

Ieteikumi vecākiem attālinātā mācību procesa realizēšanai

Tēma: *“Mēs esam komanda!”*



Jūs esat labāk iepazīnuši viens otru. Zināt savas stiprās un vājās puses. Ceram, ka kļuvuši par īstu vienotu komandu. Pienācis laiks pārbaudīt savus spēkus ārpus mājas un tās tuvākās apkārtnes. Piedāvājam jums pieņemt mūsu izaicinājumu un doties īstā pārgājienā, kuru maršrutu jūs varat izvēlēties un izstrādāt paši.

1. Ģimenes saietā nolemiet, kur jums gribētos doties un kādu vietu aplūkot. Varat sākt ar tuvākām dabas takām vai doties pārgājienā gar jūras krastu. Tomēr, ja jūtat vēlmi atklāt jaunas vēl neredzētas vietas, idejas var meklēt Internetā.
2. Visi kopā izstrādājiēt maršrutu. Iekļaujiēt tajā apskates objektus. Sameklējiēt informāciju par tiem. Izveidojiēt sava ceļojuma karti (zīmējiēt, līmējiēt, veidojiēt kolāžu izmantojiēt kartes, bukletus, Interneta mājaslapas, žurnālus utt.).
3. Visi kopā izrunājiēt un ieplānojiēt laiku, kad notiks jūsu pārgājiens. Ierakstiēt to jūsu kartē. Precizējiēt nedēļas dienu, laiku. Saskaitiēt, cik dienas ir nepieciešamas, lai kārtīgi sagatavotos.
4. Sastādiēt visa nepieciešamā sarakstu. Ļaujiēt bērnam pašam izdomāt savu sarakstu. Apspriediēt, vai tas viss ir nepieciešams

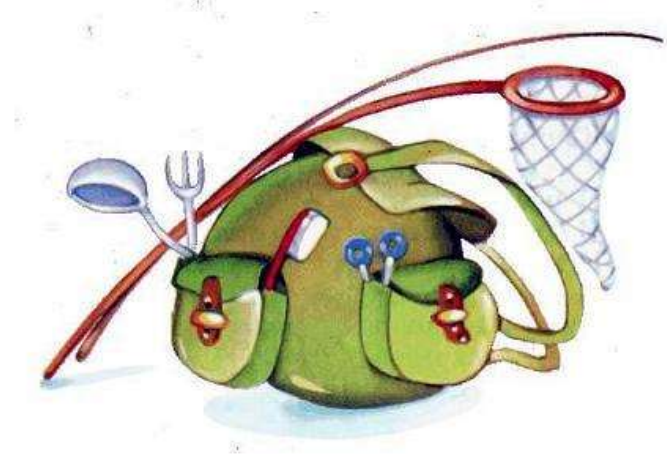
pārgājienā un kāpēc. Varbūt no tā var arī kaut ko atstāt mājās. Palīdziet bērnam uzrakstīt savu sarakstu pēc parauga. Piemēram: ūdens, tālskatis, kompass, palielināmais stikls.

5. Pirms dodaties pārgājienā neaizmirstiet par uzkodām. Ļaujiet bērnam pašam sasmērēt un pagatavot maizīti un parūpēties arī par citiem ģimenes locekļiem, piemēram, uzpildīt ūdens pudelītes. Salikt pašam savu mugursomu.
6. Izvēlēties ērtu daudzslāņainu apģērbu un ērtus apavus.
7. **Neaizmirstiet:**
 - ✓ Galvassegas!
 - ✓ Dezinfekcijas līdzekli!
 - ✓ Līdzekli pret ērcēm!
 - ✓ Uzlādēt telefonu!
 - ✓ Ūdeni!
8. Neaizmirstiet fotografēt jūsu ceļojuma gaitu. Ļaujiet bērnam pašam nofotografēt to, kas viņam pašam liekas interesants.
9. Ja pārgājiena laikā kādam kļūst mazliet skumji, uzmundriniet to ar jauku dziesmiņu: *“Вместе весело шагать по просторам”*.
10. Neaizmirstiet pa ceļam pievērst uzmanību dabas parādībām, augiem(kokiem, krūmiem, ziediem, sūnām, ķērpjiem dzīvniekiem (putniem, kukaiņiem, rāpuļiem u.c.), iežiem. Vērsiet bērna uzmanību dabas krāšņumam un dzīvnieku daudzveidībai. Atcerieties to nosaukumus, pavērojiet to uzvedību. Skaidrojiet bērnam uzvedības kultūru dabā. Māciet saudzīgi attieksmei pret to. Pārrunājiet par dzīvo un nedzīvo dabu. Bagātiniet bērna pieredzi un vārdu krājumu.
11. Kad jūs būsiet sava maršruta galapunktā, varat organizēt nelielu pikniku. Atpūsties un paspēlēt.

12. Nākamajā dienā pārrunājiet ar bērnu par jūsu piedzīvojumu. Rosiniet bērnu dalīties savās emocijās un iespaidos par visspilgtākajiem momentiem no jūsu ceļojuma. Pajautājiet bērnam:” Kas bija visinteresantākais?” “Kas sagādāja vislielākās grūtības?”. “Vai visu, ko ņēmis līdzī bija nepieciešams?”, “Ko jaunu ir uzzinājis?” “Ko vēl gribētu uzzināt?”
13. Piedāvājiet bērnam uzzīmēt jūsu pārgājieni, izveidot iepatikušos objektu maketu no plastilīna, konstruktora, citiem materiāliem (kastēm, papīra, otrreizējās lietošanas, dabas materiāliem utt.).
14. Kopā ar bērnu izveidojiet jūsu pārgājiena foto galeriju. Aplūkojiet fotogrāfijas, izrunājiet vēl reizi tos momentus, kurus bērns vai jūs esat iemūžinājuši. Lai bērns pastāsta, kas viņam bija svarīgs tieši tajā momentā.
15. Būtu jauki, ja šīs fotogrāfijas bērnam būtu brīvi pieejamas un viņš var tās aplūkot jebkurā laikā pēc savas vēlēšanas, lai šis pārgājiens paliktu bērna atmiņā kā spilgts kopējais ģimenes pasākums, kur bērns ir viens no jūsu komandas dalībnieks.

Ar nepacietību gaidīsim Jūsu fotoreportāžu no skaistākām dabas vietām.

Jauku iespaidiem bagātu nedēļu!



Uzdevumi bērniem

1. Klausies dzejoli:

Pa īstam un pa jokam

„Rīt ceļojumā došos.”

„Pa īstam?”

„Pa īstam.”

„Uz tālu, svešu zemi.”

„Pa īstam?”

„Pa īstam.”

„Tur pilnum pilns ar lauvām.”

„Pa īstam?”

„Pa īstam.”

„Ar tiem es tikšu galā.”

„Pa īstam?”

„Pa īstam.”

„Man patiks svešā zeme.”

„Pa īstam?”

„Pa īstam.”

„Vairs mājās nepārnākšu.”

„Pa jokam?”

„Nu protams!” /Māra Cielēna/



3. Atkāрто uzvedības noteikumus dabā.

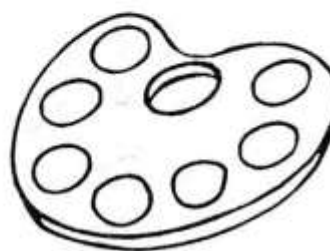
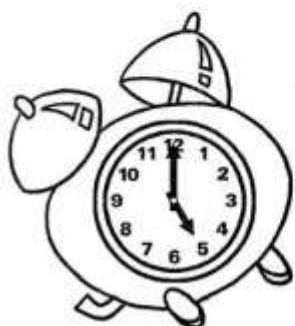
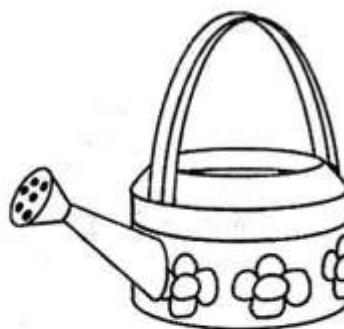
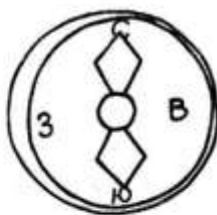
Правила поведения на природе:

- ✚ Никогда не наноси вред природе.
- ✚ Не убивай зверей и птиц, сохраняй жизнь всем, кто попадает в природе.
- ✚ Не трогай домиков животных и их детенышей.
- ✚ Не трогай птичьи яйца.
- ✚ Не губи деревья (не ломай, не делай надписей, не режь кору).
- ✚ Не разжигай костров в лесу, не делай новых кострищ. Береги почву.
- ✚ Оказывай помощь животным и растениям, попавшим в беду.
- ✚ Подкармливай зверей и птиц зимой.
- ✚ Не мусори на месте своего отдыха.
- ✚ В меру бери дары природы.
- ✚ Не прокладывай новых тропинок в лесу.
- ✚ Находясь на природе, учись наблюдать за ней.
- ✚ Учись слушать голоса природы.
- ✚ Не шуми на прогулках, не пугай животных – наших меньших братьев.

4. Klausies un mācies dziesmiņas:

- ✚ ” *Вместе весело шагать.*”
<https://www.youtube.com/watch?v=EyaLiC0nUBc2>
- ✚ Детские песенки из мультфильма: *"По дороге с облаками" и "Песенка друзей"*
<https://www.youtube.com/watch?v=Asa-s47ypZg>
- ✚ *Облака – белокрылые лошадки.* Песенка из мультфильма
<https://www.youtube.com/watch?v=Poz90vm-S2c>

5. Ko tu ņemsi pārgājienā? Padomā un izkrāso:



Noderīga informācija:

Atziņas vecākiem, lai pārgājiens ar bērnu būtu izdevies:


- Ejot pārgājienā ar bērniem – atceries, ka pārgājiens IR PAREDZĒTS bērniem.
- Izvēlies atbilstošu pārgājiena garumu – vidēji ar 4-5 kilometriem ir pietiekoši!
- Pievērs uzmanību mazajām lietām – apgrauzts čiekurs Tev nenozīmē neko, bet bērnam tas ir atklājums!
- Paņem līdzi uzkodas – termoss ar karstu tēju un, piemēram, iepriekš sagatavotas maizītes arī garšo pavisam citādāk!
- Arī tuvējais mežs var būt lieliska vieta pārgājienam! Svarīgāks ir pārgājiena process, kā apkārtnes vizuālā vērtība.


<https://streelnieks.lv/dodies-pargajiena-ar-berniem-roliss/>

Pastaigu un pārgājienu maršruti Latvijā:

[http://www.kurzeme.lv/data/files/pdfresizer.com-pdf-resize\(2\).pdf](http://www.kurzeme.lv/data/files/pdfresizer.com-pdf-resize(2).pdf)

<http://aktivalatvija.lv/pastaigu-un-pargajienu-marsruti-latvija/>

 **5 padomi tiem, kas dodas pārgājienā:** <https://rus.tvnet.lv/4594065/5-sovetov-tem-kto-reshil-otpravitsya-v-pohod>

 **Vesels un drošs.** Atbalstu materiāls bērnu vecākiem un skolotājiem.

https://visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/vesels_un_dross.pdf