāja ārā tās meklēt
Un atgriezās bēdīgi un īgni.

*Zemnieks izmanto lapas augsnes bagātināšanai.
Sieviete tās sadedzināja, lai uzsildītu ūdeni.
Kāds cits pagatavoja šķīvjus, uz kuriem likt ēdienu.
Vēl kāds sajaucā zālītēs slimajiem un spēcīgajiem.*

*Putniņš gribēja lapas savai ligzdai.
Skudras uz lapas atrada atpūtas vietu.
Zēni nevarēja izpildīt skolotāja vēlmi
Un atgriezās ar sajūtu, ka nav nolikuši pārbaudījumu.*

Tāču skolotājs bija priecīgs:
“Dārgie zēni! Jūs esat apguvuši vēl vienu mācību!
Tāpēc neesiet sašļukuši.
It visam ir tik liela vērtība!

Esiet priecīgi, vienmēr izpalīdzīgi,
Kad vien tas ir vajadzīgs.
Nešķērdējiet, it viss ir noderīgs –
No liela koka līdz sīkai sēklai.

JAUTĀJUMI

1. Kādu nosaukumu Jūs dotu šim stāstam?
2. Kāpēc bērniem bija jāiet mācīties uz skolotāja māju?
3. Kāpēc bērni gribēja skolotājam kaut ko uzdāvināt?
4. Ko skolotājs viņiem teica, kad zēni jautāja, ko skolotājs gribētu saņemt par pateicību?
5. Vai zēni varēja atnest to, ko skolotājs gribēja?
6. Kā zemnieks izmantoja lapas?
7. Kādam nolūkam lapas izmantoja trīs sievas?
8. Kā putns izmantoja lapas?
9. Kā skudras izmantoja lapas?
10. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
11. Vai šis stāsts jums atgādināja par kaut ko no jūsu dzīves?

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

NAV NEKĀ NEDERĪGA

Darbība risinās mežā pie skolotāja mājas. Skolotājs sēž un runājas ar skolēniem.

Lomās:
Stāstītājs
Skolotājs
Pirmais skolēns
Otrais skolēns
Zemnieks
Pirmā sieva
Otrā sieva
Trešā sieva
Dzejnieks

Stāstītājs: Vēl tajos laikos, pirms skolas bija tā organizētas, kā ir mūsdienās, bērni gāja mācīties pie skolotāja uz māju. Kad bērni bija iemācījušies lasīt, rakstīt, rēķināt un saprast klasiskās valodas un visu pārējo, kas bija vajadzīgs, ar skolotāja svētību viņi atgriezās mājās un iekārtojās darbā kādā arodā vai tirdzniecībā.

Skolēni: Skolotāj, lūdzu, sakiet mums, ko mēs varētu jums uzdāvināt kā pateicības dāvanu?

Stāstītājs: Skolotājs priecājās par skolēnu mīlestību un pateicību. Viņš īpaši priecājās par viņu izrādīto pieķeršanos, disciplīnu un pienākuma apziņu. Viņš nevēlējās neko vairāk kā vien to, lai skolēni ir labi pilsoņi. Taču viņš nolēma bērniem sniegt vēl pāris mācību stundas, tāpēc viņš teica:

Skolotājs: Mani dārgie zēni. Es gribētu, lai jūs dotos mežā, kas atrodas aiz mājas, un atnestu man sausas lapas, kas nevienam nav īsti vajadzīgas.

Stāstītājs: *(Zēni ieiet mežā)* Zēni brīnījās, kāpēc viņu skolotājs lūdz tik dīvainu dāvanu. Taču, būdami paklausīgi, viņi paņēma grābekli un spaini un devās mežā grābt lapas.

Pirmais skolēns: Te aiz koka ir liela kaudzi ar sausām lapām. Sagrābsim lapas sev.

Stāstītājs: *(Ienāk zemnieks)* Pirms viņi pabeidza grābt, no būdas klībodams iznāca gados vecs zemnieks un nāca pie viņiem.

Zemnieks: Lūdzu, nolieciet lapas atpakaļ kaudzē! Es no tām taisīšu kompostu. Tās man noder kā brīnišķīgs mēslojums, ko likt uz lauka. Tas dos bagātīgu graudu ražu.

Stāstītājs: Puikas atstāja lapu kaudzi un devās nedaudz tālāk, mežā. Tur viņi ieraudzīja trīs sievietes, kas vāca sausas lapas un lika savos grozos.

(Ienāk pirmā sieviete)

Otrs skolēns: Ko jūs iesāksiet ar tām sausajām lapām?

Pirmā sieviete: Daudz ko. Piemēram, es dedzināšu tās kā kurināmo, lai uzkarsētu vannai ūdeni un izmazgātu mūsu drēbes.

(Ienāk otra sieva)

Otrā sieva: Mēs sašujam kopā lielākās un stiprākās lapas, lai izmantotu kā vienreizlietojamus šķīvjus baznīcas svētkos. Es tos pārdodu, lai nopelnītu naudu un pabarotu savus bērnus.

(Ienāk trešā sieva)

Trešā sieva: Es vācu sausas lapas tieši no šī koka, lai mans vīrs, kurš ir ārsts, varētu tās izmantot kā ārstniecības līdzekli. Viņš izārstē daudz slimības.

Stāstītājs: Skolēni devās dziļāk mežā. Viņi zem gara koka ieraudzīja sausas lapas. Kamēr viņi uz tām skatījās, nolaidās liels putns, pacēla lapu un aizlaidās prom. Puikas skatījās, kā putns lido ar lapu uz tuvējo koku, kur tas veidoja ligzdu no sausām lapām un zāles. Viņi nevarēja ņemt sausās lapas no šī koka apakšas, jo tās bija vajadzīgas putnam. Zēni nolēma, ka dosies atpakaļ pie skolotāja. Pa ceļam viņi gāja garām mazam dīķim un pamanīja, ka pa ūdens virsu peld sausa lapa.

Pirmais skolēns: Te nu būs lapa, kas nevienam nav vajadzīga! *(skrien uz dīķi un paceļ lapu)* Kas par pārsteigumu! Pa lapu staigā divas lielas, sarkanas skudras. Es labāk nolikšu lapu uz zemes.

Otrais skolēns: Skat, skudras sāk skraidīt tai apkārt. Šī sausā lapa būs skudrām bijusi glābšanas laiva. Ja tās tur nebūtu, viņas būtu dīķī noslīkušas.

Pirmais skolēns: Ak, dievs! Es nedomāju, ka mēs jebkad atradīsim lapas, kas nav nevienam derīgas. Kāds tās vienmēr gribēs izmantot kaut kādam mērķim. Iesim atpakaļ uz skolotāja māju! Kāds kauns, mēs nevarējām dabūt to, ko skolotājs gribēja.

Stāstītājs: Viņi bēdīgi atgriezās skolotājā mājās un gāja pie skolotāja.

Pirmais skolēns: Skolotāj, mēs uzzinājām, ka pat sausām lapām ir tik daudz pielietojuma veidu, ka nevarējām Jums atnest nevienu pašu. Visas sausās lapas, ko mēs redzējām, tiek izmantotas kādam konkrētam mērķim. Mums žēl, ka nevarējām Jums sagādāt tādu dāvanu, kādu Jūs gribējāt. Lūdzu, piedodiet mums!

Skolotājs: *(smiedamies)* Mani dārgie zēni! Jūs man esat sarūpējuši tieši to dāvanu, kuru es vēlējos. Jūs tagad saprotat, ka pat sausas lapas ir noderīgas un palīdz cilvēkiem, putniem un kukaiņiem. Cik liela vērtība ir cilvēkam, kurš strādā visu labā! Rūpējieties par sevi un padariet sevi un citus laimīgus! Nekad nepalaidiet garām iespēju palīdzēt tiem, kam nepieciešams, tiem, kuri ir slimi, un veciem cilvēkiem! Nekad neaizmirstiet šodien apgūto mācību. Visam ir pielietojums un vērtība. Pat čūskas inde, kad to pārvērš vakcīnā, var izglābt dzīvību tiem, kurus ir sadzēlušas indīgas čūskas. Tiesa, mēs bieži varam redzēt, cik muļķīgi cilvēki iznieko ēdienu, laiku un dažādus vērtīgus resursus.

Dzejnieks: Sausas lapas bija viss, ko viņš vēlējās,
Ko citi nemaz neizmantoja.
Zēni izgāja ārā tās meklēt
Un atgriezās bēdīgi un īgni.

*Zemnieks izmanto lapas augsnes bagātināšanai.
Sieviete tās sadedzināja, lai uzsildītu ūdeni.
Kāds cits pagatavoja šķīvjus, uz kuriem likt ēdienu.
Vēl kāds sajauca zālītēs slimajiem un spēcīgajiem.*

*Putniņš gribēja lapas savai ligzdai.
Skudras uz lapas atrada atpūtas vietu.
Zēni nevarēja izpildīt skolotāja vēlmi
Un atgriezās ar sajūtu, ka nav nolikuši pārbaudījumu.*

Taču skolotājs bija priecīgs:
“Dārgie zēni! Jūs esat apguvuši vēl vienu mācību!
Tāpēc neesiet sašļukuši.
It visam ir tik liela vērtība!

Esiet priecīgi, vienmēr izpalīdzīgi,
Kad vien tas ir vajadzīgs.
Nešķērdējiet, it viss ir noderīgs –
No liela koka līdz sīkai sēklai.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. Diskusija “Dabas nozīme manā dzīvē”

Palūdziet katram bērnam kaut ko atnest no dārza, kādu dabas materiālu, piem., lapu, zāles stiebru, akmeni, spalvu utt.

Apsēdieties aplī un katrs bērns pēc kārtas stāsta, ko viņam atnestā lieta nozīmē.

Man šajā lietā patīk...

Neplūciet puķes šī uzdevuma dēļ, tā vietā atrodiet kaut ko tādu, kas atrodas uz zemes.

3. Grupu darbs “Izvairīšanās no izšķērdības”

Bērnus sadaliet pa četrām grupām, kurās jāpārrunā, ko mēs varētu darīt, lai:

skolā neizšķērdētu resursus, es ...

neizšķērdētu enerģiju skolā un mājā, piemēram, gāzi, elektrību, es ...

saglabātu tīru apkārtējo vidi, piemēram, novērstu piesārņošanu, īstenotu otrreizējo pārstrādi, es ...

Viens cilvēks no katras grupas prezentē visiem pārējiem.

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

RŪPĒSIMIES!

*(Stjuarta Džouna mūzika,
Sāras Džounas dziesmas vārdi)*

Rūpēsimies, dalīsimies
Mūsu skaistajā pasaulē.
Visas radības un cilvēki
Kopā mūžīgi mūžos!

(Atkārtot x 3)

Nodarbības nobeigums

Skolotāja un skolēni izveido apli un saka: “Daba mums ir devusi tik daudz noderīgas lietas, un mēs tās izmantosim apdomīgi, uzmanīgi un neizšķērdējot.”

Klases projekts

Bērni pēta vietējās dzīvās dabas rezervātus, zīmējumos attēlo tur sastopamos dzīvniekus un apraksta viņu paradumus, jo īpaši dzīves ciklu.

CIEŅA PRET DZĪVNIEKIEM

Mērķis: Vairo izpratni par to, cik svarīgi ir rīkoties atbildīgi.

Atslēgvārdi: atkarīgs, zirgu puisis, nepaklausīgs, atbildība.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**VISĀM DZĪVĀM BŪTNĒM IR
TIESĪBAS UZ CIEŅU UN
LAIPNĪBU.**



Pārrunāji citāta nozīmi!

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Atsauc atmiņā to laiku, kad tev bija kāds mīļš un tuvs mājdzīvnieks.

Iztēlojies, kā tu pieskaries viņa ādai, sajūti, cik tā ir silta un nomierinoša.

Varbūt tam zvēriņam ir bail no tevis, jo tu esi lielāks par viņu.

Iztēlojies, kā tu viņu maigi paijā.

Domā mīļas domas par viņu.

Iztēlojies, ka tu ar viņu klusām sarunājies.

Izturies pret viņu ar cieņu.

Atceries, ka viņam ir jūtas tāpat kā tev.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

ANASTASIJA GRIB TRUSI

Kamilla Noubla Varena

Anastasija ar mammu pušķoja Ziemassvētku eglīti un runāja par visām tām jaukajām lietām, ko dara Ziemassvētkos, piemēram, dzied korālus, pušķo eglīti un gaida Ziemassvētku vecīti, kad pēkšņi Anastasija mammai teica: “Mammu, es zinu, ko es ļoti, ļoti gribētu saņemt Ziemassvētku dāvanā.”

“Kas tas būtu, mīļumiņ?” jautāja mamma.

“Nu, Rebekai no manas klases ir mājdzīvnieks trusis, un viņa mums vienmēr par viņu stāsta tik jaukas lietas. Viņš knibinās ap salātlapām, kad viņu baro, un viņš ir tik foršs un mīksts, kad to paņem rokās un pajā viņa vilniņu. Rebeka teica, ka sajūta ir līdzīga tam, kā turot rokā īstu, dzīvu mīksto mantiņu. Mammu, es gribētu pati savu trusi.”

Mamma uz mirkli apklusā un smaidīja: “Būtu jauki, ja tev būtu mājdzīvnieks, jo tu jau kļūsti arvien vairāk pieaugusi, bet varbūt vispirms mēs varētu parunāt par to, ko tas nozīmē – turēt mājās trusi. Tu esi televīzijā redzējusi reklāmu, kurā saka: “Suns ir uz visu mūžu, ne tikai uz Ziemassvētkiem!”, vai ne? Tas pats attiecas uz visiem dzīvniekiem, ieskaitot trušus. Viņi var izskatīties un šķist mīļi kā mīkstās mantiņas, taču viņi ir dzīvi, un arī viņiem vajag mīlestību, rūpes un uzmanību kā cilvēkiem, un to nevar pārtraukt sniegt tikai tāpēc, ka mums palika garlaicīgi, jo visa truša dzīve ir atkarīga no cilvēka rūpēm.”

“Ko tu ar to domā, mammu?” jautāja Anastasija.

“Kad tev būs trusis, tu būsi pilnībā atbildīga par visām viņa ikdienišķajām vajadzībām. Tev katru dienu būs jātīra viņa būris un jāieklāj guļvietā svaigi salmi, jāielej tīrs dzeramais ūdens un jādod ēst. Tev viņš būs jāķemmē, jātrenē un jāspēlējas ar viņu, lai trusim būtu laba veselība, lai viņš būtu priecīgs un tev uzticētos.”

“Ak, tā, bet man to visu patiktu darīt mana trusīša labā, mammu,” viņa aizrautīgi teica. “Lūdzu, lūdzu, vai uzdāvināsi man trusi?”

Mamma smaidīja un teica: “Sarunāsim tā: rīt tev bibliotēkā jāatdod grāmatas. Pajautā bibliotekārei grāmatu par truša turēšanu mājās, lai mēs varam iegūt visu nepieciešamo informāciju, pirms pieņemam lēmumu.”

Anastasija labprāt piekrita un turpināja palīdzēt mammai pušķot Ziemassvētku egli, visu laiku sapņodama par trusi.

Bibliotēkā Anastasija ar bibliotekāres palīdzību atrada grāmatu par trušiem un aizrautīgi sāka to lasīt. Jo vairāk viņa lasīja, jo vairāk saprata, cik liela atbildība ir rūpes par mājdzīvnieku. Trusis būtu pilnībā atkarīgs no viņas, lai saņemtu ēdienu, kārtīgu mājvietu, un viņam arī jānodrošina vingrošana un rotaļāšanās – Anastasija būtu atbildīga par visu viņa dzīvi. Viņai pēc skolas joprojām patika spēlēties ar draugiem un pavadīt nedēļas nogales pie māsīcas, un viņa saprata, ka viņai vairs nebūtu tik daudz brīvā laika. Viņas bezrūpīgā dzīve būtu jāpakārto truša vajadzībām, ja viņa tik tiešām apņemtos to mīlēt un rūpēties par to.

Viņa padomāja par to un secināja, ka būtu jauki turēt īstu mājdzīvnieku, jo īpaši trusi. Taču tad viņa pieņēma īstu pieauguša cilvēka lēmumu: ja viņai nāktos nodrošināt trusim visas tās lietas katru dienu, tad viņa vēl ir par jaunu tam, un viņa negrib uzņemties tik lielu atbildību.

Anastasija un viņas mamma klusēdamas roku rokā devās prom no bibliotēkas. Pēc pāris minūtēm mamma pagriezās pret viņu un jautāja: “Mīlulīt, vai viss ir kārtībā?”

“Jā, mamma. Tikai... Izlasot grāmatu, es par to padomāju. Es zinu, ka tu man palīdzētu. Taču, ja tas ir mans trusis, tad man par viņu ir jāuzņemas atbildība. Tu to zini. Es domāju, ka man nevajag trusi.” Tad viņa nebēdnīgi piebilda: “Bet vai truša vietā es varu saņemt ziloni?”

Mamma paskatījās uz viņu un viņas abas izplūda smieklos, priecīgi iedamas mājup.

JAUTĀJUMI

1. Kā jūs nosauktu šo stāstu?
2. Kāpēc Anastasija uz Ziemassvētkiem dāvanā gribēja saņemt trusi?
3. Ko viņai mamma teica par mājdzīvnieku turēšanu?
4. Kur Anastasija ieguva vairāk informāciju par truša turēšanu?
5. Ko viņa izlēma darīt?
6. Vai viņa patiešām gribēja saņemt dāvanā ziloni?
7. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
8. Vai šis stāsts jums atgādina kaut ko no jūsu dzīves?

Saistītais stāsts “Jaunais kaķēns” (no grāmatas “Finding Your Feet”)

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

MĪLIET DZĪVNIEKUS

(Zitas Starkī mūzika un dziesmas vārdi)

Mīliet dzīvniekus, mīliet dzīvniekus:

Baložus uz ielas,

Kaķus un suņus savā ceļā.

Sanāciet un mīliet dzīvniekus!

Mīliet tos no sirds.

Baložus uz ielas,

Kaķus un suņus savā ceļā.

Tikai nepievienojaties cilvēkiem, kuri ir ļauni.

Atcerieties mīlestības zelta likumu!

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

ANASTASIJA GRIB TRUSI

Darbība risinās Anastasijas mājās pirms Ziemassvētkiem.

*Lomās: Stāstītājs
 Anastasija
 Mamma*

Stāstītājs: Anastasija ar mammu pušķoja Ziemassvētku eglīti un runāja par visām tām jaukajām lietām, ko dara Ziemassvētkos, piemēram, dzied korāļus, pušķo eglīti un gaida Ziemassvētku vecīti.

Anastasija: Mammu, es zinu, ko es ļoti, ļoti gribētu saņemt Ziemassvētku dāvanā.

Mamma: Kas tas būtu, mīlumiņ?

Anastasija: Nu, Rebekai no manas klases ir mājdzīvnieks trusis, un viņa mums vienmēr par viņu stāsta tik jaukas lietas. Viņš knibinās ap salātlapām, kad viņu baro, un viņš ir tik foršs un mīksts, kad to paņem rokās un pajā viņa vilniņu. Rebeka teica, ka sajūta ir līdzīga tam, kā turot rokā īstu, dzīvu mīksto mantiņu. Mammu, es gribētu pati savu trusi.

Mamma: (*smaidot*) Būtu jauki, ja tev būtu mājdzīvnieks, jo tu jau kļūsti arvien vairāk pieaugusi, bet varbūt vispirms mēs varētu parunāt par to, ko tas nozīmē – turēt mājās trusi. Tu esi televīzijā redzējusi reklāmu, kurā saka: “Suns ir uz visu mūžu, ne tikai uz Ziemassvētkiem!”, vai ne? Tas pats attiecas uz visiem dzīvniekiem, ieskaitot trušus. Viņi var izskatīties un šķist mīli kā mīkstās mantiņas, taču viņi ir dzīvi, un arī viņiem vajag mīlestību, rūpes un uzmanību kā cilvēkiem, un to nevar pārtraukt sniegt tikai tāpēc, ka mums palika garlaicīgi, jo visa truša dzīve ir atkarīga no cilvēka rūpēm.

Anastasija: Mammu, ko tu ar to domā?

Mamma: Kad tev būs trusis, tu būsi pilnībā atbildīga par visām viņa ikdienišķajām vajadzībām. Tev katru dienu būs jātira viņa būris, jāieklāj gulvietā svaigi salmi, jāielej tīrs dzeramais ūdens un jādod ēst. Tev viņš būs jāķemmē, jātrenē un jāspēlējas ar viņu, lai trusim būtu laba veselība, lai viņš būtu priecīgs un tev uzticētos.

Anastasija: (*aizrautīgi*) Ak, tā, bet man to visu patīktu darīt mana trusīša labā, mammu. Lūdzu, lūdzu, vai uzdāvināsi man trusi?

Mamma: Sarunāsim tā: rīt tev bibliotēkā jāatdod grāmatas. Pajautā bibliotekārei grāmatu par truša turēšanu mājās, lai mēs varam iegūt visu nepieciešamo informāciju, pirms pieņemam lēmumu.

Anastasija: Sarunāts!

Stāstītājs: Anastasija turpināja palīdzēt mammai pušķot Ziemassvētku egli, visu laiku sapņodama par trusi. Nākamajā dienā bibliotēkā Anastasija ar bibliotekāres palīdzību atrada grāmatu par trušiem un aizrautīgi sāka to lasīt. Jo vairāk viņa lasīja, jo vairāk saprata, cik liela atbildība ir rūpes par mājdzīvnieku.

Anastasija: Trusis būtu pilnībā atkarīgs no manis, lai saņemtu ēdienu, kārtīgu mājvietu, un viņam arī jānodrošina vingrošana un rotaļāšanās – es būtu atbildīga par visu viņa dzīvi. Man pēc skolas joprojām patīk spēlēties ar draugiem un pavadīt nedēļas nogales pie māsīcas, bet, ja man būtu trusis, man vairs nebūtu tik daudz brīvā laika. Mana bezrūpīgā dzīve būtu jāpakārto truša vajadzībām, ja viņa tik tiešām apņemtos to mīlēt un rūpēties par to. Lai gan būtu jauki

turēt īstu mājdzīvnieku, jo īpaši trusi. Taču, ja man nāktos nodrošināt trusim visas tās lietas katru dienu, tad es tam esmu par jaunu, un es vēl negribu uzņemties tik lielu atbildību.

Stāstītājs: Anastasija un viņas mamma klusēdamas roku rokā devās prom no bibliotēkas.

Mamma: Mīlulīt, vai viss ir kārtībā?

Anastasija: Jā, mamma. Tikai... Izlasot grāmatu, es par to padomāju. Es zinu, ka tu man palīdzēti. Taču, ja tas ir mans trusis, tad man par viņu ir jāuzņemas atbildība. Tu to zini. Es domāju, ka man nevajag trusi. (Viņa apklust un nebēdnīgi piebilst) Bet vai truša vietā es varu saņemt ziloni?

Stāstītājs: Mamma paskatījās uz viņu un viņas abas izplūda smieklos, priecīgi iedamas mājup.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu un izspēlējot to lugā?

2. DZĪVNIEKU SPĒLE AR ATTĒLU KARTĪTĒM

Nokopējiet dzīvnieku attēlus un izgrieziet kartītes. Katram bērnam viena kartīte.

Aiciniet bērnus sasēsties aplī.

Izsniedziet katram bērnam vienu kartīti ar dzīvnieka attēlu.

Bērni pēc kārtas iet apļa vidū un pasaka trīs labas lietas par sevi kā par kartītē redzamo dzīvnieku, piemēram, "Manas adatas attur citus darīt man pāri.", "Es ēdu mazas radības, kas dārzā apēd augus.", "Es pa naktīm strādāju un pa dienu guļu, tā mēs viens otram netraucējam."

Pārējie bērni min, kas tas par dzīvnieku, piemēram, ezis.

Ja bērniem ir grūti atminēt, kartītēm aizmugurē var uzrakstīt pāris rosinošus ieteikumus.

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotājas ieskatiem nodarbību var beigt, aicinot bērnus sastāties aplī un sakot: "Es rūpēšos par saviem mājdzīvniekiem un rīkošos atbildīgi."



PASAULES PILSONĪBA

Mērķis: Sekmēt domāšanu par dažādām grupām un kopienām, kurām cilvēki pieder, un saprast, ka ģimenēm un draugiem vienam par otru būtu jā rūpējas.

Atslēgvārdi: pilsonis, globāls, vietējs, priekšpilsēta.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**DOMĀ GLOBĀLI,
RĪKOJIES LOKĀLI!**
Agenda 21 sauklis



Pārrunāji citāta nozīmi!

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Iztēlojieties, ka jūs pastaigājaties pa lauku taku.

Jums zem kājām ir mīksta zeme.

Koku zari pār taku veido arku, radot patīkamu ēnu.

Cauri zariem laužas saules stari, uz takas veidojot zeltainas gaismas laukumus.

Pūš maigs vējiņš. Ieklausieties lapu čabēšanā.

Virs jūsu galvas priecīgi dzied putni. Ieklausieties viņu dziesmā.

Jūs vērojat, kā tie laidelējas no koka uz koku.

Jūs redzat, kā sarkanriklīte danco jums blakus uz takas.

Visas dzīvās radības priecājas par to, ka ir dzīvas.

Ari jūs par to priecājaties.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

PASAULES PILSONIS

Tesa Hilmena

Kopā braukšana ietaupa resursus
Vairāk nekā vienā veidā.
Kopā braukšana vairo draudzību
Un rada daudz prieka ik katrā.

Levī un Sāra dzīvoja Londonas priekšpilsētā. Viņus uz skolu veda mamma, jo tas bija pa ceļam uz viņas darbu. Katreiz pēc skolas viņiem pakaļ bija tētis. Katru dienu bija viena un tā pati kārtība: mamma viņus veda uz skolu, bet tētis viņiem bija pakaļ pēc skolas.

Viendien bija atnākusi Greisas un Džeimija mamma Beta, kura dzīvo viņiem kaimiņos, un vaicāja, vai viņas bērni varētu braukt uz skolu kopā ar Levī un Sāru. Viņa teica, ka viņai ir saplīsusī mašīna un ka viņa nevar todien bērnus aizvest uz skolu.

Levī mamma Sjū uzreiz piekrita: “Protams, es viņus aizvedīšu uz skolu. Tas man nesagādās nekādas grūtības. Vai zini, no skolas bērnus mājās ved Pīts.”

“Vai tu esi droša, ka viņš neiebildīs atvest no skolas mājās arī manus bērnus?” vaicāja Beta.

“Kāpēc gan lai viņš iebilstu? Esmu droša, ka jūs darītu tāpat, vai ne, Beta?” vaicāja Sjū.

“Jā, protams,” atbildēja Beta un aizdomājās. Viņa domāja par to, kāpēc viņai tas nebija ienācis prātā ātrāk. Kāpēc divas ģimenes ved bērnus uz skolu divās mašīnās? Viņi ietaupītu daudz laika un degvielu, ja viņi brauktu kopā. Patiesībā, ja ikviens mēģinātu braukt kopā, uz ceļiem nebūtu tik daudz automašīnu un satiksme būtu raitāka, un būtu mazāks piesārņojums. Par savām pārdomām viņa pastāstīja savam vīram Viktoram, kamēr viņi garāžā gaidīja, kad tiks salabota viņu mašīna.

Viktors uzlūkoja Betu ar smaidu un teica: “Zini, mēs nekad nebraucam kopā, jo tu teici, ka tas varētu izraisīt domstarpības un apgrūtināt. Tu teici, ka, tavuprāt, labāk visu ir izdarīt pašiem. Es ar tevi nestrīdējos, bet es tev nepiekritu. Manuprāt, cilvēkiem ir jādalās. Dalīšanās sagādā prieku.”

Levī, Sāra, Greisa un Džeimijs tam piekrita. Kad viņi sāka braukt uz skolu kopā, pēc skolas viņi bieži vien palika spēlēties vienā vai otrā mājā. Viņi kopīgi ēda un spēlēja spēles, turklāt vecāki uz maiņām pieskatīja bērnus. Viņi palika viens pie otra pa nakti, kā arī viņi dalījās ar vecvecākiem. Greisas un Džeimija vecvecāki dzīvoja Jamaikā, bet Levī un Sāras vecvecāki dzīvoja turpat, tikai citā mājā ielas galā. Tā bija tik jauka sajūta, klausīties vecmāmiņas stāstus par senām dienām un mieloties ar mājās ceptiem cepumiem. Savukārt vectēvs palīdzēja bērniem izgatavot lietas no koka, izmantojot instrumentus viņa šķūnī.

“Es priecājos, ka todien saplīsa tava mašīna,” Levī teica Džeimijam. “Tagad mēs esam kā liela ģimene, vai ne? Tā ir jautrāk mums visiem!”

JAUTĀJUMI

1. Kādi resursi tiek ietaupīti, ja cilvēki brauc kopā?
2. Vai ir kaut kas tāds, ar ko tu dalies ar saviem draugiem vai kaimiņiem?
3. Kā tu jūties, kad dalies?
4. Kā tu dalies, kad kāds dalās ar tevi?
5. Kāda bija sajūta, noklausoties šo stāstu?
6. Vai šis stāsts tev atgādināja kaut ko no tavas dzīves?

Saistītais stāsts “Viena ģimene” (no grāmatas “Learning to Live!”)

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

MŪSU JŪTĪGĀ PASAULE
(*Stjuarta Džouna mūzika,
Sāras Džounas dziesmas vārdi*)

Mēs esam jūtīgās pasaules bērni:
Domā, kur sper savus soļus.
Sniedz mūsu planētai mīlestību,
Un ļauj tai izplatīties visapkārt.
Pāri debesīm mēs spīdam,
Mūsu planēta to visu redz.
Palīdzēsīm tai mirdzēt ar īpašu spozmi,
Ar tīru mīlestību no tevis un manis.
(*Atkārtot x 2*)

Ar tīru mīlestību no tevis un manis.
Ar tīru mīlestību no tevis un manis.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

Darbība risinās Levī un Sāras dzīvojamā istabā Londonas priekšpilsētā.

Lomās: Stāstītājs
Levī
Sāra
Sjū (Levī un Sāras mamma)
Greisa
Džeimijs
Beta (Greisas un Džeimija mamma)
Viktors (Greisas un Džeimija tētis)
Dzejnieks

Stāstītājs: Levī un Sāra dzīvoja Londonas priekšpilsētā. Viņus uz skolu veda mamma, jo tas bija pa ceļam uz viņas darbu. Katreiz pēc skolas viņiem pakaļ bija tētis. Katru dienu bija viena un tā pati kārtība: mamma viņus veda uz skolu, bet tētis viņiem bija pakaļ pēc skolas. Bet tad viendien...

[Ienāk Beta.]

Beta: Sveika, Sjū. Sveika, Sāra un Levī. Kā jums klājas?

Visi: Sveika, Beta!

Sjū: Mums klājas labi, paldies! Kā klājas tev? Kā iet Greisai un Džeimijam?

Beta: Mums visiem arī klājas labi, tikai man ir atgadījusies ķibe. Mūsu mašīna ir saplīsumi, kas nozīme, ka es šodien bērnus nevaru aizvest uz skolu. Man ienāca prātā doma – varbūt viņi varētu braukt uz skolu kopā ar jums? Vai tu neiebilstu?

Sjū: Protams, es neiebilstu! Nekādu problēmu! Es viņus aizvedīšu uz skolu un no skolas bērnus mājās vedīs Pīts.

Beta: Vai tu esi droša, ka viņš neiebildīs atvest no skolas mājās arī manus bērnus?

Sjū: Kāpēc gan lai viņš ieibilstu? Esmu droša, ka tu šajā situācijā darītu tāpat, vai ne, Beta?

Beta: Jā, protams!

Stāstītājs: Tad Beta aizdomājās par to, kāpēc viņai tas nebija ienācis prātā ātrāk. Kāpēc divas ģimenes ved bērnus uz skolu divās mašīnās? Viņi ietaupītu daudz laika un degvielu, ja viņi brauktu kopā.

[Darbības vieta pārceļas uz garāžu, kur tiek labota Betas automašīna. Beta un Viktors sēž uzgaidāmajā telpā.]

Stāstītājs: Beta izskaidroja savam vīram Viktoram visu situāciju, kamēr viņi garāžas uzgaidāmajā telpā gaidīja, kamēr tiks salabota viņu automašīna.

Beta: Patiesībā, ja ikviens mēģinātu braukt kopā, uz ceļiem nebūtu tik daudz automašīnu un satiksme būtu raitāka, un būtu mazāks piesārņojums.

Viktors: *[uzlūkojot Betu ar smaidu]* Zini, mēs nekad nebraucam kopā, jo tu teici, ka tas varētu izraisīt domstarpības un apgrūtināt. Tu teici, ka, tavuprāt, labāk visu ir izdarīt pašiem. Es ar tevi nestrīdējos, bet es tev nepiekrītu. Manuprāt, cilvēkiem ir jādalās. Dalīšanās sagādā prieku.

[Darbības vieta atkal ir Levī un Sāras istabā, kur viņi spēlē galda spēli kopā ar Greisu un Džeimiju.]

Levī: Man ir tik jautri tagad, kad mēs visi esam draugi.

Sāra: Vai ne? Tagad ir labāk, kad mēs braucam uz skolu un no skolas visi kopā. Pirms tam mēs jūs tā īsti nepazinām.

Greisa: Mēs domājam tieši tāpat. Ir forši, ka mēs tagad kopīgi ieturam maltītes un spēlējam spēles. Dažreiz pat mūsu vecāki pieskata mūs uz maiņām.

Džeimijs: Man patīk, ka mūs iepazīstināja ar jūsu vectētiņu un vecmāmiņu. Mūsu vecvecāki dzīvo Jamaikā, un mēs viņus satiekam ļoti reti. Man patīk klausīties tava vectētiņa stāstus par senajām dienām, kad mēs viņa šķūnī kopā gatavojam lietas no koka.

Greisa: Jā, un man garšo tavas vecmāmiņas ceptie šokolādes cepumi! Tie smaržo tik gardi, kad viņa tos izņem no cepeškrāsns!

Levī: Es priecājos, ka todien saplīsa jūsu mašīna. Tagad mēs esam kā liela ģimene, vai ne? Tā ir jautrāk mums visiem!

Dzejnieks: Kopā braukšana ietaupa resursus
Vairāk nekā vienā veidā.
Kopā braukšana vairo draudzību
Un rada daudz prieka ik katrā.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

2. DISKUSIJA

Viena vērtīga lieta, ko es šodien iemācījos, ir...

Nodarbības nobeigums. Pēc skolotāja ieskatiem – nodarbību var beigt, aicinot bērnus sastāties aplī, un sacīt: “Es atcerēšos par to, ka mūsu pasaule ir kā liela ģimene, un priecāšos par to.”

RŪPES PAR CITIEM

Mērķis: Veicināt domāšanu par to, cik svarīgi ir rūpēties par sevi un ne vienmēr paļauties uz citiem, ka viņi parūpēsies par tavām vajadzībām.

Atslēgvārdi: apbrīnot, lolots, iedomīgs, atspulgs, izglābt, drebuļi, vienradzis.

Mācību programmas savstarpējā saikne:

“Pilsoniskā izglītība” un “Personīgā, sociālā un higiēnas mācība” (PSHE) sākumskolas pirmajā pamatposmā. **Lasītprasme:** Luga.

Nepieciešamie materiāli:

- Nodarbības plānu rokasgrāmata vai nodarbības plāna kopija;
- Vingrinājumi sēdēšanai klusumā no rokasgrāmatas ievada;
- Kompaktdisku atskaņotājs;
- Kompaktdisks ar mūziku sēdēšanai klusumā;
- Kompaktdisks ar mūziku nodarbības sadaļai, kurā jādzied;
- Lugas scenārija kopijas.

CITĀTS/NEDĒĻAS TĒMA

**NEVARDARBĪGAM CILVĒKAM
VISA PASAULE IR KĀ VIENOTA ĢIMENE.**

Satja Sai



Kāds ir nevardarbīgs cilvēks? (*Kāds, kurš rūpējas un ir līdzietīgs pret visu un visiem*)

Kāda ir citāta doma? Vai būtu labi, ja mēs to ievērotu dzīvē?

Cik liela ir tava ģimene?

Tavuprāt, cik plašs cilvēku loks skaitās ģimene? Vai tie ir tikai vecāki un kāds cits, kurš par jums rūpējas, brāļi un māsas? Vai ģimenē ietilpst arī māsīcas, brālēni, tantes un onkuļi?

Vai ģimenē ietilpst arī draugi un cilvēki no citām valstīm?

Vai tev ir draugi no citām valstīm, kurus tu uzskati par savu paplašināto ģimeni?

SĒDĒŠANA KLUSUMĀ

Uzlieciet klusu mūziku uz 1-2 minūtēm. (Atbilstoša ir flautas mūzika vai mūzika ar dabas skaņām, piem., vaļa dziesma).

Tad pamazām nogrieziet mūziku, lai bērni pavada minūti, sēžot klusumā.

Aizver acis... dziļi ieelpo... un izelpo... turpini mierīgi elpot, sajūtot mīlestību visapkārt...

Atcerieties tādu brīdi, kad jūs esat laipns un izpalīdzīgs, neko negaidot atpakaļ.

Un vēl kādu līdzīgu brīdi... Un vēl...

Atcerieties tādu brīdi, kad kāds pret tevi izturējās laipni un bija izpalīdzīgs, kas tev ļāva justies mīlētam un lolotam. Tu jūties laimīgs.

Lēnām atver acis... uzsmaidi blakussēdētājam.

STĀSTA STĀSTĪŠANA

SKAISTĀ VIENRADZE

Anna Makmeila

Reiz dzīvoja vienradze, kura bija ļoti skaista, taču vienlaikus arī iedomīga. Viņai patika vērot savu atspulgu ezera ūdenī mežmalā, kur viņa arī dzīvoja. Vienu dienu, kamēr viņa sevi apbrīvoja skaidrajos ezera ūdeņos, ezera malā uz akmens uzlēca neglīts krupis.

“Kvā, kvā!” viņš teica. “Labrīt! Kā tev klājas šajā jaukajā pavasara dienā?”

Vienradze paskatījās uz leju, uz krupi, un savilka savu skaisto degunu tā, it kā būtu saodusi nelāgu smaku. Lepnā vienradze domāja, ka viņa ir tik skaista, pārāk svarīga un pārāk gudra, lai runātu ar tik neglītu radību kā krupis, tāpēc viņa sapurināja savas glītās krēpes un novērsās.

Krupis bija laipns un savā sirdī jutās tikpat gudrs un svarīgs kā vienradze. Tā kā viņš to apzinājās, tad viņš vienradzes slīktās manieres ignorēja un turpināja runāt ar viņu, stāstīdams par kokiem un sīkām puķītēm, kas bāza ārā savas galviņas cauri pavasara zālei. Vienradze turpināja sevi apbrīnot, un beigu beigās krupis devās prom, dziedādams pie sevis.

“Ja es nostāšos uz akmens ezera malā, es varēšu sevi labāk aplūkot,” domāja vienradze. Viņa majestātiski apstaigāja ezeru, līdz nonāca pie akmens. Tas bija ļoti skaists, ar sūnām apaudzis. “Tas izskatās tik ļoti mīksts un vilinošs,” domāja vienradze, uzlēkdama uz akmens. Diemžēl akmens bija arī ļoti slidens, un, kolīdz vienradzes nagi tam pieskārs, viņa paslidēja. Viņas kājas izslējās uz priekšu, un ar vienu varenu plunkšķi viņa ievēlās dziļajā, aukstajā ūdenī. Vienradze sauca pēc palīdzības, taču visi zvēri, kas viņu dzirdēja, negribēja viņai palīdzēt, jo viņa vienmēr bija izturējusies pret viņiem tik rupji, un zvēriem vienradze it nemaz nepatika. “Ā! Lūdzu, palīdziet! Ūdens ir auksts kā ledus,” viņa kliedza jau skaļāk, asarām riešoties viņas samirkušajās acīs. Zvēri turpināja ēst un sazināties viens ar otru, kamēr vienradze, vairs nemaz nejudamās lepna, kļuva arvien vairāk un vairāk nobijusies. Viņa trīcēja un sauca pēc palīdzības vēl skaļāk.

Krupis mežā maigi ostīja primulas, kad izdzirdēja vienradzes raudas. Viņš ātri lēca atpakaļ uz ezeru. “Vai tev vajag palīdzēt?” viņš sauca.

Vienradze, ieraugot vismaz kādu radību, uzreiz sajuta atvieglojumu, un viņa lūdza viņam sasaukt palīgus uz ātrām pēdām.

“Vienmēr priecīgs palīdzēt!” krupis draudzīgi atbildēja. “Pēc neilga brīža būšu atpakaļ.”

Viņš pārliecināja visus savas meža draugus sekot viņam, un ar viņu palīdzību vienradze tika izglābta.

Vai zināt, kas notika pēc tam? Krupis un vienradze kļuva par tik labiem draugiem, ka ikviens, kurš aizietu uz mežu, varētu sastapt viņus kopā pastaigājamies.

“Man jāatzīst,” vienradze teica krupim, “tu esi daudz skaistāks nekā es, jo es esmu skaista tikai ārēji, bet tu esi tik skaists iekšēji.”

JAUTĀJUMI

1. Kādu jūs nosauktu šo stāstu?
2. Kāpēc, jūsu prāt, vienradzei nebija draugu, kuri nelaimē varētu viņai palīdzēt?
3. Kāds bija krupis?
4. Ar ko jums ir vieglāk draudzēties – ar kādu, kurš ir skaists kā vienradze, vai ar kādu kā krupis, kurš ir neglīts, bet laipns?
5. Kā jūs jutāties, noklausoties šo stāstu?
6. Vai šis stāsts jums atgādināja par kādu situāciju no jūsu dzīves?

DZIEDĀŠANA GRUPĀ

MAZLIET MĪLESTĪBAS

(Stjuarta Džouna mūzika, Sāras Džounas
dziesmas vārdi)

Mazliet mīlestības liek sirdij augt katru dien'.
Domu maigums sniedz vairāk mīlestības katru dien'.
Piepildi savu prātu ar domām laipnām
Un tu sajutīsi, ka citādāks kļūsti nūdien.

Mazliet miera liek sirdij augt katru dien'.
Domu maigums sniedz vairāk mīlestības katru dien'.
Piepildi savu prātu ar domām laipnām
Un tu sajutīsi, ka citādāks kļūsti nūdien.

Mazliet prieka liek sirdij augt katru dien'.
Domu maigums sniedz vairāk mīlestības katru dien'.
Piepildi savu prātu ar domām laipnām
Un tu sajutīsi, ka citādāks kļūsti nūdien.

(Atkārtot pirmo pantu)

Tu sajutīsi, ka citādāks kļūsti nūdien.

GRUPAS AKTIVITĀTE

1. LUGA

SKAISTĀ VIENRADZE

Darbība risinās pie mežezera.

Lomās: Stāstītājs
Vienradze
Krupis
Meža zvēri

Stāstītājs: Reiz dzīvoja vienradze, kura bija ļoti skaista, taču vienlaikus arī iedomīga. Viņai vienmēr patika vērot savu atspulgu ezera ūdenī mežmalā, kur viņa arī dzīvoja.

[ienāk vienradze]

Vienradze: *[lūkojas ezerā]* Es tiešām esmu ļoti skaista. Paskatieties uz manām sniegbaltajām krēpēm, kas saulē spīd. Paskatieties uz manu brīnišķīgo, spīdīgo ragu. Nav otra tāda dzīvnieka kā es.

Stāstītājs: *[ienāk krupis]* Vienu dienu, kamēr viņa sevi apbrīvoja skaidrajos ezera ūdeņos, ezera malā uz akmens uzlēca neglīts krupis.

Krupis: Kvā, kvā! Labrīt! Kā tev klājas šajā jaukā pavasara dienā?

Stāstītājs: Vienradze paskatījās uz leju, uz krupi, un savilka savu skaisto degunu tā, it kā būtu saodusi nelāgu smaku.

Vienradze: Es esmu tik skaista, pārāk svarīga un pārāk gudra, lai runātu ar tik neglītu radību kā krupis [viņa sapurina savas glītās krēpes un novēršas].

Krupis: [atiet nostāk] Ak, nabaga skaistā vienradze! Es zinu savā sirdī, ka esmu tikpat gudrs un svarīgs kā vienradze, tāpēc es ignorēšu viņas sliktās manieres.

Stāstītājs: Krupis turpināja runāt ar viņu, stāstīdams par kokiem un sīkām puķītēm, kas bāza ārā savas galviņas cauri pavasara zālei. Vienradze turpināja sevi apbrīnot, un beigu beigās krupis devās prom, dziedādams pie sevis.

Vienradze: Ja es nostāšos uz akmens ezera malā, es varēšu sevi labāk aplūkot.

Stāstītājs: Viņa majestātiski apstaigāja ezeru, līdz nonāca pie akmens. Tas bija ļoti skaists, ar sūnām apaudzis.

Vienradze: Tas izskatās tik ļoti mīksts un vilinošs.

Stāstītājs: Vienradze uzlēca uz akmens. Diemžēl akmens bija arī ļoti slidens, un, kolīdz vienradzes nagi tam pieskārs, viņa paslīdēja. Viņas kājas izslējās uz priekšu, un ar vienu varenu plunkšķi viņa ievēlās dziļajā, aukstajā ūdenī.

[ienāk meža zvēri]

Vienradze: Ā! Palīgā! Palīgā!

Stāstītājs: Visi zvēri, kas viņu dzirdēja, negribēja viņai palīdzēt, jo viņa vienmēr bija izturējusies pret viņiem tik rupji, un zvēriem vienradze it nemaz nepatika.

Vienradze: Ā! Lūdzu, palīdziet! Ūdens ir auksts kā ledus [sāk raudāt].

Stāstītājs: Zvēri turpināja ēst un sazināties viens ar otru, kamēr vienradze, vairs nemaz nejudzamās lepna, kļuva arvien vairāk un vairāk nobijusies. Viņa trīcēja un sauca pēc palīdzības vēl skaļāk.

Vienradze: Palīgā! Lūdzu, palīdziet man!

Stāstītājs: Krupis mežā maigi ostīja prīmulas, kad izdzirdēja vienradzes raudas. Viņš ātri lēca atpakaļ uz ezeru.

Krupis: Vai tev vajag palīdzēt?

Vienradze: Ak, krupi, dārgo krupīt! Es jutos tik atvieglota, ka vismaz kāds ir atsaucies. Lūdzu, palīdzi! Ātri sameklē palīgus.

Krupis: [draudzīgi] Vienmēr priecīgs palīdzēt! Pēc neilga brīža būšu atpakaļ.

Stāstītājs: Viņš pārliecināja visus savas meža draugus sekot viņam, un ar viņu palīdzību vienradze tika izglābta. Vai zināt, kas notika pēc tam? Krupis un vienradze kļuva par tik labiem draugiem, ka ikviens, kurš aizietu uz mežu, varētu sastapt viņus kopā pastaigājamies.

Vienradze: Man jāatzīst, tu esi daudz skaistāks nekā es, jo es esmu skaista tikai ārēji, bet tu esi tik skaists iekšēji.

JAUTĀJUMS

Kā jūs jutāties, noklausoties, noskatoties vai izspēlējot šo lugu?

Nodarbības nobeigumā: Pēc skolotājas ieskatiem – nodarbību var beigt, aicinot bērnus izveidot apli, un sacīt: “Es pievērsīšu uzmanību tam, kā es izturos pret citiem cilvēkiem.”

PIEZĪMĒM



ISBN 978-9934-8773-2-2



9 789934 877322