

"Būt gatavam skolai nenozīmē mācēt lasīt, rakstīt, rēķināt. Būt gatavam skolai – nozīmē būt gatavam to visu iemācīties."

/ L.A.Vengers/

## **Bērna psiholoģiskā gatavība skolai**

Ar bērna psiholoģisko gatavību skolai saprot bērna gatavību pieņemt jaunu sociālo lomu- skolnieka lomu. Tā ir bērna pozitīva attieksme pret skolu, mācīšanos, pret skolotājiem, pret vienaudžiem, pret sevi.

Bērna gatavību skolai nosaka, vai viņš ir patstāvīgs, pacietīgs, neatlaidīgs, mērķtiecīgs, zinātkārs un motivēts iet un darīt, vai skolā nepazudīs- nestāvēs malā un neraudās, ja būs jādara kaut kas tāds, ko viņš neprot.

Svarīgi, ka topošajam skolēnam nepiemīt bailes zaudēt. Lai zaudējumi viņu nesatric, lai viņam ir svarīgi piedalīties, nevis tikai uzvarēt.

Jāņem vērā, ka bērna lasītprasme un matemātiskās prasmes ir svarīgas, tomēr būtiskāka ir bērna psiholoģiskā gatavība skolai.

## **Attiecības ar citiem**

Svarīgi, kā bērns sadzīvo ar vienaudžiem, vai spēj iekļauties kolektīvā, iegūt jaunus draugus un nebaidās no nepazīstamiem bērniem un skolotājiem.

Lai skolas gaitas būtu veiksmīgas, svarīgi, lai bērns uztver un spēj darboties pēc pieaugušo norādījumiem.

Lai bērns labāk iejustos sociālajā vidē, būtiski, lai viņš spētu just citiem līdzī, spētu palīdzēt un lūgt palīdzību.

Svarīgi, lai bērns dalās ar citiem, lai labprāt aizdod nodarbības citiem bērniem savas lietas- zīmuli, dzēšgumiju, papīru u.c.

Svarīgi, lai bērns prot sevi aizstāvēt bez kaušanās un sišanas, bet ar vārdiem, lai prot risināt konfliktsituācijas bez pieaugušo palīdzības.

## **Kas jāprot bērnam vienam pašam**

Lai bērns skolā justos labi un prastu par to pastāstīt, ja rastos grūtības, svarīgi, lai bērns prastu atpazīt un nosaukt savas emocijas – priecīgs, bēdīgs, dusmīgs, nobijies, skumīgs, laimīgs, nokaunējies u. c.

Skolā var rasties daudzas un dažādas situācijas, kas varētu bērnu satraukt, tāpēc viņam ir jāprot patstāvīgi nomierināties.

Lai skolā nebūtu problēmas, svarīgi, lai bērns ir spējīgs viens pats spēlēt, mācīties, atpazīt un savākt savas mantas un atcerēties tās paņemt.

Bērnam nepieciešama prasme pārvarēt grūtības, paveikt iesākto līdz galam.

Nākamajam pirmklasniekam nepieciešama prasme kontrolēt savu uzvedību un ilgstoši pildīt kādu vienu konkrētu uzdevumu.

Ļoti būtiski, lai bērns prastu un gribētu viens pats paēst ārpus mājas, lai viņš ēstu dažādas zupas, plovu, sautējumu, salātus, gaļu, saldus u.c., lai viņš skolā būtu paēdis un tas viņam neradītu diskomfortu vai nepasliktinātos veselība.

Bērnam jābūt pielāgotam sabiedriskai dzīvei, jājūtas pārliecinoši brīžos, kad viņš atrodas ārpus mājas.

## **Kā palīdzēt bērnam kļūt par skolēnu**

Radiet savam bērnam pozitīvu iespaidu par skolu! Tas nepieciešams, lai bērns jaunos apstākļos justos komfortabli. Negaidiet no sava bērna pārāk daudz. Pieņēmiēt viņu ar viņa grūtībām, garastāvokļa maiņām, uzvedību, zināšanām un pacietīgi darbojieties kopā ar viņu.

Svarīgi radīt bērnam vēlēšanos mācīties un uzzināt kaut ko jaunu un noderīgu. Šeit var palīdzēt vecāku stāstījumi par skolu, par skolotājiem un zināšanām, par savām labākajām atmiņām un fotogrāfijām no savas skolas dzīves.

Katru dienu atrodiet laiku, lai aprunātos un padarbotos ar bērnu.

Uzticieties bērna veselībai un spēkam. Nebaidieties viņa veselības dēļ un neskrieniet katru nieka dēļ pie ārsta vai zāļu skapīša. Nebaidiet bērnu ar baciļiem, kas sēž uz ūdens krāniem un durvju rokturiem, zālājā u.c.

Uzticiet bērnam mājās jau lielākus ikdienas pienākumus un darbus tādus kā - nomazgāt traukus, saklāt galdu, sakārtot savu istabu, \* palīdzēt dārzā u.c. Esiet stingrs un prasiet, lai pienākumi tiktu izpildīti.

Neaizmirstiet katru dienu pateikt savam bērnam, ka jūs viņu mīlat un lepojaties ar viņu.

## **Ko bērns mācās pirmajā klasē?**

### **Valodas prasmes:**

- klausās, uztver, stāsta, pauž attieksmi pret dzirdēto,
- saklāusa, pareizi izrunā un nosauc skaņas vārdos, saprot saikni starp skaņu un burtu,
- saprot saikni starp skaņu un burtu,
- pazīst iespiestos un rakstītos burtus, raksta burtus, vārdus un vienkāršus teikumus,
- lasa vārdus un vienkāršus teikumus,
- saprot lasīto, var atbildēt uz jautājumiem un paust attieksmi par to,
- spēj iejusties dažādos tēlos, attēlot ar kustībām, žestiem, mīmiku un runu, skandē tautasdziesmas un runā dzejoļus,
- savieno burtus, raksta īsus diktātus, prot norakstīt gan rakstītu, gan iespiestu tekstu,
- lasa ar izpratni, pareizi un raiti.

### **Matemātika:**

- saprot saikni starp skaitli un ciparu, raksta ciparus,
- saprot saskaitīšanas un atņemšanas darbības, prot iegūt rezultātu praktiskās situācijās skaitļa 10 apjomā,
- pazīst ģeometrijas pamatelementus - punkts, līnija, riņķis, trijstūris, četrstūris,
- raksturo, salīdzina un grupē objektus pēc dažādām pazīmēm,
- saskaita un atņem desmit apjoma pazīst un zina skaitļus 100 apjomā,
- risina vienkāršus teksta uzdevumus; Cik kopā? Cik atlika? Par... vairāk. Par... mazāk,
- vēlam - lieto zināšanas jaunās situācijās, risina nestandarta uzdevumus

### **Sports:**

- izpilda pamatkustības - orientējas telpā, notur līdzsvaru, ir attīstīta roku sīkā muskulatūra, mērķtiecīgi veic darbības ar sīkiem priekšmetiem,
- darbojas noteikta laukuma robežās,
- veido pozitīvu attieksmi pret fiziskām aktivitātēm,
- izpilda vingrošanas un akrobātikas elementus apgūst vieglatlētikas pamatprasmes
- izpilda dažādus sporta spēļu elementus slēpo, ja ir atbilstoši laika apstākļi.

## **Vizuālā māksla, rokdarbi :**

- radoši izmanto dažādus materiālus, tehnikas un paņēmienus zīmēšanā, aplicēšanā, veidošanā un rokdarbos,
- sev un apkārtējiem drošā veidā un tvērienā tur un lieto rakstāmpiederumus un darba rīkus,
- aplicē, pin, piešuj pogu, veido, modelē, zīmē vienkāršus siluetus, veido vienkāršas formas no plastilīna, dabas materiāliem un lieto rakstāmpiederumus un darba rīkus,
- prot pastāstīt par mākslas darbā attēloto, tapšanas procesu,
- patstāvīgi veic radošus darbus,
- ir sākotnējas prasmes mājsaimniecības darbos.

## **Dabaszinības :**

- novēro pārmaiņas cilvēkā, dabā un sabiedriskās dzīves norisēs, stāsta par saviem novērojumiem, orientējas tuvākajā apkārtnē,
- izprot laika ritējumu - diennakts, gadalaiki,
- raksturo un salīdzina diennakts daļas un gadalaikus,
- pazīst dzīvās un nedzīvās dabas objektus tuvākajā apkārtnē - augus, dzīvniekus, ir priekšstats par indīgajiem augiem un sēnēm,
- ir priekšstats par cilvēka ķermeni un tā higiēnu,
- pēc krāsām un simboliem atrod kartē dažādus objektus.

## **Sociālās zinības:**

- ir atbildīgs par uzticētajiem pienākumiem un personīgajām lietām, nosauc savu vārdu, uzvārdu, dzīvesvietas adresi, valsti, kurā dzīvo, sadarbojas ar vienaudžiem un pieaugušajiem, pieņem vai noraida ieteikumus, pamato savu viedokli,
- nosauc savu vārdu, uzvārdu, dzīvesvietas adresi, valsti, kurā dzīvo, sadarbojas ar vienaudžiem un pieaugušajiem, pieņem vai noraida ieteikumus, pamato savu viedokli,
- sadarbojas ar vienaudžiem un pieaugušajiem, pieņem vai noraida ieteikumus, pamato savu viedokli,
- zina, kā rīkoties dažādās situācijās, ja ir apdraudēta personīgā drošība mājās, uzienas (ceļa) un dabā (pie ūdenskrātuvēm, saskarē ar dzīvniekiem, nezināmām vielām un augiem,
- vērtē savu un citu rīcību, pauž attieksmi pret to izrāda cieņu pret cilvēkiem, savu un citu darbu, ir saudzīga attieksme pret apkārtējo vidi,
- veic vienkāršus pašapkalpošanās darbus, ievēro apgūtos ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus,
- zina himnu, Latvijas simbolus,
- zina skolēna pienākumus un tiesības,
- prot atšķirt vēlmes no vajadzībām,
- attīsta pozitīvu pieeju dzīvei,
- apzinās, ka var piedalīties lēmumu pieņemšanā ģimenē un klasē,
- atšķir savai veselībai drošu un nedrošu vidi, zina, kur meklēt palīdzību,
- atrod mācību uzdevumu veikšanai nepieciešamo informāciju skolotāja norādītajos informācijas avotos.

## **Mūzika:**

- klausās mūziku, dzied, dejo, muzicē un spēlē ritma instrumentus,
- mācās rakstīt un dziedāt notis, apgūst nošu augstumus, ritma grupas .

# **1. klasē bērns padziļināti apgūst pirmsskolā mācītās zināšanas un iegūtās prasmes un iemaņas, kuras tiek vērtētas aprakstoši 2 reizes mācību gadā.**

## **Kā vecākiem palīdzēt savam bērnam?**

### **Augt, izaugt**

- Ieklausieties skolotājas izteiktajā bērnu zināšanu novērtējumā, pozitīvi uztvert ieteikumus. Izrādiet interesi par bērna sasniegumiem, paudiet vēlmi palīdzēt savam bērnam mācīšanās procesā.
- Pievērsiet uzmanību bērna stājai, gaitai, tam, kā bērns sēž, lai laikus novērstu dažādas fiziskās attīstības problēmas.
- Uzmaniet bērna vispārējo veselību - elpošanas ceļu infekcijas, zobu veselību. Nodrošiniet bērnam pilnvērtīgu uzturu un regulāras ēdienreizes.
- Nodrošiniet bērnam iespēju zīmēt, līmēt, plēst papīru, darboties ar plastilīnu, vīt un pīt - nodarbiniet bērna pirkstiņus.

### **Mācīties**

- Ģimenē esiet pozitīvi noskaņoti pret skolu un skolotājiem.
- Esiet pacietīgi, radiet mājās pozitīvu gaisotni.
- Vienojieties savās prasībās pret bērna mācību darbu.
- Vienojieties ar bērnu par laiku, kad tiks izpildīti mājas darbi, lai bērnam atliktu laiks arī savām nodarbēm.
- Nepārslogojiet bērnu ar vairākiem ārpus nodarbību pulciņiem.
- Palīdziet plānot bērnam mācību darbu mājās, sabalansējot to ar ārpus nodarbību aktivitātēm.
- Mudiniet izdarīt mājas darbus pēc iespējas labāk, ņemot vērā bērna spējas un līmeni.
- Ja mājas darbā ieviesusies kļūda, lieciet pašam to atrast - "šajā teikumā vienam vārdam pazudusi garumzīme".
- Nepildiet bērna vietā mājas darbus.
- Ļaujiet kļūdīties un no kļūdām mācīties.
- Bērna sasniegumus novērtējiet pozitīvi, nevērtējiet tos ar materiālām vērtībām (naudu, saldumiem).
- Kopīgi iekārtojiet mājās bērna rakstāmgaldus, nodrošiniet vajadzīgos rakstāmpiederumus.
- Atcerieties, ka bērni mācās ļoti dažādi, klausoties, skatoties, praktiski darbojoties.
- Lasiet bērniem priekšā pasakas, lai bērns klausās, tas noderēs, lai uztvertu skolotāja teikto.
- Skatieties kopīgi bilžu grāmatas, paskaidrojiet lietas, ko bērns neizprot, skaidri izrunājiet svešvārdus.
- Runājiet ar bērnu daudz un par visu, kas saistās ar jaunas informācijas apguvi, izglītības iestādē apgūtām tēmām.
- Rosiniet bērnu lasīt grāmatas un dalīties pārdomās par izlasīto.
- Normējiet laiku, kuru bērns pavada pie TV un informācijas tehnoloģiju ierīcēm.
- Daudz svarīgāka par mācību sasniegumiem (vērtējumu) ir vēlme mācīties, bērnam jāzina, ka viņš tiks mīlēts arī tad, ja sasniegumi nebūs tik spoži kā vēlaties.

## **Saprusties sadarboties**

- Interesējieties par visu, kas saistās ar mācībām, sadzīvi mācību iestādē.
- Veltiet laiku sarunai par to, kā skolā tika pavadīta diena, ko iemācījās, ko darīja starpbrīžos.
- Nebiedējiet bērnu ar skolu, ka tur būs dusmīgi skolotāji, un, ka tur ar visu būs pašam jātiek galā.
- Rosiniet bērnu iegūt jaunus draugus.
- Regulāri sazinieties ar bērna skolotāju.
- Nesalīdziniet savu bērnu ar citiem, viņš viens ir īpašs un neatkārtojams.

## **Rūpēties par sevi**

- Mudiniet ievērot personīgo higiēnu: mazgāt rokas pirms ēšanas, pēc sporta nodarbībām, sakārtot savu apģērbu, notīrīt kurpes, aizsiet kurpju šņores, saķemmēt matus.
- Rosiniet bērnu veikli saģērbties, lai nerastos problēmas ar sagatavošanos sportam, dejām.
- Mudiniet mājās darīt praktiskas lietas - saklāt gultu, sakārtot savu istabu, rakstāmgaldū.
- Bērnā pašam vajadzētu kārtot savu skolas somu, vēlams to darīt vakaros, bez steigas.
- Pārrunājiet ar bērnu viņa tiesības un pienākumus.

*"Svarīgākais uzdevums, ko mums var uzdot Dievs, ir - būt vecākiem!" /Harijs Landrets/*

*Satura autori: Psiholoģe Liene Sarma un Gulbenes novada PII un vidusskolas pedagogi*

*Psiholoģe Liene Sarma un Gulbenes novada PII un vidusskolas pedagogi*