

Apstiprinu:

Baldones vidusskolas direktore
Indra Šmite
09.09.2024.

BALDONES VIDUSSKOLA
2024./2025.m.g.
**Preventīvu pasākumu rīcības plāns
atkarību izraisošo vielu lietošanas uzsākšanas risku novēršanā**

Saskaņā ar 22.08.2023. MK noteikumu Nr. 474 "Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos" 6.16.4 un 6.18.punktu un

03.09.2019. MK noteikumu Nr. 416 "Noteikumi par valsts vispārējās vidējās izglītības standartu un vispārējās vidējās izglītības programmu paraugiem" 7.7.punktu.

Mērķis

Preventīvi pilnveidot izglītojamo zināšanas un attieksmes par veselīgu dzīves veidu kā dzīves pamata vērtību vispusīgi izglītotas personības veidošanā.

Sasniedzamais rezultāts:

- izglītojamie ikdienā apzināti rīkosies saskaņā ar veselīga dzīvesveida ieradumiem;
- izglītojamie ikdienā izvirzīs un īstenos sev nozīmīgus izaugsmes mērķus;
- izglītojamie lietos un izvērtēs efektīvākos taktiskos risinājumus un stratēģijas individuālajās un grupu aktivitātēs;
- izglītojamie spēs identificēt apdraudējumus un riskus dažādās vidēs un situācijās;
- izglītojamie veiks preventīvus drošības pasākumus, identificēs drošas rīcības soļus, izvēloties piemērotākās problēmu risināšanas stratēģijas;
- izglītojamie pratīs īstenot brīvas no atkarību izraisošo vielu ietekmes izvēles novēršot socializācijas riskus;
- izglītojamajiem pilnveidota kritiskā domāšana patstāvību lēmumu pieņemšanā;
- izglītojamie spēs rūpēties par savu ķermeni un emocionālo labizjūtu, pašvadības procesiem sociāli akceptējamā veidā.

Par plāna izstrādi atbildīga: sociālā pedagoģe Ilona Bēmere

*Sastādītais plāns var tikt koriģēts un papildināts ar atbilstoši problēmas aktualitātei konkrētā klasē, klašu grupā, pamatotām izmaiņām mācību darba organizācijā, epidemioloģiskās drošības noteikumiem u.c.

Klase	Laiks	Pedagoģiskā aktivitāte	Atbildīgais
1.a 1.b	Janvāris, februāris, marts, aprīlis	Klases stunda Dzīmbas drošības programmas ietvaros. Spēles un diskusijas, lai stiprinātu skolēnu prasmi novērtēt personīgo drošību saskarsmē ar citiem,	S.Freiberga 1.a I.Irša- Podkalne 1.b L.K.Kaužēna

		mērķtiecīgi akcentējot skolēnu pozitīvas labizjūtas papildījumu sociāli akceptējamā veidā.	
3.a 3.b	Septembris- maijs	Klases stunda Tēma: “Klusuma nodarbības”. Skolēni interaktīvā veidā, praktiski darbojoties grupā mācās iepazīt personīgo emociju īpašības, koncentrēšanās, gribas piepūles un pašvadības prasmes.	I.Aizupiete I.Pelčere 3.a I.Grīnfelde 3.b
7.a - 6 7.b - 6 7.c - 6 8.a - 3 8.b - 3 8.c - 3 9.a - 3 9.b - 3 9.c - 3	No 01.09.2024. 31.05.2025.	Biedrības “MOT” interaktīvas izglītojošas nodarbības ar mērķi stiprināt pusaudžu dzīvot prasmi, garīgo veselību, apzinātību un drosmi; novērst atstumtību, bulingu, vardarbību, alkohola un narkotiku lietošanu . <i>*nodarbību laiki tiks precizēti atbilstoši MOT treneru laika resursiem un ievietoti skolas darba plānā..</i>	I.Bēmere sadarbībā iesaistīti MOT treneriem: E.Kalve A.Kāsa K.Suhanova R.M.Dominguez D.Gauja J.Jēruma
7.-12.	Laiks plānots, iepriekš, nepublicēts	Narkotisko un psihotropo vielu pārbaudes preventīvs reids (ar kinologu apmācītiem suņiem). Preventīvi diagnosticēt Narkotisko un psihotropo vielu iespējamo uzglabāšanu, lietošanu, izplatīšanu Baldones vidusskolas izglītojamo vidē.	I.Bēmere sadarbībā ar Valsts policiju
1.-9.	No 01.09.2024. 31.05.2025.	Uzsākt īstenot pierādījumos balstīto antibulinga profilakses un agrīnās intervences programmu programmu KiVa ar mērķi stiprināt bērnu, pusaudžu un jauniešu sociālās prasmes.	KiVa komanda: Z.Baruere-Mince, D.Arāja, I.Bēmere sadarbībā ar klašu audzinātājiem un mācību priekšmetu pedagogiem.
1.a	30.09.2024.	Klases stunda Tēma: “Kas ir dienas režīms.” Pārrunas klases grupā par veselīgu, sabalansētu dienas režīmu. Izpratne par mērķtiecīgu un plānotu laika pavadīšanu nepieļaus nelāgu paradumu izveidi.	I.Irša-Podkalne
1.a	Novembris	Sports Tēma: “Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā” Lekcija, pārrunas, praktiska darbošanās ar augļiem un dārzeņiem.	K.Pačkajeva
1.b	Janvāris	Klases stunda Tēma: “Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā.” Skatīties video, diskutēs grupā par ķermenim un attīstībai veselīgiem pārtikas produktiem, zīmēs un veidos pārtikas šķīvi.	L.K.Kaužēna
1.b	Novembris	Sports Tēma: “Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā” Lekcija, pārrunas, praktiska darbošanās ar augļiem un	K.Pačkajeva

		dārzeniem.	
2.a	08.10.2024.	Klases stunda Tēma: "Augt veselam!" Veidos kolāžu "Kas nepatīk/patīk manam ķermenim?"	E.Mežule
2.a	19.11.2024. 18.02.2025.	Klases stunda Tēma: "Kas ir vēlmes un vajadzības" Diskutēs, kā vēlmes un vajadzības ietekmē mūsu dzīvi. Vai brīvais laiks viedtālrunī ir jēgpilns brīvais laiks? Kā veidot pozitīvus un labus ieradumus!	E.Mežule
2.a	16.09.2024.	Sociālās zinības Tēma: Kā plānot savu laiku un mērķus, lai mācītos un nodarbotos ar vaļaspriekiem? Mācās nosaukt savas emocijas, rakstura īpašības, vēlmes, vajadzības un stiprās puses. Mācās nosaukt vērtības, kuras pastāv ģimenē. Pazīstamās situācijās pauž emocijas sociāli pieņemamos veidos, patstāvīgi demonstrē situācijai atbilstošu uzvedību.	E.Mežule
2.a	Novembris	Sports Tēma: "Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā" Lekcija, pārrunas, praktiska darbošanās ar augļiem un dārzeniem.	K.Pačkajeva
2.a	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
2.b	26.09.2024.	Klases stunda Tēma: "Iekāp otra korpēs" Pārrunas un skatīsies video filmiņu, lai izprastu, ko nozīmē akcija "Dažādo korpju diena". Veido plakātu, kurā dažādi aplicēs korpju pāri. Stiprinās pārliecību par dažādību kā vērtību, kas ļaus katram apzināties savu unikalitāti.	D.Arāja
2.b	12.09.2024.	Sociālās zinības Tēma: "Kā plānot savu laiku un mērķi, lai mācītos un nodarbotos ar vaļaspriekiem." Pārrunās, ko nozīmē "lietderīgi" un "nelietderīgi" pavadīts laiks. Pa pāriem uz lapas veidos domu zīrnkli, kā lietderīgi var pavadīt savu brīvo laiku un prezentēs klases biedriem.	D.Arāja
2.b	10.10.2024.	Sociālās zinības Tēma: "Kā sasniegt to, ko vēlos?" Pārruna par laika plānošanu, ka plānojot laiku nevar aizmirst par veselību: svarīgi ir izgulēties, veselīgi paēst. Uzrakstīs savu mērķu sarakstu tuvākajām 2-3 dienām. Zīmēs taku, kas pa posmiem parāda ceļu uz kādu mērķi.	D.Arāja
2.b	Novembris	Sociālās zinības Tēma: "Kā atšķirt to, ko gribas, no tā, ko vajag?" Uzrakstīs vai uzzīmēs pirkumu sarakstu un iedos	D.Arāja

		klases biedram, lai izvērtē, kas no izvēlētajā varētu būt vajadzība un kas – vēlmes, tādejādi mācoties izpratni par veselībai un attīstībai vērtīgu lietu iegādi.	
2.b	Novembris	Sports Tēma: “Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā” Lekcija, pārrunas, praktiska darbošanās ar augļiem un dārzeņiem.	K.Pačkajeva
2.b	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
2.c	Oktobris- Maijs	Sociālās zinības (piecas mācību stundas) Tēma: “Kā plānot savu laiku?” “Kā noteikt mērķus mācībās un vaļaspriekos?” “Kā gudri pavadīt brīvo laiku?” “Viedierīču lietošanas ierobežojumu nepieciešamība” “Smēķēšanas negatīvā ietekmi uz organismu.” Tematiskās darba lapas, mācību video apskate, redzētā analīze, diskusijas grupā, situāciju analīze. Skolēni veidos plakātus, kuros attēlo veselīgus brīvā laika pavadīšanas veidus.	I.Melngaile
2.c	Novembris	Sports Tēma: “Veselīga dzīvesveida nozīme cilvēka attīstībā” Lekcija, pārrunas, praktiska darbošanās ar augļiem un dārzeņiem.	K.Pačkajeva
2.c	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
3.a	Februāris	Klases stunda Tēma: “Kas ir atkarība?” (ierīces, procesi, vielas.) Saruna par to, kā veidojas kaitīgie ieradumi, to cēloņi un sekas. Akcentējoša diskusija par patstāvīga, mērķos balstīta lēmuma pieņemšanu un nepakļaušanos klases biedru, draugu emocionālajam spiedienam. Akcentējoša diskusija par savu pašvadības spēju.	I.Pelčere
3.b	22.11.2024.	Klases stunda Tēma: “Draudzēšanās stunda.” Meklēs klasē domubiedrus un kopā spēlēs savu iecienītāko galda spēli, kas atnesta no mājām.	I.Grīnfelde
3.b	24.01.2024.	Klases stunda Tēma: “Esi vesels - rūpējies par sevi!” Darba grupās veidos plakātus, kuros attēlo, kā rūpēties par savu emocionālo un fizisko veselību.	I.Grīnfelde
3.b	06.02.2024.	Klases stunda Tēma: “Drošāka interneta diena.” Stundas laikā tiks pārrunāts, kāpēc internetā reklamē alkoholu, enerģijas dzērienus utt.	I.Grīnfelde

3.b	21.02.2024.	Klases stunda Tēma: "Es un klase. Savstarpējās attiecības klasē." Izceļ katra klases biedra labās īpašības. Apspiež, ko varētu klasē uzlabot	I.Grīnfelde
4.a	13.09.2024.	Klases stunda Tēma: "Veselīgs uzturs." Skolēni skatās tematiski sagatavotas īsfilmas par uzturu, pilda darba lapu un izvērtē vielas, kas ir labas organismam un kas nav.	M.Spruženiece
4.a	Septembris	Datorika Tēma: "Interneta atkarības riski." Pārrunas, kāpēc ir nepieciešams internets? Apskata materiālus drossinternets.lv. Izpilda testu "Neaizraujies, internetā vēl neviens nav ticis līdz apakšai!"	I.Kūkuma
4.a	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
4.b	Janvāris	Klases stunda Tēma: "Fiziskā un emocionālā veselība." Izpratnes veidošana par fiziskās un emocionālās veselības mijiedarbību. Skatīsies video, diskutēs grupā par personīgo pieredzi.	I.Aizupiete
4.b	Septembris	Datorika Tēma: "Interneta atkarības riski." Pārrunas, kāpēc ir nepieciešams internets? Apskata materiālus drossinternets.lv. Izpilda testu "Neaizraujies, internetā vēl neviens nav ticis līdz apakšai!"	I.Kūkuma
4.b	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
4.c	03.10.2024.	Klases stunda Tēma: "Atkarību lietošanas postošie aspekti" Apskatīti metodiskie materiāli par atkarību izraisošām vielām, par to ietekmi uz cilvēka veselību, uzvedību, rīcību. Pārrunas par aktuāliem notikumi valstī, kad jaunieši izraisa auto, motociklu avārijas, sevi izkropļo vai iet bojā.	D.Skujevskā-Vīksne
4.c	14.10.2024.	Dabaszinības Tēma "Kā vairojas un attīstās cilvēks? " Tiks pētīts jaunākais skolas vecumposms no 7-11 gadiem. Organisms turpina augt un attīstīties, svarīgi šajā vecumposmā organizēt laiku, mācības, atpūtu, miegu, veselīgu uzturu, tādejādi palīdzot un darot labu savam ķermenim.	D.Skujevskā-Vīksne
4.c	Septembris	Datorika Tēma: "Interneta atkarības riski." Pārrunas, kāpēc ir nepieciešams internets?	I.Kūkuma

		Apskata materiālus drossinternets.lv. Izpilda testu "Neaizraujies, internetā vēl neviens nav ticis līdz apakšai!"	
4.c	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
5.a	20.09.2024.	Klases stunda Tēma: "Iekāp otra kurpēs Dažādo kurpju dienā." Pārrunas un skatīsies video filmiņu, lai izprastu, ko nozīmē akcija "Dažādo kurpju diena". Stāsta savu pieredzi par situācijām, kad izjutis nepiederību savai grupai.	Z.Brauere-Mince
5.a	01.11.2024.	Klases stunda Tēma: "Atkarības vai pozitīva sevis piedzīvojuma sajūta akceptējamā veidā." Grupu darbs. Skolēni diskutē par veselīgu veidu, kā piedzīvot pozitīvas emocijas, prezentē savus viedokli klases biedriem.	Z.Brauere-Mince
5.a	05.10.2024. 12.10.2024. 19.10.2024. 26.10.2024	Sports Akcija "Kustībā ir dzīvība!" Veselīgu dzīvesveidu veicinoša sacensība. Skolēni veiks iešanu brīvā dabā, vāks noieto kilometru datus.	K.Pačkajeva
5.a		Datorika Tēma: "Drošs internets, e-pasta lietošana." Lekcija.	L.Arāja
5.a	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
5.a	Septembris	Datorika Tēma: "Interneta atkarības riski." Pārrunas, kāpēc ir nepieciešams internets? Apskata materiālus drossinternets.lv. Izpilda testu "Neaizraujies, internetā vēl neviens nav ticis līdz apakšai!"	I.Kūkuma
5.b	Novembris	Klases stunda Tēma: "Kā mūs ietekmē modernās tehnoloģijas? Kas ir atkarība?" Skolēni grupā apspriedīs, kas ir modernās tehnoloģijas, kāda ir to ietekme, kādi ieteikumi atkarības mazināšanai. Pēc tam grupas prezentēs klases vidē savas atziņas.	L.Arāja
5.b	Aprīlis	Klases stunda Tēma: "Veselība un brīvais laiks." Grupā dalās pieredzē, kā pavada brīvo laiku, kā tas ietekmē veselību, labās prakses piemēri, prezentē savas atziņas klases vidē.	L.Arāja
5.b	05.10.2024. 12.10.2024. 19.10.2024.	Sports Akcija "Kustībā ir dzīvība!" Veselīgu dzīvesveidu veicinoša sacensība. Skolēni	K.Pačkajeva

	26.10.2024	veiks iešanu brīvā dabā, vāks noiето kilometru datus.	
5.b	Decembris	Datorika Tēma: "Drošs internets, epasta lietošana." Lekcija.	L.Arāja
5.b	Septembris, oktobris, novembris	Mūzika Tēma: "Latviešu tautasdziesmu apguve" Tēmas ietvaros tiks analizēti tautas dziesmās vēstītie tikumiskie un veselīgie aspekti.	E.Šepetovska
5.b	Septembris	Datorika Tēma: "Interneta atkarības riski." Pārrunas, kāpēc ir nepieciešams internets? Apskata materiālus drossinternets.lv. Izpilda testu " Neaizraujies, internetā vēl neviens nav ticis līdz apakšai!"	I.Kūkuma
6.a	Oktobris	Klases stunda Tēma: "Atkarību negatīvie aspekti". Lekcija, pārrunas.	K.Pačkajeva
6.a	07.10.2024. līdz 13.10.2024.	"Labo darbu nedēļa" Skolēni iesaistīties labo darbu veikšanā, tādejādi stiprinot empātiju, sociāli aktīvas un atbildīgas dzīves pozīcijas izveidi	K.Pačkajeva
6.a	05.10.2024. 12.10.2024. 19.10.2024. 26.10.2024	Sports Akcija "Kustībā ir dzīvība!" Veselīgu dzīvesveidu veicinoša sacensība. Skolēni veiks iešanu brīvā dabā, vāks noiето kilometru datus.	K.Pačkajeva
6.a	Marts, aprīlis	Sociālās zinības un vēsture Tēma: "Kā tiesības ir saistītas ar pienākumiem? Kā pieņem un īsteno likumus? Ko nosaka Bērnu tiesību aizsardzības likums? Kā tu vari izmantot savas tiesības? " Stundas apakštēmas ietvaros tiks apskatīti normatīvie akti, kas skar atkarību izraisošo vielu lietošanu.	S.Sprudzāne
6.a	8.oktobris	Latviešu valoda Tēma: "Ko es zinu par atkarībām!" Pēc klases diskusijām individuālais domraksts, tādejādi stiprinot skolēnu spēju iedziļināties, analizēt, secināt.	R.Markova
6.b	Oktobris	Klases stunda Tēma: „Veselīgi paradumi.” Diskusija par prasmi atšķirt veselīgo no neveselīgā. Akcentējoša saruna par personīgo spēku īstenot veselīgo, pārvarot grūtības.	E.Šepetovska
6.b	Janvāris	Klases stunda Tēma: „Man jāprot pateikt - NĒ!” Diskusija par spēju sekot saviem mērķiem un pārliecībām, drosmīgi pārvarot emocionālos un sociālos šķēršļus.	E.Šepetovska
6.b	Maijs	Klases stunda Tēma: „Es un svešinieks.” Informatīva saruna par dažādajiem svešiniekiem, to nezināmajiem nodomiem un drošu saskarsmi. Sarunas ietvaros apskatīs jautājumu par svešinieku	E.Šepetovska

		piedāvātajām “krāsainām konfekcēm”, “labumiem”.	
6.b	05.10.2024. 12.10.2024. 19.10.2024. 26.10.2024	Sports Akcija “Kustībā ir dzīvība!” Veselīgu dzīvesveidu veicinoša sacensība. Skolēni veiks iešanu brīvā dabā, vāks noieto kilometru datus.	K.Pačkajeva
6.b	Marts, aprīlis	Sociālās zinības un vēsture Tēma: “Kā tiesības ir saistītas ar pienākumiem? Kā pieņem un īsteno likumus? Ko nosaka Bērnu tiesību aizsardzības likums? Kā tu vari izmantot savas tiesības? “ Stundas apakštēmas ietvaros tiks apskatīti normatīvie akti, kas skar atkarību izraisošo vielu lietošanu.	S.Sprudzāne
7.a	Februāris	Klases stunda Tēma: “Kas ir atkarība?” (ierīces, procesi, vielas.) Saruna par to, kā veidojas kaitīgie ieradumi, to cēloņi un sekas. Akcentējoša diskusija par patstāvīga, mērķos balstīta lēmuma pieņemšanu un nepakļaušanos klases biedru, draugu emocionālajam spiedienam. Akcentējoša diskusija par savu pašvadības spēju.	I.Pelčere
7.a	Septembris	Latviešu valoda Tēma: „Vārda tiešā un pārnestā nozīme” Apakštēma: „Attiecību veidošanas prasmes” Pēc daiļdarba fragmenta izlasīšanas skolēni izsaka viedokli, kā viskonstruktīvāk atrisināt konfliktu, diskutē par atbilstīgiem un neatbilstīgiem veidiem, tādejādi pilnveidojot sociāli emocionālās prasmes.	D.Cekula
7.a	Septembris, oktobris	Sociālās zinības Tēma: “Kā pilnveidot savu personību? Kā apzināties un raksturot savu personību? Kā pieņemt lēmumus, vērtējot izvēles iespējas? Kā kļūt par līderi savā dzīvē?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par veselīgu un mērķtiecīgu pašvadības procesu organizēšanu.	S.Sprudzāne.
7.a	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kā vadīt stresu? Kas ir fiziskā un emocionālā drošība? Kāpēc notiek konflikti? Kā tos risināt? Kas izraisa un kā pārvarēt stresu?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par konstruktīvām un palīdzošām sociāli emocionālajām prasmēm.	S.Sprudzāne.
7.a	Janvāris, februāris	Sociālās zinības Tēma: “Kā ģimene ietekmē identitātes veidošanos? Kas ir identitāte? Kā ģimenes lomu un funkcijas nodrošina likumi? Kāpēc ģimene ir sabiedrības vērtība? “ Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo pašipratne un palīdzības iespējas ģimenē un sabiedrībā.	S.Sprudzāne.
7.a	Marts, maijs	Sociālās zinības Tēma: “Kā plānot un sasniegt mērķi ilgtermiņā? Kā	S.Sprudzāne.

		izvirzīt ilgtermiņa mērķi karjerā un plānot tā sasniegšanu? Kā izvērtēt savu sniegumu mērķa sasniegšanā? Ko es varu paveikt savā un kopienas labā? Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo konstruktīvs un mērķtiecīgs personības izaugsmes ceļš.	
7.a	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”. Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	J.Babre-Laime
7.b	Janvāris	Klases stunda Tēma: “Atkarību izraisošās vielas un procesi.” Video apskate un refleksija klases vidē par dzirdēto.	L.Uzrauga
7.b	Septembris	Latviešu valoda Tēma: „Vārda tiešā un pārnestā nozīme” Apakštēma: „Attiecību veidošanas prasmes” Pēc daiļdarba fragmenta izlasīšanas skolēni izsaka viedokli, kā viskonstruktīvāk atrisināt konfliktu, diskutē par atbilstīgiem un neatbilstīgiem veidiem, tādejādi pilnveidojot sociāli emocionālās prasmes.	D.Cekula
7.b	Septembris, oktobris	Sociālās zinības Tēma: “Kā pilnveidot savu personību? Kā apzināties un raksturot savu personību? Kā pieņemt lēmumus, vērtējot izvēles iespējas? Kā kļūt par līderi savā dzīvē?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par veselīgu un mērķtiecīgu pašvadības procesu organizēšanu.	S.Sprudzāne.
7.b	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kā vadīt stresu? Kas ir fiziskā un emocionālā drošība? Kāpēc notiek konflikti? Kā tos risināt? Kas izraisa un kā pārvarēt stresu?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par konstruktīvām un palīdzošām sociāli emocionālajām prasmēm.	S.Sprudzāne.
7.b	Janvāris, februāris	Sociālās zinības Tēma: “Kā ģimene ietekmē identitātes veidošanos? Kas ir identitāte? Kā ģimenes lomu un funkcijas nodrošina likumi? Kāpēc ģimene ir sabiedrības vērtība? “ Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo pašipratne un palīdzības iespējas ģimenē un sabiedrībā.	S.Sprudzāne.
7.b	Marts, maijs	Sociālās zinības Tēma: “Kā plānot un sasniegt mērķi ilgtermiņā? Kā izvirzīt ilgtermiņa mērķi karjerā un plānot tā sasniegšanu? Kā izvērtēt savu sniegumu mērķa sasniegšanā? Ko es varu paveikt savā un kopienas labā?”	S.Sprudzāne.

		Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo konstruktīvs un mērķtiecīgs personības izaugsmes ceļš.	
7.b	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”. Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	J.Babre-Laime
7.c	20.09.2024.	Klases stunda Tēma: “Atkarību lietošanas postošie aspekti” Apskatīti metodiskie materiāli par atkarību izraisošām vielām, par to ietekmi uz cilvēka veselību, uzvedību, rīcību. Pārrunas par aktuāliem notikumi valstī, kad jaunieši izraisa auto, motociklu avārijas, sevi izkropļo vai iet bojā.	D.Skujevska-Vīksne
7.c	Septembris, oktobris	Sociālās zinības Tēma: “Kā pilnveidot savu personību? Kā apzināties un raksturot savu personību? Kā pieņemt lēmumus, vērtējot izvēles iespējas? Kā kļūt par līderi savā dzīvē?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par veselīgu un mērķtiecīgu pašvadības procesu organizēšanu.	S.Sprudzāne.
7.c	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kā vadīt stresu? Kas ir fiziskā un emocionālā drošība? Kāpēc notiek konflikti? Kā tos risināt? Kas izraisa un kā pārvarēt stresu?” Apakštēmas ietvaros skolēni gūs zināšanas par konstruktīvām un palīdzošām sociāli emocionālajām prasmēm.	S.Sprudzāne.
7.c	Janvāris, februāris	Sociālās zinības Tēma: “Kā ģimene ietekmē identitātes veidošanos? Kas ir identitāte? Kā ģimenes lomu un funkcijas nodrošina likumi? Kāpēc ģimene ir sabiedrības vērtība?” Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo pašipratne un palīdzības iespējas ģimenē un sabiedrībā.	S.Sprudzāne.
7.c	Marts, maijs	Sociālās zinības Tēma: “Kā plānot un sasniegt mērķi ilgtermiņā? Kā izvirzīt ilgtermiņa mērķi karjerā un plānot tā sasniegšanu? Kā izvērtēt savu sniegumu mērķa sasniegšanā? Ko es varu paveikt savā un kopienas labā?” Apakštēmas ietvaros tiks stiprināta izglītojamo konstruktīvs un mērķtiecīgs personības izaugsmes ceļš.	S.Sprudzāne.
7.c	19.11.2024.	Latviešu valoda Tēma: “Atkarības manā skolā” Pēc video apskates un diskusijām skolēni raksta	R.Markova

		domrakstu, tādejādi veicinot spēju iedziļināties, vērtēt, argumentēt, secināt.	
7.c	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”. Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	J.Babre-Laime
8.a	17.10.2024.	Klases stunda Tēma: “Vai es protu pateikt NĒ?” Saruna un diskusija par drosmi paust savu viedokli, noturēties pret grupas spiedienu. Tādejādi skolēnos tiks attīstīta izpratne mērķtiecīgi vadītu viedokli kā noteicošo personības attīstībā.	I.Irša-Podkalne
8.a	Novembris, decembris	Datorika Tēma: “Anketas izveide, izmantojot tiešsaistes rīkus” Apakštēma: Anketas saturs – atkarību izraisošo vielu negatīvi aspekti” Skolēni veido anketas.	L.Šūpole-Tene
8.b	Septembris	Klases stunda Tēma: “Kas ir veselīgs dzīvesveids, vai man tāds ir, higiēna pusaudža gados, sports manā dzīvē.” Pārrunas grupā, viedokļu apmaiņa.	I.Ošeniece
8.b	Oktobris	Klases stunda Tēma: “Laika plānošana (mani hobiji)- kāpēc tā vajadzīga.” Pārrunas grupā, viedokļu apmaiņa.	I.Ošeniece
8.b	Novembris	Klases stunda Tēma: “Narkotikas, alkohols, cigaretes- vai man tas ir vajadzīgs.” Pārrunas grupā, viedokļu apmaiņa.	I.Ošeniece
8.b	Novembris, decembris	Datorika Tēma: “Anketas izveide, izmantojot tiešsaistes rīkus” Apakštēma: Anketas saturs – atkarību izraisošo vielu negatīvi aspekti” Skolēni veido anketas.	L.Šūpole-Tene
8.c	01.11.2024.	Klases stunda Tēma: “Mani mērķi nākotnē – sistemātiskie rīcības soļi šodien.” Diskusija grupā, veicinot izpratni par personības mērķiem un dienas plāna nozīmi šodien.	G.Vintere
8.c	Novembris, decembris	Datorika Tēma: “Anketas izveide, izmantojot tiešsaistes rīkus” Apakštēma: Anketas saturs – atkarību izraisošo vielu negatīvi aspekti” Skolēni veido anketas.	L.Šūpole-Tene
9.a	Septembris	Klases stunda Tēma: “Personīgais izaugsmes plāns” Izstrādāts konkrēts personīgais rīcības plāns savas personības, mācību sasniegumu attīstībai, tādejādi stiprinot konstruktīvu un mērķtiecīgu pašvadības spēju.	S.Sprudzāne

9.a	Septembris	Latviešu valoda Tēma - „Argumentētā eseja.” Skolēni, mācoties rakstīt argumentēto eseju, meklē argumentus PAR un PRET iespējamu aizliegumu Latvijā tirgot cigaretes. Pēc esejas viedokļu debates klasē.	D.Cekula
9.a	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kādi likumi un kā aizsargā cilvēktiesības? Kādi normatīvie tiesību akti ir spēkā Latvijā un kādas dzīves jomas tie regulē? Kā var aizstāvēt savas un citu tiesības? Kādi normatīvie tiesību akti un kādas iestādes nodrošina cilvēktiesību aizsardzību? Apakštēmas ietvaros tiks pilnveidotas zināšanas par normatīvajiem aktiem, kas izskaidro atkarību izraisošo vielu lietošanas aizliegumu nepilngadīgo vidē.	S.Sprudzāne
9.a	Septembris	Krievu valoda Tēma: “Runas un klausīšanas apguve” Diskusija klases vidē par labajiem un sliktajiem ieradumiem.	I.Ošeniece
9.a	Marts	Krievu valoda Tēma: “Runas un klausīšanas apguve” Diskusija klases vidē par to, vai datora lietošana ir labi vai slikti.	I.Ošeniece
9.a	Aprīlis	Krievu valoda Tēma: “Runas un klausīšanas apguve” Diskusija klases vidē par veselīgu dzīvesveidu.	I.Ošeniece
9.a	Maijs	Mūzika Tēma: “Roks pret narkotikām” Apakštēmas ietvaros diskusija par mūziķu ieguldījumu veselīga un brīva no atkarībām dzīves veida popularizēšanā. Pārrunas par to, kāpēc atpazīstami mūziķi iesaistās labdarības koncertos.	E.Šepetovska
9.a	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”. Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	J.Babre-Laime
9.b	Aprīlis	Klases stunda Tēma: “Kas ir stress? Kā to piedzīvot? Pozitīvi stresa pārvarēšanas paņēmieni.” Skolēni diskutēs par stresa nozīmi, veselīgiem stresa pārvarēšanas paņēmieniem labizjūtas stiprināšanā, izveidos plakātus.	J.Babre-Laime
9.b	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kādi likumi un kā aizsargā cilvēktiesības? Kādi normatīvie tiesību akti ir spēkā Latvijā un kādas dzīves jomas tie regulē? Kā var aizstāvēt savas un citu tiesības? Kādi normatīvie tiesību akti un kādas iestādes nodrošina cilvēktiesību aizsardzību? Apakštēmas ietvaros tiks pilnveidotas zināšanas par	S.Sprudzāne

		normatīvajiem aktiem, kas izskaidro atkarību izraisošo vielu lietošanas aizliegumu nepilngadīgo vidē.	
9.b	Maijs	Mūzika Tēma: “Roks pret narkotikām” Apakštēmas ietvaros diskusija par mūziķu ieguldījumu veselīga un brīva no atkarībām dzīves veida popularizēšanā. Pārrunas par to, kāpēc atpazīstami mūziķi iesaistās labdarības koncertos.	E.Šepetovska
9.b	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”. Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	J.Babre-Laime
9.b	23.09.2024.	Krievu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Veidos runu un klausīsies par kaitīgiem ieradumiem, to negatīvo ietekmi uz veselību.	S.Karstiņa
9.c	Septembris, oktobris	Klases stunda Tēma: "Esi pārliecināts!" Interaktīvas nodarbības - prezentācijas, darba lapas ar mērķi veicināt izpratni un sava ķermeņa pieņemšanu, kritiski izvērtēt masu medijos tīrātos skaistuma "ideālus", tādejādi veicinot labbūtību saskarsmē ar sevi.	S.Freiberga
9.c	Visa mācību gada garumā	Klases stunda Tēma: “Es pilnveidoju sevi!” Katram skolēnam mācību gada sākumā iekārtots izaugsmes žurnāls ar personīgajiem mērķiem šim mācību gadam. Katras klases stundas sākumā velta laiku un veic pašnovērtējuma pierakstus savā Izaugsmes žurnālā.	S.Freiberga
9.c	Novembris, decembris	Sociālās zinības Tēma: “Kādi likumi un kā aizsargā cilvēktiesības? Kādi normatīvie tiesību akti ir spēkā Latvijā un kādas dzīves jomas tie regulē? Kā var aizstāvēt savas un citu tiesības? Kādi normatīvie tiesību akti un kādas iestādes nodrošina cilvēktiesību aizsardzību? Apakštēmas ietvaros tiks pilnveidotas zināšanas par normatīvajiem aktiem, kas izskaidro atkarību izraisošo vielu lietošanas aizliegumu nepilngadīgo vidē.	S.Sprudzāne
9.c	Maijs	Mūzika Tēma: “Roks pret narkotikām” Apakštēmas ietvaros diskusija par mūziķu ieguldījumu veselīga un brīva no atkarībām dzīves veida popularizēšanā. Pārrunas par to, kāpēc atpazīstami mūziķi iesaistās labdarības koncertos.	E.Šepetovska
9.c	Februāris	Angļu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Tēmas ietvaros: “Atkarību postošā ietekme”.	J.Babre-Laime

		Video filmas fragmenta analīze, pēc filmas skolēni sniedz atgriezenisko saiti, klases grupā dalās pārdomās.	
9.c	23.09.2024.	Krievu valoda Tēma: “Klausīšanās un runas prasme.” Veidos runu un klausīsies par kaitīgiem ieradumiem, to negatīvo ietekmi uz veselību.	S.Karstiņa
10.	23.09.2024.	Klases mācību ekskursija. Tēma: “Mēs esam grupa.” Klases izbraukuma saliedēšanās pasākums Mangaļsalas bunkuros ar mērķi stiprināt sociālās sadarbības un iekļaušanās prasmes, attiecību veidošanas prasmes un lēmumu pieņemšanas prasmes.	V.Fogele
10.	Oktobris	Klases stunda Tēma: “Konfliktu risināšanas prasme” Izpēlēta situāciju analīze ar iespējamajiem risinājumiem, liekot akcentu uz konstruktīvu un palīdzošu risinājumu.	V.Fogele
10.	Maijs	Klases stunda Tēma: “Atkarības, kā tās rodas!” “Piekritu – iekritu” , tiks apskatīta animācijas filma par atkarībām. Filmā attēlotas pusaudžu dzīves aktualitātes un riski, kas var novest pie atkarību izraisīto vielu lietošanas. Pēc tās noskatīšanās viedokļu apmaiņa klases vidē.	V.Fogele
10.	30.09.2024.	Literatūra Tēma: “Antīkā literatūra”. Apakštēmas ietvaros diskusija par pāridarījuma tēmu literārajos darbos un literāro varoņu veiktajām izvēlēm aizskāruma risināšanā. Stiprināta izglītojamo pārliecība par pāridarījuma konstruktīvu un palīdzošu risinājumu.	Dz.Konehenfelde
11.	Maijs	Klases stunda Tēma: “Dažādu vielu atkarības.” Lekcija un viedokļu apmaiņa klases vidē.	L.Šūpole-Tene
12.	Decembris, janvāris	Klases stunda Tēma: "Atkarību veidi, to iedalījums, cēloņi, izpausmes, risinājumi un sekas." Grupu darbs, uzskates un informatīvo materiālu izstrāde. Skolēni reflektē un veido darbus par atkarībām, to veidiem, izpausmēm, risinājumiem. Atpazīst negatīvas un pozitīvas ievirzes atkarības.	A.Karelsons
12.	Novembris, decembris	Ķīmija Tēma: “Destilēšanas procesi.” Apakštēmas ietvaros apskatīs bīstamību, kas saistīta ar nepareizi destilētu alkoholisko dzērienu lietošanu un dažādu spirtu letālajām devām.	K.Liepiņš
12.	Februāris, marts	Ķīmija Tēma: “Dabas vielas un to sintētiskie analogi.” Skolēni tiks informēti par dažādām atkarību	K.Liepiņš

		izraisošām dabas vielām, to sintētiskajiem analogiem un šo vielu letālajām devām.	
--	--	--	--