

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE

**POZITĪVAS EMOCIONĀLAS ATTĪSTĪBAS  
SEKMĒŠANAS IESPĒJAS BĒRNIEM DIENAS RITĀ  
PIRMSSKOLĀ**

KVALIFIKĀCIJAS DARBS

**Autors: Ilze Eidinta**

Studenta apliecības Nr. ie17015

Darba vadītājs: Mg. paed. Rasma Purmale

KULDĪGA 2017

# Anotācija

**Pētījuma darba autors:** Ilze Eidinta

**Pētījuma darba vadītājs:** Mg. paed. Rasma Purmale

**Darba veids:** kvalifikācijas darbs

**Pētījuma darba temats:** Pozitīvas emocionālas attīstības sekmēšanas iespējas bērniem dienas ritā pirmsskolā

**Pētījuma mērķis:** teorētiski analizēt un praktiski izvērtēt bērna pozitīvās emocionālās attīstības nodrošināšanas iespējas pedagoģiskajā procesā pirmsskolā.

**Pētījuma uzdevumi:**

1. Veikt teorētisko literatūras analīzi
2. Veikt praktisko pētījumu.

**Pētījuma hipotēze:** pozitīvu emociju attīstība dienas ritā tiks nodrošināta un sekmēta, ja:

- pedagogs nodrošinās vidi un dienas ritu pirmsskolā atbilstoši bērna vecumam un individuālām vajadzībām;
- emocionāli pozitīvi sadarbosies ar ģimeni un pirmsskolas personālu.

**Pētījuma metodes:**

1. **Teorētiskā pētījuma metode** – pedagoģiskas un psiholoģiskas literatūras salīdzinošā analīze.
2. **Empīriskās pētījuma metodes:**
  1. Bērnu mērķtiecīga pedagoģiska novērošana.
  2. Pirmsskolas pedagogu un vecāku anketēšana
  3. Iegūto rezultātu apstrāde.

**Pētījuma darba saturs:** anotācija latviešu, angļu valodā, saturs, ievads, 2 nodaļas un 7 apakšnodaļas, ieteikumi vecākiem, secinājumi, izmantotās literatūras un citu avotu sarakstā ir 52 vienības latviešu, angļu un krievu valodā, 12 tabulas, 24 attēli, 10 pielikumi.

Teorētiskais pētījums pamatojas uz V. Avaņesovas, T. Bjūzena, S. Chess, J. Gīpenreiteres, V. Golubinas, Ā. Karpovas, J. Kolominska, D. Lieģenieces, I. Puškareva, A. Šponas, A. Vorobjova u.c. atziņām.

**Pētījuma darba apjoms:** 80 lpp.

**Pētījuma bāzi** veido 13 bērni, 13 bērnu vecāki, 4 pirmsskolas pedagogi.

**Pētījuma darba rezultāti:** kvalifikācijas darba autore, pamatojoties uz dažādu psiholoģijas un pedagoģijas nozaru autoru teorijām, kā arī pirmsskolas izglītības pedagogiem un bērna vecākiem, izpētīja bērnu pozitīvi emocionālas attīstības veicināšanu 4 – 5 g. veciem bērniem dienas ritā pirmsskolā, izmantojot dienas ritu, bērna vajadzības, rotaļas, mūziku, literāro darbu lasīšanu, fiziskās aktivitātes u.c. Autore izstrādājusi dienas ritu pirmsskolā, pozitīvu emociju veicināšanai bērnam visā dienas ritā.

**Darba izvirzītā pētījuma hipotēze apstiprinājās:** pozitīvu emociju attīstība dienas ritā tiks sekmēta, ja:

- pedagogs nodrošina bērnam drošu vidi un dienas ritu pirmsskolā, atbilstoši bērna vecumam un individuālajām vajadzībām;
- emocionāli pozitīvi sadarbojas ar ģimeni un pirmsskolas personālu, jo salīdzinošie pētījumi par bērnu emocijām un emocionālām izpausmēm pierāda, ka veiktās pedagoģiskās darbības dienas ritā ir sekmējušas bērnu pozitīvas emocijas.

**Pētījuma darba izmantojamība:** kvalifikācijas darbu var izmantot pirmsskolas izglītības iestādes pedagogi un bērnu vecāki savu zināšanu pilnveidošanā un praktiskajā pielietojumā bērna audzināšanai ģimenē.

**Atslēgas vārdi:** emocijas, dienas rits, pirmsskolas vecums ( 4 – 5 gadi).

# Annotation

**Author of the paper:** Ilze Eidinta

**Consultant of the paper:** Mg. paed. Rasma Purmale

**Type of the paper:** qualification paper

**Theme of the paper:** Opportunities of promotion of positive emotional development during the day for pre-school children

**Aim of the research:** to analyze theoretically and to evaluate practically opportunities of promotion of positive emotional development in preschool pedagogical process

**Tasks of the research:**

1. To do theoretical analysis of literature
2. To do practical research

**Hypothesis of the research:** development of positive emotions during the day will be provided and promoted if:

- the teacher will provide the environment and day rituals in preschool appropriately the age and individual needs of children,
- the teacher will emotionally positively cooperate with family and pre-school staff.

**Methods of the research:**

1. **Theoretical method of the research** - comparative analysis of the pedagogical and psychological literature
2. **Empirical method of the research:**
  1. Targeted pedagogical observation of children
  2. The survey of the pre-school teachers and parents
  3. Processing of the obtained results

**Content of the paper:** annotation in Latvian and in English, content, introduction, 2 chapters and 7 subdivisions, suggestions for parents, conclusions, in the list of the used literature and other sources there are 52 units in Latvian, English and Russian, 12 tables, 24 pictures, 10 supplements.

The theoretical study is based on quotes of V. Avanesova, T. Bjuzens, S. Chess, J. Gipenreitere, V. Golubina, A. Karpova, J. Kolominskis, D. Liegieniece, I. Puskareva, A. Spona, A. Vorobjovs and e.t.c.

**Volume of the paper:** 80 pages

**The base of research** is made up of 13 children, 13 parents, 4 pre-school teachers.

**Results of the research:** based on different psychological and pedagogical theories of the different authors, also on the teachers of pre-school education and children's parents, the author of the qualification paper investigated promoting of positive emotional development for pre-school children (4 – 5 years) during the day, using day rituals, children needs, games, music, reading literary works, physical activities. The author has worked out day rituals in pre-school to promote positive emotions for children during the day.

**The hypothesis of the research paper was confirmed:** development of positive emotions during the day will be promoted if:

- the teacher will provide the environment and day rituals in preschool appropriately the age and individual needs of children,
- the teacher will emotionally positively cooperate with family and pre-school staff , as comparative research of children emotions and emotional expressions prove that created pedagogical activities during the day have promoted positive emotions of children.

**Usibility of the research:** pre-school education teachers, children parents can use this qualification paper for improving knowledge and for practical applicability for children education in the family.

**Key words:** emotions, day ritual, pre-school age (4 – 5 years)

# Saturs

Ievads.....	7
1. Teorētiskā daļa .....	10
1.1. Pozitīvi emocionālās attīstības jēdzienu skaidrojums dažādu autoru teorijās .....	10
1.2. 4 - 5 gadīgo bērnu raksturojums pētāmā temata aspektā .....	21
1.3. Pozitīvas emocionālās attīstības sekmēšanas pamatnosacījumi dienas ritā pirmsskolā ..	27
2. Praktiskā daļa .....	33
2.1. Praktiskā pētījuma metodoloģijas izstrāde.....	33
2.2. Pētāmās grupas bērnu raksturojums un izpēte .....	36
2.3. Pedagoģiskā darbība bērnu pozitīvi emocionālās attīstības sekmēšanai .....	39
2.4. Rezultātu salīdzinošā analīze .....	48
Secinājumi .....	60
Ieteikumi vecākiem.....	61
Izmantotā literatūra un citu avotu saraksts .....	62
Pielikums .....	64

## Ievads

Bērni ir mūsu tautas un valsts nākotne. Tāpēc pedagogu pienākums ir rūpēties, lai mūsu bērni augtu veseli, pilnvērtīgi attīstītos fiziski, būtu ar pozitīvām emocijām, lai viņos veidotos labākās cilvēciskās īpašības.

Bērna attīstība ir atkarīga no pieaugušo pedagogiskās darbības virzības, kā arī izpratne par bērna vajadzībām un bērnu tiesisko normu ievērošana. Bērna tiesības ir definētas Bērnu tiesību aizsardzības likumā, Izglītības likumā, Vispārējās izglītības likumā un citos tiesiskajos aktos. Pedagogam jādarbojas ar bērnu, izvirzot atbilstošus uzdevumus, to saturu, audzināšanas metodes, gan katram atsevišķam bērnam, gan visai grupai kopumā, atsaucīgi reaģēt uz bērna interesēm, respektēt katra atsevišķa bērna vājās un stiprās puses un vajadzības, uzturēt bērnam dabisko zinātkāri un stimulēt kopīgu pozitīvu sadarbību.

Psiholoģijā emocijas ir cilvēka psihi regulācijas procesi. Emocijas palīdz cilvēkam rīkoties mērķtiecīgi, saistot izziņu procesus un personības struktūru (Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 68). Tām ir liela nozīme visa cilvēka dzīvē. Emocijas (lat. *motere*) – kustēties, virzīties prom, norāda, ka emocijas sevī ietver kustību, darbību cilvēka dzīves laikā. Emocijas izraisa nervu impulsi, tos kairinot apkārtējās vides ietekmē. Emocijas sakairinātā darbībā izpaužas, ietekmējoties no ārējās vides dažādos un mainīgos apstākļos (Dūka, 2003, 58).

Lai bērnam attīstītu pozitīvas emocijas, pirmsskolā ir jāizstrādā dienas rits, ņemot vērā bērna fizisko, emocionālo un fizioloģisko attīstību. Dienas rits ir saprātīgi saplānots laiks visiem dienas darbiem un atpūtai (Rubana, 1998, 130). Dienas rits palīdz izveidot dažādu fizioloģisko procesu (atpūtai, miegam, ēšanai utt.) un praktisko darbību (higiēnas iemaņu veidošanai), regularitāti, kas nodrošina bērnam veselīgu, pilnvērtīgu attīstību. Dienas rits atvieglo bērna dzīvi, jo ieradumi – ikdienā pierastas un noteiktā laikā veicamas darbības vairs neprasa lielu uzmanības piepūli.

Lai gan pirmsskolas vide ir veidota bērna vecumam un interesēm atbilstoša, tomēr pēc novērojumiem, secinu, ka daudziem bērniem ir grūti adaptēties un pieņemt labvēlīgo vidi, jo daudzos gadījumos bērniem mājas vide ir sociāli un emocionāli nelabvēlīga. Pedagoģa uzdevums ir nodrošināt pozitīvu adaptēšanos pirmsskolas grupas vidē, kura ir atbilstoša bērnam viņa personības veidošanā. Daudzās ģimenēs vecāki maz kontaktējas ar bērnu, maz rotaļājas, līdz ar to bērnam saskarsmē neveidojas pozitīvas komunikēšanās iemaņas, kas traucē bērnam pirmsskolā iejusties vienaudžu vidū, veidot emocionāli pozitīvus kontaktus.

Šo tematu izvēlēsies tāpēc, ka pirmsskolā ne vienmēr ir iespējas nodrošināt bērnam pozitīvās emocijas – daži bērni no rīta atnāk neizgulējušies, mājās ir bijusi negatīva emociju vide, vecāki atved bērnu neievērojot viņa veselības stāvokli. Daži bērni, ar savu negatīvo ģimenes uzvedības modeli, izraisa konfliktsituācijas vienaudžu vidū.

Ievērojot minēto problēmu aktualitātes, izvēlēsies **kvalifikācijas darba tematu** “Pozitīvas emocionālas attīstības sekmēšanas iespējas bērniem dienas ritā pirmsskolā”.

**Pētījuma objekts:** pedagoģiskais process pirmsskolā.

**Pētījuma priekšmets:** bērnu pozitīvi emocionālā attīstība.

**Pētījuma mērķis:** teorētiski analizēt un praktiski izvērtēt bērna pozitīvās emocionālās attīstības nodrošināšanas iespējas pedagoģiskajā procesā pirmsskolā.

**Pētījuma hipotēze:** pozitīvu emociju attīstība dienas ritā tiks nodrošināta un sekmēta, ja:

- pedagogs nodrošinās vidi un dienas ritu pirmsskolā atbilstoši bērna vecumam un individuālām vajadzībām;
- emocionāli pozitīvi sadarbosies ar ģimeni un pirmsskolas personālu.

**Pētījuma uzdevumi:**

1. Analizēt teorētisko literatūru par emocionālo attīstību un nosacījumiem psiholoģijā un pedagoģijā.
2. Izzināt 4 - 5 g. pirmsskolas vecuma bērnu emocijas, to izpausmes dienas ritā.
3. Veikt anketēšanu un novērošanu par pedagogu un bērnu, bērnu un vecāku savstarpējo mijiedarbību dienas ritā.
4. Papildināt pozitīvu emocionālu dienas ritu, atbilstoši bērnu vajadzībām.
5. Apkopot un analizēt iegūtos rezultātus, izdarīt secinājumus.

**Pētījuma metodes:**

1. **Teorētiskā pētījuma metode** – pedagoģiskās un psiholoģiskās literatūras salīdzinošā analīze.
2. **Empīriskās pētījuma metodes:**
  1. Bērnu mērķtiecīga pedagoģiska novērošana.
  2. Pirmsskolas pedagogu un vecāku anketēšana
  3. Iegūto rezultātu apstrāde.

**Bāzes pamatā tika izmantoti:** V. Avaņesova, T. Bjūzens, S. Chess, J. Gipenreitere, V. Golubina, Ā. Karpova, J. Kolominska, D. Lieģeniece, I. Puškarevs, A. Špona, A. Vorobjova u.c. atziņas.

**Praktiskā pētījuma bāze:** X pirmsskolas izglītības apmācības 4 – 5 gadīgo bērnu grupa, kopskaitā 13 bērni, 13 bērnu vecāki un 4 pedagogi.

**Darba struktūra:** anotācija latviešu, angļu valodā, saturs, ievads, 2 nodaļas un 7 apakšnodaļas, ieteikumi vecākiem, secinājumi, izmantotā literatūra, 12 tabulas, 24 attēli, 10 pielikumi.

# 1. Teorētiskā daļa

## 1.1. Pozitīvi emocionālās attīstības jēdzienu skaidrojums dažādu autoru teorijās

Pēc psihologa N. Breitbergas uzskatiem, bērns ir emocionāla būtne. Katru dienu dažādu notikumu un situāciju iespaidā, viņš pārdzīvo veselu emociju gammu. Pateicoties pozitīvām emocijām, bērna dzīve kļūst krāšņāka un piepildītāka. Ir svarīgi, ka bērns prot vadīt un veselīgi pārdzīvot savas emocijas (Breitberga, 2011, 11).

Tādi autori kā I. Kreišmane, R. Valgere un K. Gulbe uzskata, ka vārds, **emocijas**, atvasināts no latīņu valodas vārda *emovere*, kas nozīmē “satraukt, saviļņot”. **Emocijas** ir subjektīva reakcija uz ārējo un iekšējo kairinātāju iedarbību, kas izraisa subjekta pārdzīvojumu un attieksmi pret apkārtējo vidi (Krejšmane, Valgere, Gulbe, 2000, 68).

Jau antīkie domātāji Aristips ( gs. 2. puse - gs. sāk. p. m. ē) un Epikūrs (341. – 270. g. p. m. ē.) atzīmēja, ka cilvēkam ir tieksme izvairīties no situācijām, kas izraisa negatīvas emocijas un otrādi, viņš tiecas pēc situācijām, kuras nodrošina pozitīvas emocijas. Amerikāņu zinātnieki eksperimentāli apstiprinājuši šī principa pamatnostādnes. Senie filozofi **emocijas** centās izteikt ar metaforu palīdzību. Viens no lielākajiem ieguldījumiem šajā jomā ir sengrieķu filozofam Aristotelim. Viņš emocijas saistīja ar darbību un indivīda uzskatiem. Savukārt romiešu filozofi Seneka Jaunākais un Hrīsijs izveidoja klasisko emociju izziņas teoriju (Vorobjovs, 2000, 152).

J. Kolomonskis uzskata, ka **emocijas** ir psihisks stāvoklis, uz ko reaģē organisms uztverot, ārējās vai iekšējās vides izmaiņas. Emocijas izraisa **cilvēka vajadzības** (Kolominskis, 1990, 180).

Z. Āboliņa, D. Magazniece, G. Praulīte un Z. Vīksne piekrīt P. Anohina domām, ka **emocijas** (franču val. *emotion* – uzbudināt, uztraukt) ir fizioloģisks stāvoklis, kas izsauc subjektīvu reakciju, kuras rezultātā ir dažādu bērnu pārdzīvojumi no pozitīvā uz negatīvo, no negatīvā uz pozitīvo, kas izriet no sociāliem apstākļiem (Āboliņa, Magazniece, Praulīte, Vīksne, 1981, 110).

Bet B. Briško, S. Mihailova, I. Mihailovs un M. Zakriževska ir atzinuši, ka **emocijas** ir psihes regulācijas procesi, kas palīdz rīkoties mērķtiecīgi un attiecīgi reaģēt uz notiekošo procesu. Emocijas parāda cilvēka uzvedību, kas var būt nozīmīga tieši šajā brīdī. Viņš redz to, ko grib redzēt, ir uzmanīgs pret to, kas atbilst viņa interesēm, ka **emocijas** ir situācijas tiešs pārdzīvojums saistībā ar cilvēka vajadzībām (Briško, Mihailova, Mihailovs, Zakriževska, 2008, 38).

Tomēr arī M. Dūka akcentē, ka **emocijas** ir psihe regulācijas procesi. Tām ir liela nozīme visa cilvēka dzīvē. Emocijas (lat. *motere*) – kustēties, virzīties prom, norāda, ka emocijas sevī ietver kustību, darbību cilvēka dzīves laikā. Tās labi ir novērot cilvēka darbībā. Emocijas ir impulsīva darbība. Būtībā visas emocijas izraisa nervu impulsi, tos kairinot apkārtējās vides ietekmē. Emociju būtība ir nervu sistēmas darbības izpausmes. Emocijas sakairinātā darbībā izpaužas ietekmējoties no ārējās vides dažādos un mainīgos apstākļos (Dūka, 2003, 58), bet A. Vorobjovs uzsver, kad cilvēkā iedarbojas apkārtējā vide, aktualizējas subjektīvais vērtējums, to sauc par **emocijām** (Vorobjovs, 2000, 143).

Pēc M. Webster domām, **emocijai** nav vienotas atbildes par vārdu “emocijas” rašanos. Viens uzskats, ka tas ir radies no franču valodas vārda *emouvoir* (“uzkurināt”). Emocionāli pārdzīvojumi interesējuši cilvēkus no senatnes, traktātus par emocijām rakstījuši gan senās Grieķijas, gan senās Ķīnas autori (Webster, 2004, 171). Bet pēc E. Fox domām, **emocijas** ir fizioloģiskas, neiroloģiskas un verbālas reakcijas uz iekšējiem un ārējiem faktoriem (Fox, 2008, 15).

Joprojām **emocijas** ir grūti definēt, tā uzskata ASV emociju pētnieks K. Izards (Carroll Izard, dz. 1924), jo emocijas ir daudzšķautnainas un neparāda visu parādību un procesu kopumā (Izard, 2009, 16). I. Kreišmane, R. Valgere, K. Gulbe, analizējot Č. Darvina darbus, secina, ka evolūcijas procesā emocijas attīstījušās par līdzekli, kā dzīvām būtnēm atspoguļojot savas vajadzības (Krejšmane, Valgere, Gulbe, 2000, 68), savukārt amerikāņu psihologs R. Plučīks (Plučik 1962) **emocijas** uzskata kā paš aizsardzības līdzekli, kas spēlē lielu lomu indivīda izdzīvošanai visā evolūcijas laikā (Изард, 1980, 45).

A. Vartanjans, S. Petrovs lielajā enciklopēdijā raksta, ka **emocijas** izsauc cilvēka subjektīvu reakciju, iedarbojoties ārējiem un iekšējiem kairinājumiem, kas izsauc apmierinātību, vai neapmierinātību, prieku, bailes. Dažādās praktiskās dzīves situācijās emocijas parāda darbības pozitīvo, vai negatīvo pusi. Emocijas ir vienas no galvenajām iekšējās un ārējās psihe darbības regulētājiem, kas apmierina aktuālās vajadzības, dod motivāciju darbībai, rīcībai (Вартанян, Петров, 1989, 7).

Autoru kolektīvs atzīst, ka **emocijas** ir neiropsihiskās pašregulācijas komplekss, reakcija uz iekšējiem un ārējiem kairinājumiem, uzbudinājums, kas izpaužas specifiskā, samērā īslaicīgā pārdzīvojumā un reaģēšanā dažādās situācijās, patikā un nepatikā, priekā, bailēs, pārsteigumā, atspoguļojas mīmikā, žestos, valodā u.tml. Emocijām ir liela nozīme saskarsmē un kultūrā (Beļickis, Blūma, Koķe, Markus, Skujiņa, Šalme, 2000, 48). Autores K. Mārtinsone, A. Miltuze

uzskata, ka neprecīza termina “**emocijas**” lietošana var radīt pārpratumus, pretrunas un apjukumu (Mārtinsone, Miltuze, 2015, 171).

Apkopojot dažādu autoru emociju definējumus, secinu, ka **emocijas** ir neiropsihiskās pašregulācijas komplekss, reakcija uz iekšējiem un ārējiem kairinājumiem, uzbudinājums, kas izpaužas specifiskā, samērā īslaicīgā pārdzīvojumā un reaģēšanā dažādās situācijās, patikā un nepatikā, priekā, bailēs, pārsteigumā, atspoguļojas mīmikā, žestos, valodā u.tml. Emocijām ir liela nozīme saskarsmē un kultūrā

Autoru kolektīvs noskaidrojis, ka **emocijas** var izraisīt:

- konkrētas situācijas ārējā vidē;
- domas, vai pārdomas par kaut ko personiski nozīmīgu;
- organisma vajadzību apmierināšana, vai neapmierināšana;
- izziņas process un tā rezultāti.

**Emocijām ir dažādas izpausmes**, ko ļoti labi raksturo autoru kolektīvs:

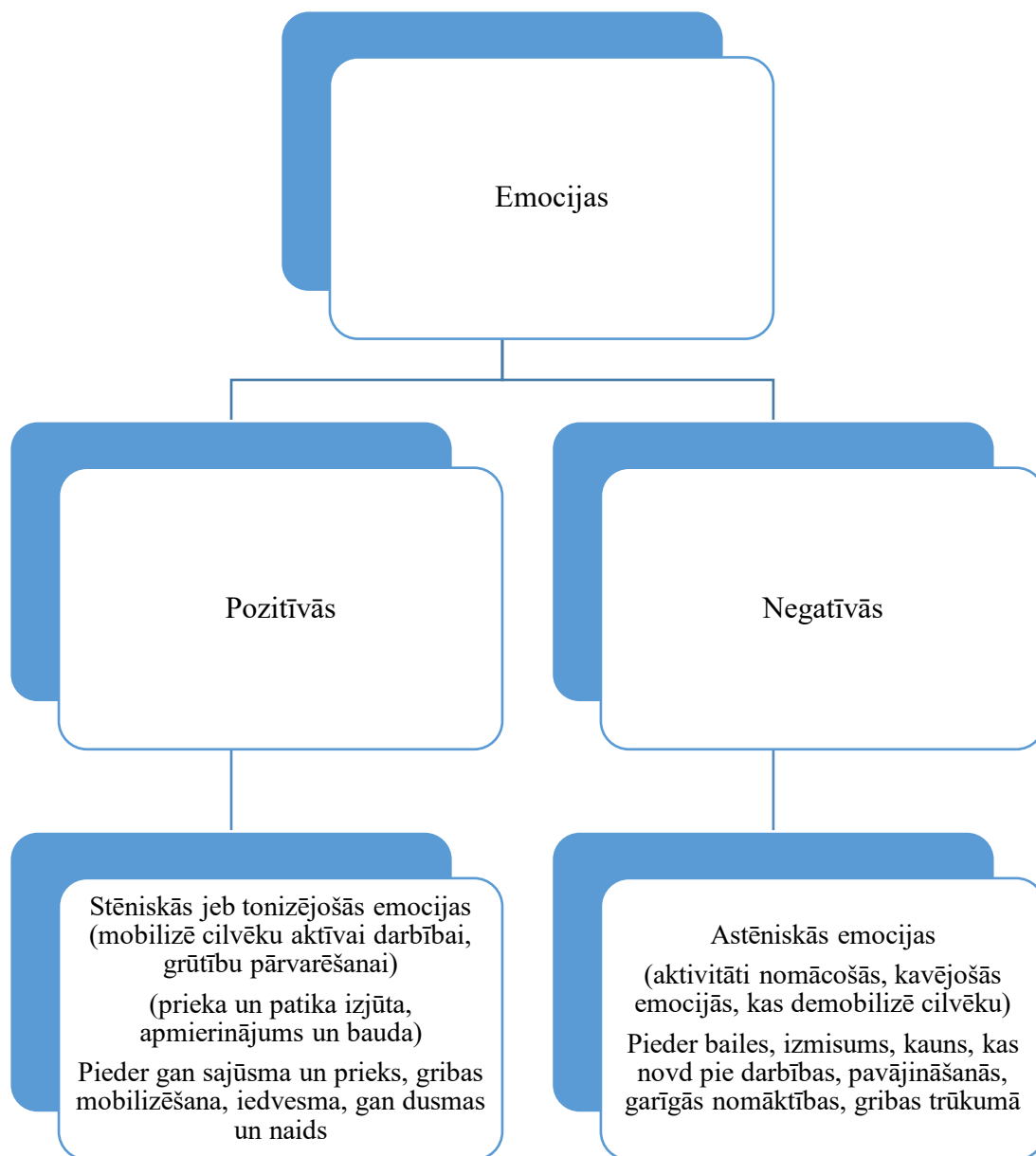
- a) pārmaiņas cilvēka uzvedība:
  - sejas mīmikā - izteiksmīgas sejas muskuļu kustības;
  - pantomīmiska – izteiksmīgas visa ķermeņa kustības;
  - runas emocionālie komponenti – intonācija, skaņas, stiprums, ritms.
- b) dažādi tipa pārdzīvojumi, ko sauc par prieku, bailēm, vai nemieru;
- c) notiek pārmaiņas organismā;
- d) izziņas daudzuma pārmaiņas – kas var būt bīstami un prasa no mums nepārtrauktu modrību, sekojot šiem objektiem (Briško, Mihailova, Mihailovs, Zakriževska, 2008, 38).

Kā savā pētījumā par emociju izpausmēm novērojušas autores K. Mārtinsone un A. Miltuze, emociju izpausmes procesā piedalās arī endokrīnā sistēma: aktivizējas iekšējās sekrēcijas dziedzeri, tādēļ asinīs tiek izsviestas dažādu hormonu papilddevas. Notiek arī virkne bioķīmisku reakciju: izmainās cukura līmenis asinīs u.c. Visas šīs izmaiņas organismā kontrolē galvas smadzenes – tās nosaka izmaiņu raksturu, ilgumu, intensitāti. Emociju ietekmē izmainās arī pašu **smadzeņu darbība**, kas atspoguļojas smadzeņu elektriskajā aktivitātē (Mārtinsone, Miltuze, 2015, 181). Autoru kolektīvs ir izcēlis galvenās **emociju īpatnības** :

- situācijas raksturs;
- priekšmetiskums;
- nepakļaušanās tiešai vadībai;

- pārslēgšanās uz citiem objektiem;
- pārvietošanās laikā un telpā (Briško, Mihailova, Mihailovs, Zakriževska, 2008, 38).

Lai izprastu pozitīvo un negatīvo emociju izpausmes, A. Valtneris aplūkojis emociju iedalījumu (sk. 1. attēlu)



**1.attēls. Emociju iedalījums (Valtneris, 2001, 43).**

D. Lieģeniece uzskata, ka pozitīvas emocijas attīstība veicina prieka afekti, kurus izraisa patīkami ārējie iespaidi, kas mudina interesi par radošo darbību (Lieģeniece, 1992, 16), bet pēc A. Tauriņas domām, bērniem negatīvu emociju (dusmas, skumjas, bailes) atpazīšana un nosaukšana sagādā lielākas grūtības, nekā pozitīvu emociju atpazīšana un nosaukšana (Špona, 2015, 114).

K. Viljunasa, J. Gippenreiters uzskata, ka emocijas ir saistīta ar ķermeni. Sejas muskuļos emociju laikā notiek elektrofizioloģiskas izmaiņas. Izmaiņas notiek smadzeņu elektriskajās aktivitātēs, asinsritē un elpošanas sistēmā. Pie stiprām izbailem sirds ritms var paātrināties no 40 – 50 sitieniem minūtē. (Вилюнаса, Гиппенрейтер, 1984, 71).

I. Kreišmane, R. Valgere un K. Gulbe, uzsver, ka emocijām piemīt kāda interesanta būtība – katrai pozitīvai emocijai atbilst pretēja emocija-negatīva, kas veido emociju polaritāti. Piemēram: prieks – skumjas (Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 72). Pirmsskolas vecums ir īpaši pateicīgs pozitīvu emociju sfēras attīstībai, līdzjušana citu priekiem un bēdām. Pozitīvu un negatīvu emociju pārdzīvojumi motivē bērna uzvedību. Pēc K. Izarda pētījumiem emocijas iedala pēc vairākiem kritērijiem:

1. Pēc ilguma izšķir 3 veidus:

- noskaņojums – ilgstoša, bet maz izteikta emocija,
- kaisle – mazāk ilgstoša, bet jau izteiktāka emocija,
- afekts – īslaicīga, bet ļoti spēcīga emocija – vētrains, emocionāls “uzliesmojums”,

2. Pēc rakstura iedala:

- pozitīvas emocijas – prieks, sajūsma, uzticība u.c.,
- negatīvas emocijas – bēdas, nomāktība u.c.

3. Pēc ietekmes uz cilvēka rīcību iedala:

- stēniskās jeb mobilizējošās emocijas. Tās mobilizē kādu šķēršļu pārvarēšanai, šeit pieder visas pozitīvas emocijas un dusmas.
- astēniskās jeb demobilizējošās emocijas. Tās traucē pārvarēt radošās grūtības. Šeit pieder izmisums, bailes, kauns (Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 71).

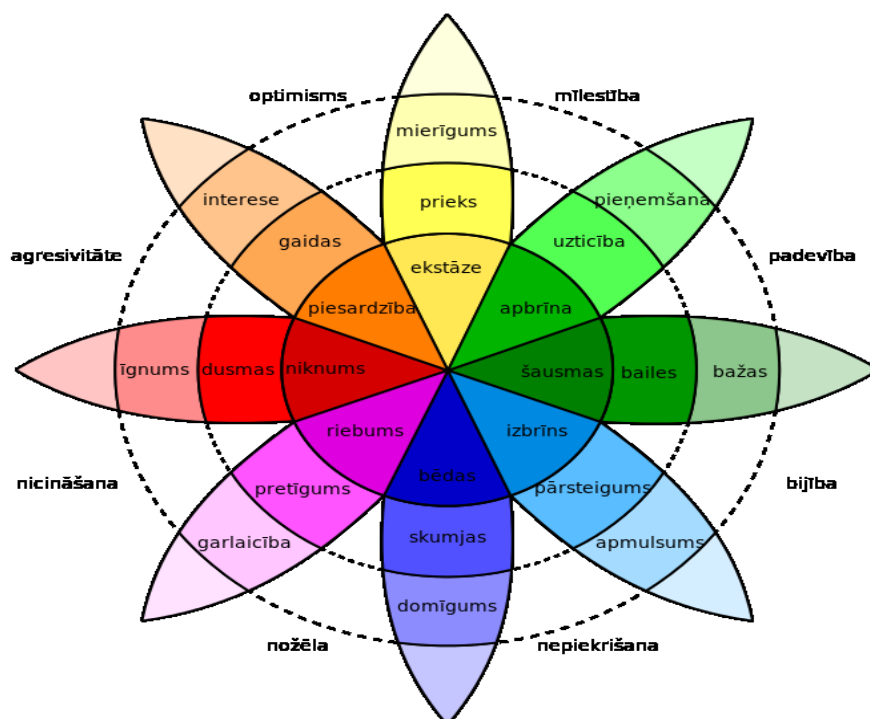
Viens no saprotamākajiem un biežāk lietotajiem emociju iedalījumiem ir K. Izarda (1924) izstrādātais **emociju iedalījums**, kurā raksturotas 11 pamatemocijas. – **interese, prieks, pārsteigums, bēdas, dusmas, riebums, nicinājums, bailes, kautrība, kauns un vainas apziņa** (sk. 1. tabulu). Viņš vairākas emocijas uzskata par fundamentālām, bet visas pārējās par atvasinātām.

*1.tabula. Pamatemociju iedalījums (Изапò, 1980, 45).*

<b>Interese</b> ir pozitīva emocija, kurai ir ļoti liela nozīme dažādu iemaņu, zināšanu apguvē, bērna intelektuālajā attīstībā. Interese var izpausties arī kā ziņkārība, zinātkāre un aizrautība.
<b>Prieks</b> ir pozitīvas emocijas izraisītāja veids, tas satuvina cilvēkus un padziļina viņu savstarpējās attiecības. Prieks sekmē pieķeršanos cilvēkam, ar kuru kopā tas izjūsts un pārdzīvots.
<b>Pārsteigums</b> izraisa negaidīti ārējie notikumi. Tie var būt pozitīvi, vai negatīvi.
<b>Bēdas</b> ir nozīmīgas negatīvas emocijas.
<b>Dusmas</b> visbiežāk parādās, kad fiziski vai psihiski šķēršļi neļauj izdarīt, sniegt vai iegūt kāroto. Dusmas palīdz mobilizēt indivīda enerģiju pozitīvi vai negatīvi.
<b>Riebumu</b> , pretīgumu izraisa fiziski sabojātas lietas, netīrība. Psihiskās parādības – cilvēka rīcība, izteikta doma.
<b>Nicinājums</b> ir pārākuma izjūta, esamība pret kādu cilvēku. Cilvēks izturas naidīgi pret to, ko viņš nicina. Dusmas, riebums un nicinājums veido agresivitāti.
<b>Bailes</b> ir viena no bīstamākajām un arī vajadzīgākajām emocijām. Bailes ir ļoti spēcīga emocija, jo negatīvi ietekmē cilvēka uztveri, domāšanu un rīcību. Bailes veic brīdinājuma funkciju un palīdz cilvēkam izvairīties no briesmām.
<b>Kauns</b> ir apzināta, visaptveroša emocija. Kauna brīdī cilvēks akcentē savas rīcības, uzvedības iezīmi, par ko viņam ir kauns. Kauns sekmē grūtu, nepatīkamu situāciju pārdomāšanu, izvērtēšanu un noved pie personības pilnveidošanās, pie ES izaugsmes.
<b>Vainas apziņa</b> ir dziļš, iekšējs pārdzīvojums, bieži vien slēpts no citu acīm. Vainas apziņa rodas situācijās, kurās cilvēks izjūt savu personisko atbildību par notikumu norisi. Šī emocija var parādīties arī nepareizas rīcības un domas rezultātā. Vainas apziņas noteicējs ir sirdsapziņa.
<b>Kautrība, samulsums</b> rodas no bezpalīdzības izjūtas, kontaktējoties ar cilvēkiem. Kautrība pazemina sociālo aktivitāti. Kautrība ir saistīta ar nepārlicinātību par sevi, savu rīcību.

Autoru kolektīvs ir akcentējis, ka visskaidrāk cilvēka sejā un ķermeņa valodā izpaužas sešas pamatemocijas: prieks, laime, riebums, pārsteigums, bēdas, dusmas, bailes. Tās nodrošina adaptāciju apkārtējā vidē un signalizē par negatīvu, vai pozitīvu tās ietekmi (Autoru kolektīvs, 2011, 50).

Amerikāņu psihologs R. Plučīks ir izdalījis patīkamās – nepatīkamās dimensijas iedalījumu 8 galvenos cilvēka emociju apakštīpos (sk. 2. attēlu), ko savos darbos izmantojis N. F. Ruso.



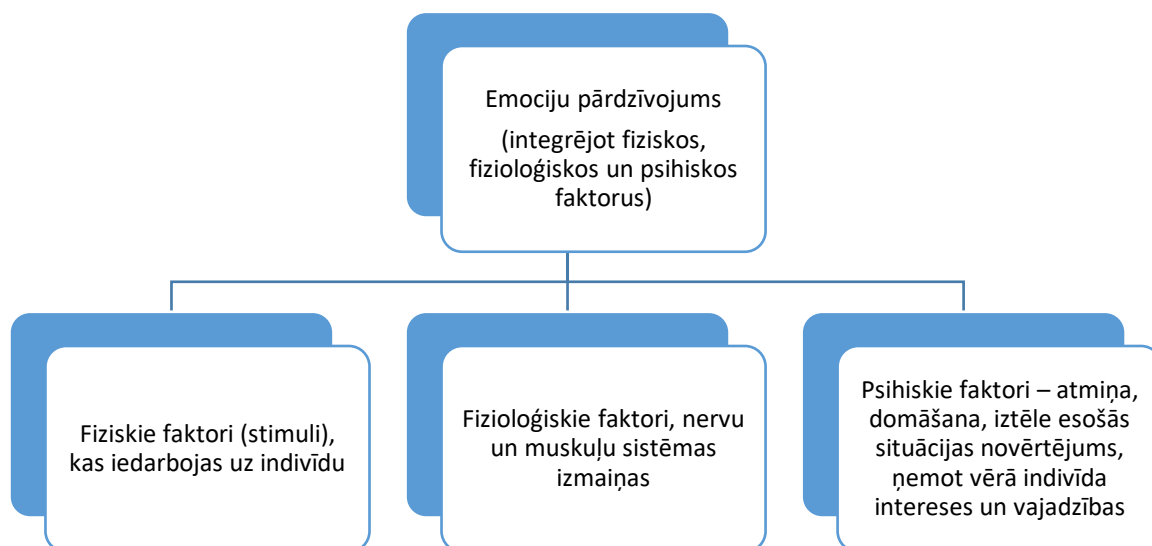
2.attēls. Plučīka “emociju aplis” (Ruso, 2000, 68).

B. Briško, S. Mihailova, I. Mihailovs, M. Zakriževska savos pētījuma darbos izdala emociju **komunikatīvo**, **signalizējošo** un **vērtējuma** funkciju (Briško, Mihailova, Mihailovs, Zakriževska, 2008, 38).

Autoru kolektīvs norāda arī, ka **emocijas** var iedalīt arī pēc vairākām citām pazīmēm:

- **pēc intensitātes** – spēcīgas un vājas emocijas – dusmas un afektīvas dusmas;
- **pēc norises ilguma** – īslaicīgas un ilglaicīgas emocijas – prieks un laime;
- **ņemot vērā polaritāti**, piemēram bailes un dusmas, bēdas un prieks, vilšanās un optimisms;
- **pēc noturības** – svārstīgas un noturīgas emocijas, piemēram - riebums ir noturīgāks, nekā dusmas (Autoru kolektīvs, 2011, 53).

Emocijas ietekmē dažādi ārējie un iekšējie faktori (sk. 3. attēlu).



**3.attēls. Emociju ietekmējošie faktori (Autoru kolektīvs, 1999, 92).**

Cilvēka dažādos laika periodos ir dažādi emocionālie stāvokļi (sk. 2. tabulu).

**2.tabula. Emocionālie stāvokļi (Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 73).**

<b>Garastāvoklis</b>	Ilgstošs emocionāls stāvoklis, kas nosaka cilvēka uzvedību. Garastāvokli ietekmē fizioloģiskie faktori – ķermeņa veselības stāvoklis, veselīgs dienas rīts, sociālā saskarsme, garastāvoklis var pasliktināties. Cilvēks vienmēr ir kādu emociju iespaidā.
<b>Afekts</b>	Vētrains, īslaicīgs, emocionāls uzliesmojums, kas pārņem visu cilvēka personību. Afekta stāvoklī cilvēks zaudē paškontroli, nevalda pār sevi, nonāk pilnīgā pārdzīvojuma varā. Afektus rada notikumi, kuriem attiecīgā brīdī cilvēka dzīvē ir sevišķi liela nozīme.
<b>Kaislības</b>	Kaislības ir spēcīgas, noturīgas emocijas kas izraisa enerģisku darbību, lai sasniegtu vēlamu mērķi. Kaislību objekts var būt māksla, tehnika, azartspēles vai kāds pretējā dzimuma pārstāvis. Kaislības var būt pozitīvas, kā arī negatīvas.
<b>Frustrācija</b>	Sasprindzinājuma stāvoklis, kas rodas, ja cilvēks nav spējis sasniegt iecerēto mērķi un apmierināt savas vajadzības.

A. Vorobjovs uzsver, ka savas emocijas cilvēks izrāda ārēji - ķermeņa stāvoklī (sk. 3. tabulu).

**3.tabula. Ķermeņa emocionālais stāvoklis (Vorobjovs, 2000, 151).**

Emocionālais stāvoklis	Žestu stāvoklis
Izbrīns	Uz sāniem izplestas rokas, plecu raustīšana.
Nožēla	Sitieni ar roku sev pa krūtīm.
Koncentrētība	Roka atbalsta zodu, pieskāriens deniņiem.
Ciešanas	Roku laužīšana, sejas aizklāšana ar rokām.
Nomāktība	Nolaisti pleci, nokārta galva.
Riebums	Plecu un visa ķermeņa notrīcēšana.
Vilšanās	Rokas vēziens no augšas uz leju.
Apmierinātība	Plaukstu trīšana.
Prieks, sajūsma	Roku vēziens (uz augšu).
Bailes	Saraušanās.

Pedagogs J. Kolominskis analizējis krieva psihologa B. Donodova iedalījumu (sk. 4. tabulu).

**4.tabula. Emociju iedalījums un ārējās izpausmes (Kolominskis, 1990, 194).**

Emociju veidi	Ārējās izpausmes
<b>Altruistiskās</b> emocijas, kas rodas, izejot no vajadzības sadarboties, palīdzēt citiem.	Izpaužas tad, ja ir vēlēšanās sagādāt citiem laimi, prieku, nemiers par kāda likteni, rūpes, līdzdzīvošana citu veiksmei un priekiem, līdzdalība, žēlums.
<b>Komunikatīvās</b> emocijas, kas rodas pamatojoties uz saskarsmes vajadzību.	Vēlēšanās būt kopā ar kādu, dalīties domās un pārdzīvojumos, simpātijas, cieņa, atzinība, pateicība.
<b>Gloriskās</b> emocijas ir saistītas ar pašapliecināšanās, ar slavas vajadzību.	Cilvēka sajūtas, kad viņš ir visu uzmanības centrā, sajūsmas objekts, izpaužas tieksmē gūt atzinību, cieņu, pārākuma izjūta.
<b>Praktiskās</b> emocijas, ko izraisa darbība, kuru veic cilvēks, sekmes, vai neveiksmes tajā.	Tādi pārdzīvojumi, kā vēlēšanās gūt sasniegumus darbā, spriedze, aizrautība ar darbu, tīkams nogurums, patīkams gandarījums par padarītu darbu.
<b>Pugniskās</b> emocijas, kuru pamatā ir vajadzība pārvarēt radušās grūtības, interese par cīņu.	Asu pārdzīvojumu alkas, briesmu riska izjūta, izlēmīgums.
<b>Romantiskās</b> emocijas, kuras pamatā ir tieksšanās pēc visa neparastā, nezināmā.	Tieksme pēc neparastā, neiepazītā, ilgas pēc kaut kā nebijuša un laba, gaiša un brīnuma gaidas.
<b>Gnostiskās</b> emocijas, kas ir saistītas ar personības izziņas darbību, jaunatklāšanas prieku.	Izbrīns un neizpratne, jūtas, kas saistītas ar tuvošanos atrisinājumam.

<b>Estētiskās</b> emocijas, ko rada mākslas darbi un dabas vērošana.	Alkas pēc skaistuma, skaistuma izjūta, gaišas skumjas un pārdomas.
<b>Hedoniskās</b> emocijas, kuru pamatā ir to vajadzību apmierināšana, kas saistītas ar fizisko un garīgo labsajūtu.	Bauda, kas gūta, fiziski izjūtot garšīgu ēdienu, sauli, siltumu, līksme.
<b>Akvizitīvās</b> emocijas, kas saistītas ar lielu krāšanu, tieksme, kurā pārsniedz praktisko vajadzību.	Tieksme kaut ko vairumā iegādāties, krājot, prieks par to, ka palielinājušies uzkrājumi.

D. Goulmens analizējot P. Ekmenu, kurš pazīstams kā eksperts emociju pētniecības jomā, norāda uz četrām galvenajām vispārzināmajām emocijām: bailēm, dusmām, skumjām, un prieku. Vairums pētnieku uzskata, ka pastāv daudz un dažādu šo pamatemociju dimensiju, variāciju un kombināciju. Piemēram, bēdas, vientulības sajūta, žēlums, nomāktība un izmisums – visi šie emocionālie stāvokļi ir saistīti ar skumjām, savukārt, laime, prieks, sajūsma, apmierinātība un jautrība saistās ar baudu (Goleman, 2006, 174).

I. Puškarevs analizējot psihologa E. Eriksona personības psihosociālā teoriju, secina, ka 3. stadija atbilst 4 – 5 g. bērna vecumam un tas ir intensīvs rotaļu laiks. Šo stadiju sauc par **lokomotoro stadiju**. Šajā posmā bērnam ir raksturīgas paaugstinātas fiziskās aktivitātes un biežas agresijas izpausmes, kurās bērns ir skaļš, uzbrūkošs, uzmācīgs. 3. stadijā ir jaunveidojumi pozitīvais – iniciatīva, negatīvais – patstāvīga vainas izjūta. Šajā stadijā nostiprinās vai nu pozitīvais, vai negatīvais bērna uzvedībā. Pedagogam jāļauj bērnam izpausties – fantazēt, rotaļāties, atbildēt uz bērna jautājumiem. Vadot pozitīvu pedagoga darbību, bērnam sāks veidoties iniciatīvas iedīgļi, kuri tiek virzīti pozitīvā gultnē (Puškarevs, 2001, 50).

Autores K. Mārtinsone un A. Miltuze apskata tīšo, netīšo emociju izpausmes. Emocijas var rasties gan kā netīša (refleksu sekas), gan kā tīša (iespējas apmierināt vajadzību izvērtējuma sekas) reakcija. Tās var būt apzinātas un radīt noteiktas izjūtas, vai darboties neapzināti, automātiski, ar mīmiku, acu izteiksmi, balss intonāciju signalizējot citiem par cilvēka nodomiem, veidojot kopīgu saprašanos (Mārtinsone, Miltuze, 2015, 182).

Savukārt S. Tūbele, atsaucoties uz šveicieša psihologa Ž. Piažē atziņām, uzsver, ka domāšana, atmiņa, iztēle, īpaši valoda – tas viss kopā veido bērna intelektu, audzina emocijas un gribu, tā ir saikne starp cilvēku un sabiedrību (Tūbele, 2002, 165), bet T. Bjūzens atzīst, ka bērna emocionālā attīstība aizsākās dzemdē, un to ļoti būtiski ietekmē vecāki, bet jo sevišķi mātes emocionālais stāvoklis, un lielā mērā arī ar mātes domām grūtniecības laikā. Personības veidošanas process prasa laiku un pūles, proti, vienlaikus pacietību, iecietību, mīlestību, izpratni attieksmē pret bērnu (Bjūzens, 2008, 66).

Turklāt G. Svence pamato, ka personības emocionālo attīstību psihologi saista tieši ar **saskarsmes attīstību**, saskarsmi – **ar socializāciju kopumā**. Tā ir spēja atsaukties uz cita cilvēka emocionālajiem stāvokļiem, iejūtību. Spēja līdzpārdzīvot kļūst par saskarsmes galveno motivāciju visā pirmsskolas bērna vecumā. Līdzjušana ir nozīmīga psihiskai attīstībai, jo spēja iejusties cita cilvēka emocionālajā stāvoklī, veicina intelektuālo un emocionālo koncentrēšanos (Svence, 1999, 58). Bet A. Špona uzskata, ka **emocionālā attīstība** ir grūti izvērtējama un pārbaudāma. Emocijas smadzenēs, jeb limbiskā sistēma ir dabas otrā ģeniālā izpausme cilvēka evolūcijā, kad, attīstoties nervu sistēmai, uz eksistences nodrošināšanu orientētajām smadzenēm pievienojas emocijas. Tas, ka radās spēja atšķirt patīkamo no nepatīkamā, bija būtisks lēciens cilvēka attīstībā. A. Špona secina, ka šo teoriju ir analizējusi Ā. Karpova. Savukārt Ā. Karpova uzskata, ka tieši tā ir ērti lietojama pedagogijā (Špona, 2004, 32). G. Svence pierāda, ka emocionālās attīstības, saskarsmes prasmju, iemaņu trūkums bērnībā var atstāt negatīvu ietekmi uz vēlākajiem gadiem – bērni nespēj izveidot pozitīvas attiecības ar vienaudžiem un pieaugušajiem, attiecības ir emocionāli aukstas. Iesaka bērnu vecākiem spēlēt ar bērnu, sarunāties, pieskarties, bieži samīļot, uzslavēt bērnu par veikumu. **Pozitīva emocionālā** atzišana bērnā attīsta drošības izjūtu, pārliecību par sevi, ticību saviem spēkiem un iespējām (Svence, 1999, 70). Lai bērns spētu vadīt savu emocionālo dzīvi, lielā mērā ir atkarīga no bērna audzināšanas ģimenē un pirmsskolā. **Pozitīvas emocijas** bērnam palīdz apgūt svarīgākos izziņas procesus – **atmiņu, uztveri un domāšanu**, pozitīvi ietekmē bērna fizisko attīstību.

*Analizējot autoru darbus, var secināt, ka **emocijas** ir neiropsihiskās pašregulācijas komplekss, reakcija uz iekšējiem un ārējiem kairinājumiem, uzbudinājums, kas izpaužas specifiskā, samērā īslaicīgā pārdzīvojumā un reaģēšanā dažādās situācijās, patikā un nepatikā, priekā, bailēs, pārsteigumā, atspoguļojas mīmikā, žestos, valodā u.tml. Emocijām ir liela nozīme saskarsmē un kultūrā*

*Ja bērnā attīstīs pozitīvas emocijas, tas sekmēs bērna veselību kopumā. Pozitīvas emocijas bērna dzīvi padara krāsaināku, interesantāku. Ir ļoti svarīgi bērnam sniegt motivāciju un pozitīvi emocionālu vidi darbībai, kas saglabājas bērna atmiņā un pozitīvi veicina bērna turpmāko darbību. Taču arī negatīvie pārdzīvojumi bagātina bērna personību. Negatīvās emocijas ļauj izjust nepatīkamas izjūtas, kuras veicina darboties pozitīvā virzienā, iegūstot pozitīvas emocijas. Emocijas iedala pozitīvās, negatīvās emocijās, savukārt pozitīvās emocijas iedalās stēniskās jeb tonizējošās. Negatīvās emocijas iedala astēniskās. Bērnā veidojot pozitīvās jeb stēniskās emocijas var caur rotaļu, saskarsmi, samīļošanu, uzslavu, sakārtotu rotaļvidi, atbilstošu bērna vajadzībām un vecumam. Lai neveidotos bērnam pārsvarā negatīvās emocijas, nenomākt bērnā radošo iniciatīvu, biežāk paslavēt, darboties kopā ar bērnu.*

*Emociju ietekmējošie faktori ir fiziskie, fizioloģiskie un psihiskie faktori. Ņemot vērā šos nosacījumus, bērņā attīstīsies pozitīvi emocionāls noskaņojums, kas sekmēs bērņam pilnvērtīgu attīstību.*

## **1.2. 4 - 5 gadīgo bērņu raksturojums pētāmā temata aspektā**

G. Svence uzskata, ka 4 – 5. g. veciem bērņiem raksturīga liela kustību aktivitāte, augšana, koordinācijas spēju pilnveidošanās. Viņi veic sarežģītas kustības: lec uz vienas kājas, lec lieliem lēcieniem uz priekšu, balansē uz vienas kājas, izdara dažādus palēcienus un rāpjas pa stieņiem. Viņi nepārtraukti nodarbojas ar fiziskiem vingrinājumiem. Bērņu muskuļi šajā vecumā ir labāk attīstīti, bērņš spēj tos kontrolēt. Sīkā pirkstu muskulatūra vēl tikai attīstās, 4 – 5 gadu vecumā bērņiem var būt grūtības griezt ar šķērēm, līmēt papīra aplikācijas, precīzi nokrāsot malu, nepārkrāsojot pāri, uzvērt krelles, satvert zīmuli ar īkšķa un divu pirkstu palīdzību. Šīs darbības ir jāattīsta. Šajā vecumā pilnveidojas prasmes un iemaņas koncentrēt uz sīkām lietām un vienlaikus uz vairākām, jo acu un roku koordinācija pilnveidojas, acu attīstīšanās vēl nav beigusies (Svence, 1999, 77). Tomēr K. A. Hansena, R. K. Kaufmane, St. Saifers raksturo bērņu aktivitātes. Bērņi vecumā starp četriem un pieciem gadiem bieži jūtas neuzvarami un gatavi ar visu tikt galā. Viņi izrāda empātiju citiem un runā par savām un citu izjūtām, pārbauda noteiktās robežas un loģiski pamato savu uzvedību, kad pieaugušie izvairās teikt patiesību. Vēl vairāk, viņi prot vispārināt no vienas darbības, vai situācijas otru. Bērņi bieži vien ir piemīlīgi un cenšas izpatikt pieaugušajiem. Viņiem piemīt humora izjūta, tur bieži vien izgudro muļķīgus jociņus, ko atkārti neskaitāmas reizes (Hansena, Kaufmane, Saifers, 2002, 26). Un A. Špona uzsver, ka 4 un 5 g. vecumā bērņš spēj izteikt savas emocionālās domas vārdos. Viņi cenšas atdarināt pieaugušo darbību un lomu rotaļās. Spēj reaģēt uz līdzcilvēku satraukumu (mēģina palīdzēt, izrāda mīlestību, atbalsta). Sāk izprast noteikumus, robežas, ko drīkst, ko nedrīkst, kas labs, kas slikts. Mācās izprast **“labo” un “slikto”** priekštos par sevi un citiem (Špona, 2015, 113).

Sākot ar 4 gadiem parādās spēja atšķirt patiesās **emocijas** no ārēji paustām emocijām, īpaši tas attiecas uz negatīvām emocijām. 4 – 5 gadu vecumā var novērot arī emocionālus traucējumus, kuri var izraisīt bērņā emocionālu nelīdzsvarotību. Bērņš ir viegli uzbudināms, kas bieži ir par iemeslu negatīvai darbībai. Konflikta situācijas ar vienaudžiem, emociju izpausmes šādiem bērņiem ir raudāšana, kliegšana, niknuma uzliesmojumi. Taču kopumā viņu attieksme pret saviem vienaudžiem ir labvēlīga. D. Vikofs un B. Anela rezumē, ka četrgadīgs, piecgadīgs bērņš ir:

- Ļoti aktīvs;
- Iesāk kaut ko darīt, taču ne vienmēr pabeidz;
- Ir lielīgs, uzpūtīgs;
- Spēlējas ar citiem bērniem, taču ir pašpārliecināts;
- Īslaicīgi sastrīdas;
- Daudz stāsta, pārspīlē;
- Smejas, ķiķina;
- Tūļājas;
- “Kā?” un “Kāpēc?” uzdošanas laiks;
- Ir ļoti rosīga iztēle;
- Izrāda atkarību no vecākiem (Vikofs, Anela, 1998, 16)

Savukārt D. Lieģeniece secina, ka bērni ir ar zināmu emocionālu aizturi, ar negatīvu un noraidošu attieksmi pret saskarsmi ar apkārtējiem. Viņi izvairās no kontaktiem, taču no malas tomēr raugās u z citu aktivitātēm grupā (Lieģeniece, 1999, 52). G. Svence novērojusi, ka 4 – 5. g. vecuma bērna kognitīvās attīstības raksturojumā, galvenā pamatpazīme ir simbolu izmantošana, arī vārda kā simbola apguve. Vispirms bērns simbolus apgūst atdarināšanas procesā, reproducē darbības, kuras iepazinis pagātnē, pieredzē, kā arī apgūst simbolus priekšmetu un lomu rotaļās (Svence, 1999, 79).

A. Vorobjovs secina, ka antīkie domātāji uzskatīja, ka cilvēka psihiskās īpatnības nosaka tas, kura no “dzīvības sulām” – asinis, gļotas, dzeltenā, vai melnā žults organismā ir pārsvarā. Atkarībā no tā cilvēkus iedalīja 4 temperamenta pamattipos. Romiešu anatoms K. Galēns izveidoja pirmo temperamenta tipoloģiju (sk. 5. tabulu).

**5.tabula. Temperamenta tipi un raksturīgās pazīmes (Pēc K. Galēna. Vorobjovs, 2000, 176).**

Temperamenta tipi	
<b>Sangviniķis</b>	Dzīvā tipa cilvēkam jeb <b>sangviniķim</b> uzbudinājums ir stiprs, līdzsvarots ar kavēšanu, šie procesi ir kustīgi, ātri nomaina viens otru. Šie cilvēki ir droši, dzīvespriecīgi, viņi viegli pārvar grūtības, ir savaldīgi, ātri pierod pie apstākļu maiņas. Parasti viņi ir apdāvināti un aktīvi.
<b>Flegmatiķis</b>	Mierīgā tipa cilvēkam jeb <b>flegmatiķim</b> uzbudinājums ir stiprs. Tas ir līdzsvarots ar kavēšanu, bet šie procesi ir mazkustīgi, tie viens otru nomaina lēnām. Šie cilvēki ir droši, viegli pārvar grūtības, ir savaldīgi, bet lēni pieņem lēmumus un gausi tos izpilda.
<b>Holeriķis</b>	Uzbudinājuma tipa cilvēkam jeb <b>holeriķim</b> uzbudinājums ir spēcīgāks par kavēšanu. Uzbudinājums ir stiprs, tāpēc šie cilvēki ir nesavaldīgi, nervozi, ātri par visu uztraucas.
<b>Melanholiķis</b>	Vājā tipa cilvēkam jeb <b>melanholiķim</b> uzbudinājums ir vājš. Šie cilvēki nepaļaujas uz saviem spēkiem, dzīve viņiem liekas nepārvaramu šķēršļu un grūtību pilna.

Pēc autoru kolektīva uzskatiem, **temperaments** ir cilvēkam piemītošās individuālās psiholoģiskās īpašības, kas nosaka cilvēka darbības veidu. Temperaments ir relatīvi noturīgs un nemainīgs. To nosaka bioloģiski iedzimtas īpatnības. Ļoti reti iznāk sastapt “tīru” temperamentu tipu. Pārsvārā ir sastopami tipi ar vairākiem temperamenta tipiem raksturīgām iezīmēm. Saskaņā ar H. Aizenka teoriju, cilvēka temperamentu nosaka 2 pamatrādītāji (sk. 6. tabulu)

**6.tabula. Temperamenta tipi (Pēc H. Aizenka. Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 100).**

<b>Ekstravertais (vērstis uz ārpusi)</b>	<b>Ekstravertie</b> ātri sadraudzējas, viegli pielāgojas apstākļiem, ārēji viegli ietekmējami, ir sabiedriski, nepatīk vientulība, impulsīvi, bieži nonāk darbības maiņā, optimistiski, nosliece uz agresivitāti, dažkārt nesavaldīgi.
<b>Intravertais (sevi noslēdzies)</b>	<b>Intravertie</b> ir vairāk domātāji, ar savu konkrēto viedokli, kuru grūti ietekmēt, vairāk noslēgti sevī un vērotāji, savaldīgi, nav agresīvi, nedaudz pesimistiski.

Bērnu temperamenta izpēte aizsākās 1965. gadā, kura autori bija Aleksandrs Tomass (Alexander Thomas 1914 – 2003) un Stelle Česa (Stella Chess 1914 – 2007). Pētījums ilga 30 gadus, un tajā tika secināts, ka pastāv **trīs** atšķirīgas temperamenta grupas: **grūtais, vieglais un lēni iesilstošais temperaments**. **Grūtais temperaments** nozīmē bioloģisko funkciju regularitātes trūkumu, intensīvas emocionālās reakcijas, negatīvu reakciju uz jauno, vāju pielāgošanos, augstu sensoro jūtīgumu un biežu negatīvo noskaņojumu. Bērni ar grūto

temperamentu raud ilglaicīgi un spēcīgi, satraukušies ir grūti nomierināmi, viņiem ir grūti pieņemt visu jauno, kas notiek apkārtējā vidē. Šo bērnu bioloģiskās funkcijas, ir grūti paredzamas un neregulāras. Bērnus, kuru uzvedība un reakcijas bija pretējas iepriekš minētām, pētījuma autori raksturoja kā bērnus ar **vieglu temperamentu**. Bērniem ar **lēni iesilstošo temperamentu** raksturīgs zems aktivitātes līmenis, viņi lēni pielāgojas jaunām situācijām un cenšas izvairīties no nepazīstamiem cilvēkiem (Chess, 1997, 125).

Mūsdienās bērnu temperamenta izpēte turpinās un šobrīd vienu no vadošajām pieejām pārstāv Mērija Rotbarta (Mary Rothbart, dz.1940), kura uzsver mijiedarbību starp bērna reaktīvajiem impulsiem un viņa centieniem tos regulēt. Rotbarta temperamenta struktūrā izdala trīs plašas dimensijas:

- 1) **reaktīvāti** – motorās darbības, temps un kustību diapazons, pozitīvas emocijas un uzbudinājums, uztveres jūtīgums;
- 2) **negatīvā emocionalitāte** – nespēja nomierināties pēc satraukuma, izbīļa reakcija uz jauniem sociāliem stimuliem, negatīvas emocijas, sastopoties ar savas darbības šķēršļiem, skumjas, raudulīgums un pazemināts aktivitātes līmenis;
- 3) **reakciju apzināta kontrole** – spēja noturēt uzmanību uz objektu vai uzdevumu, labsajūta no zemas intensitātes stimuliem, vēlme pēc emocionāla siltuma un pozitīvas saskarsme ar citiem cilvēkiem, spēja nomierināties (Rothard, 2011, 126).

Par bērna temperamenta izpausmēm uzsvērušas autores, M. Mārtinsone un A. Miltuze. Jāatceras, ka bērnam ir divvirzienu attiecības, tātad noteikta veida temperaments var provocēt noteikta veida audzināšanas stilu. Piemēram, augsta negatīvā emocionalitāte var vecākos izsaukt atbildes reakciju – attālināšanos no bērna, kas savukārt veicina viņa mēģinājumus nomierināties pašam, bez aprūpētāja un vēlāk var izvērsties par negatīvu saskarsmi un uzvedību (Mārtinsone, Miltuze, 2015, 311). Savukārt D. Lieģeniece uzskata, lai bērņā veidotu pozitīvu emocionālu noskaņojumu un izprastu bērnu, viņa rīcību, pedagogam ir jāzina bērna vecumposma raksturojums (sk. 7. tabulu).

7.tabula. 4 – 5 gadu veca bērna raksturojums dažādu teoriju skatījumā (Lieģeniece, 1999, 39).

Teorijas nosaukums	Vecumposma apzīmējums	Vecumposma raksturojums
Psihosociālā, psihoanalītiskā teorija (Ē. Eriksons)	Lokomotoriskā stadija.	Šajā periodā vai nu nostiprinās bērna iniciatīva, vai arī parādās patstāvīga vainas apziņa. Ja pieaugušie netraucē bērnam fantazēt, rotaļāties, atbild uz viņa jautājumiem utt., bērnam sāk veidoties iniciatīvas iedīgļi. Ja tiek pieprasīta bērna atkarība no pieaugušā, ierobežota autonomija, bērnam rodas vainas izjūta, var veidoties agresivitāte, atreibība.
Kognitīvā teorija (Ž. Piažē)	Pirmskonceptuālā domāšana un intuitīvās inteliģences periods.	Vārds apzīmē lietas simbolu. Veidojas spontānas emocijas, spontānas sociālās mijattiecības, kurās bērns ir pakļauts pieaugušajiem. Bērna izpratni lielā mērā nosaka, viņa uztvere. Viņam nepiemīt pieaugušajam raksturīgais loģiskās, analītiskais domāšanas process. Bērna emocijas ir sociāli spontānas.
M. Montessori teorija	Koordinācijas un muskuļu attīstības sensitīvais periods un taustes sensitīvais periods.	Periods, kurā bērnam ir interese par maziem priekšmetiem. Kustību bagātināšanas periods, kurā apzinās secību laikā un telpā, izrāda interesi par “taisnību un uzticēšanos”. Sensorās bagātināšanās periods. Jūtīgums pret pieaugušo ietekmi. Taustes sensitīvais periods.

Balstoties pēc valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām, 4 – 5 g. vecuma bērnam jāapgūst noteiktas prasmes, lai pilnvērtīgi attīstītos (sk. 8. tabulu).

8.tabula. Attīstību jomas (Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām, 31.07.2012. MK Nr.533).

Attīstības jomas		
Fiziskā attīstība	Psihiskā attīstība	Sociālā attīstība
Izpilda pamatkustības un orientējas telpā.	Klausās, uztver, stāsta, pauž attieksmi pret dzirdēto.	Nosauc savu vārdu, stāsta par sevi.
Notur līdzsvaru.	Iejūtas dažādos tēlos, attēlo ar kustībām, žestiem, mīmiku un runu, skandē tautasdziesmas un runā dzejoļus.	Vērtē savu un citu rīcību, pauž attieksmi pret to.
Attīsta roku sīko muskulatūru, šķiro, ver, ber, saliek.	Novēro pārmaiņas cilvēkā, dabā un sabiedriskās dzīves norisēs, stāsta par saviem novērojumiem, orientējas tuvākajā apkārtnē.	Veic vienkāršus pašapkalpošanās darbus, ievērojot apgūtos ugunsdrošības un elektrodrošības noteikumus.

Ir pozitīva attieksme pret fiziskām aktivitātēm.	Klausās mūziku, dzied, dejo, muzicē un ritmizē.	Ievēro personīgo higiēnu, lieto veselīgus pārtikas produktus un veic fiziskās aktivitātes.
Izrāda vēlmi aktīvi darboties.	Radoši izmanto dažādus materiālus, tehnikas un paņēmienus tēlotājdarbībā un rokdarbos.	Jautā un atbild uz jautājumiem par sevi, savām prasmēm.
Ievēro drošības noteikumus fiziskajās aktivitātēs.	Pazīst un pauž emocijas mijiedarbībā ar apkārtējo pasauli.	Prot palūgt un pateikties,
Izpilda vingrojumus un vingrinājumus kustību koordinācijas attīstīšanai: soļo, skrien, rāpo, rāpjas, veļas, lien, lec, met, tver.	Pieņem sevi un citus, jūt līdzī, lūdz un sniedz palīdzību.	Sadarbojas ar bērniem.
	Ir motivēts turpmākās izglītības apguvei.	Reaģē uz pieaugušā norādījumiem (pamudinājums, iedrošinājums, aizrādījums), pamato savu rīcību.
		Izvēlas nodarbošanos patstāvīgi.
		Iesaistās grupu rotaļās.

A. Pavlova žurnālu rakstā par emociju kultūru uzskata, ka lai bērnos veidotu pozitīvu emociju attīstību, bērnam jā māca atpazīt emocijas un prast tās regulēt intelektuālajā, gribas, sociālajā jomā, tā attīstot darbības prasmes un attieksmi pret apkārtnē notiekošo. Ja nav attīstītas prasmes regulēt emocijas, var paaugstināties psihes traucējumi bērna darbībā. Negatīvām izpausmēm kā skaudībai, naidam, bailēm ir negatīvs spēks, bet pozitīvas emocijas – smieklis, prieks, pateicība, līdzjušana nostiprina veselību, veicina dzīvesprieku (Pavlova, 2017, 14).

*Apskatot 4 temperamenta tipus, kuri iedalās sangviniķis, flegmatiķis, holeriķis, melanholiķis, secinu, ka temperamentus ietekmē emocijas, kuras izpaužas apkārtējās vides un cilvēku darbības ietekmē. Noskaidroju, ka ekstraverti cilvēki ir komunikabli, viegli pielāgojas apkārtējai videi. Turklāt, intraverti ir uz iekšu vērsti, noslēgti sevī, maz aktīvi.*

### 1.3. Pozitīvas emocionālās attīstības sekmēšanas pamatnosacījumi dienas ritā pirmsskolā

V. Avaņsova uzskata, ka pirmsskolā paredz bērnu fizisko, tikumisko, estētisko audzināšanu, atbilstoši bērna vecumam un individuālajai psihofizioloģiskajai attīstībai. Organizējot dienas ritu, viņu daudzveidīgo aktīvo darbību, pedagogam jā rūpējas par katra bērna veselības aizsardzību un nostiprināšanu, par viņa pilnvērtīgu fizisko attīstību, dzīvespriecīgu, pozitīvu emociju radīšanu (Avaņsova, 1986, 13). I. Rubanas atziņas par dienas rita nozīmi bērna pozitīvai emocionālai attīstībai. Dienas rits ir saprātīgi saplānots laiks visiem dienas darbiem un atpūtai (Rubana, 1998). A. Vecgrāve atzīst, ka dienas rits pirmsskolā bērniem ir nepieciešams. Tas veicina bērniem pozitīvi emocionālo attīstību. Bērni, kas pieraduši pie noteikta ritma, jūtas labāk. Taču tam ir jābūt elastīgam un saprātīgam. To sastādot, jāņem vērā arī pašu bērnu vēlmis (Vecgrāve, 2005, 18).

Savukārt K. A. Hansena, R. K. Kaufmane, St. Saifers uzsver, ka dienas ritā atspoguļojas līdzsvars starp aktīvo un mierīgo laiku. Pietiekami daudz laika ir jāparedz bērna izvēlētiem aktivitātiem, dažādu materiālu izpētei grupā, kā arī nodarbēm svaigā gaisā. Laiks tiek ielānots ar bērna darbības pāreju no vienas aktivitātes uz citu, tas dod iespēju pedagogam novērot viņus, runāt un strādāt ar bērniem individuāli un apakšgrupās. Dienas kārtībai, rakstiskā veidā, papildinātai ar ilustrācijām, ir jāatrodas redzamā vietā pie sienas (Hansena, Kaufmane, Saifers, 2002, 77).

Pedagoģe J. Gīpenreitere uzsver, ka audzinot bērnu, vajag ievērot, cik veiksmīgi tiek apmierinātas viņa vajadzības (Gīpenreitere, 2012, 34).

**Vajadzības** ir cilvēka aktivitātes galvenais avots un ir cilvēka apzināta un pārdzīvota nepieciešamība pēc tā, kas uztur viņa dzīvību un veicina personības attīstību (Kreišmane, Valgere, Gulbe, 2000, 88). H. Smita raksta, ka bērniem ikvienā vecuma un attīstības posmā ir noteiktas vajadzības (Smita, 2001, 20). E. Vanaga un M. Biseniece akcentē, ka amerikāņu psihologs Abrahams Maslovs (1908 – 1970) par personības vajadzībām runā kā par vajadzību hierarhiju. Viņš vajadzības ir sakārtojis piecos līmeņos:

1. Fizioloģiskās vajadzības – bērniem ir nepieciešamība pēc barības, ūdens, apģērba
2. Drošības vajadzības – drošu vidi
3. Piederība un mīlestība vajadzības – nepieciešamība pēc attiecībām, savstarpējās pieķeršanās, mīlestības, piederības pie kādas cilvēku grupas - ģimenes
4. Pašcieņas vajadzība – savas kompetences izjūta, nepieciešamība saglabāt augstu pašcieņu un iegūt apkārtējo cilvēku cieņu.

5. Pašaktualizēšanās vajadzība – sevi apliecināt, aktualizēt (Biseniece, Vanaga, 2011, 64).

H. Smita atzīst, ka bērnam mīlestība un rūpes, bez jebkādiem nosacījumiem, jāpauž ar pieaugušo darbību, savu piemēru un attieksmi pret bērnu tā, lai viņš to saprastu un uztvertu. Bērna pozitīvai emociju attīstībai ir būtiska nozīme, ja viņš jūt, ka tiek mīlēts, lai bērnam ir cilvēki, kurus arī viņš var mīlēt (Smita, 2001, 21). Tomēr J. Gipeņreitere apstiprina, ka bērnam vajadzīgs apliecinājums no pieaugušo puses, ka viņš jūms ir dārgs, vajadzīgs, svarīgs, ka viņš gluži vienkārši ir labs. Viņa uzskata, ka pedagogiem un vecākiem vajag ievērot, vai tiek apmierinātas bērna individuālās vajadzības. Galvenais “klupšanas akmens” vecāku un pedagogu pūliņos ir nerēķināšanās ar vienu no bērna pamatvajadzībām – vajadzību pēc brīvības un pašnoteikšanās, un pat vēl vairāk – to ierobežošana, kas neveicina bērnam pozitīvu emociju attīstību (Gipeņreitere, 2012, 13).

H. Helminga, iepazīstoties ar M. Montesori atziņām, secina - pedagogs, kas liedz bērnam rīcības brīvību, nogalina tā attīstību, dabiskos spēkus, bērna radošā iniciatīva tiek apslāpēta, kā rezultātā veidojas negatīvas emocijas, kas neveicina bērnam veselīgu attīstību (Helminga, 2006).

Autori V. Gēbels un M. Gloklere uzsver, ka bērns, cenšoties darboties bez pieaugušā palīdzības, **4 - 5 gadu** vecumā jau var parādīt zināmu neatkarību. Viņš nereti nonāk konfliktā ar pieaugušajiem – spītība, kaprīzes, negatīvisms rodas, ja pieaugušie nerespektē viņa vajadzības un jaunveidojumus. Ap četriem gadiem veidojas zināms **vajadzību** un **vēlējumu** izkārtojums pēc prioritātēm. Bērnā veidojas dominējošās ievirzes: vieniem tās ir egoistiskas, citiem, gluži pretēji - nesavtīgas, kas izpaužas izpalīdzībā, līdzjūšanā. Izvirzīto mērķu sasniegšanā (Gēbels, Gloklere, 2009, 178).

V. Golubina akcentē, ka 4 - 5 gadu vecumā sižetiskās lomu rotaļas bērnu virza uz saskarsmes formu izzināšanu, emocionālo attīstību. Attīstās vajadzību motivējošā sfēra – veidojas vajadzība pēc darbības novērtējuma. V. Goubina raksta, ka psihologs D. Elkoņins atzīst, ka bērns emocionāli attīstās rotaļājoties, jo tā ir bērna dabiska vajadzība izspēlēt visu, ko redz sev apkārt pieaugušo darbībā un attiecībās (Golubina, 2007, 85).

D. Lieģeniece raksta, ka grupas telpu vide (mēbeles, rotaļlietas, attēli, mākslas darbi, sadzīves priekšmeti, darba materiāli, uzskate u.c.) ir līdzeklis bērna ievadīšanai ārējās pasaules uztverē un tās dažādu parādību apjēgšanā. Lietu vide ir orientēta uz bērna personības izaugsmi kopveselumā, kas veicina bērna pozitīvu emociju attīstību visā dienas ritā. Tā ir vide, kur radīti nosacījumi sensoro orgānu un fiziskās koordinācijas attīstībai, vispārējo darbības paņēmieni apguvei, zināšanu, prasmju, iemaņu, paradumu veidošanai (Lieģeniece, 1999, 126). Bet V. Golubina akcentē, ka nedrīkst aizmirst, ka bērns iespaidus uztver ar emocijām un tā veidojas

bērna emocionālā būtība, kas nosaka, kādu bērns redzēs šo pasauli un savus tuvākos. Tikai pakāpeniski emocionālā pasaules uztvere pārtop par uztveri ar prātu. Tāpēc jo svarīgi ir, kā pedagogs “atvērs” un virzīs bērna emocionālo pasauli. Bērns progresēs un attīstīsies tieši tik, cik pratīs viņu ieinteresēt un rosināt viņa motivāciju. Bērns jāuzslavē, tas veidos viņa pārliecību par sevi, augs bērna pašvērtējums. Ja bērnu pelsiet, viņš zaudēs ticību sev un kļūs nedrošs, zudīs vēlme darboties. Var rasties psihiķa aizture, vai arī bērns noslēgsies sevī. Dažreiz nosodījums, ja tas tiek bieži atkārtots, var izraisīt arī agresivitāti. Pedagogam jācenšas izprast bērna emocionālo pasauli un to, ka caur emocijām bērni izjūt attiecību raksturu un mācās ieņemt savu vietu pasaulē.

Emocionālās attīstības svarīgumu izceļ psihologi A. Maslovs, Ē. Ēriksons un H. Gārdners. Viņi uzskata, ka ir svarīgi, kā bērns izturas pret sevi, pret pieaugušajiem un vienaudžiem, kā bērns pārdzīvo prieku – veiksmes un bēdas – neveiksmes. Šajā vecumu posmā bērniem ir strauji, svārstīgi emociju uzplūdi. Viņi vienlaicīgi spēj būt dusmīgi un līdzjūtīgi, priecīgi un ļauni. Smadzeņu attīstības pētījumi rāda, ka bērni nespēj koncentrēties mācībām, ja netiek apmierinātas viņu emocionālās vajadzības, tāpēc svarīgi pievērst uzmanību bērna emocionālajam stāvoklim. (Golubina, 2007, 164). Savukārt Ā. Kārpova uzskata, ka ģimenes vide – tā ir vecāku attieksme pret bērnu, ģimenes tradīcijas (Karpova, 2000, 26).

Autoru kolektīvs uzsver, ka bērna pozitīvu emocionālu attīstību visvairāk ietekmē ģimene, tajā notiekošie procesi, jo mijiedarbība ar vecākiem, vecvecākiem, brāļiem, māsām un citiem radniekiem sākas jau ar pirmo dzīves gadu. Ģimene dod pirmo pieredzi, iespaidus un zināšanas par sevi, citiem un cilvēku savstarpējām attiecībām, attīstot emocionālos impulsus. Turpmākā dzīves laikā šai pieredzei ir ļoti būtiska nozīme, jo tā tiek izmantota, veidojot jaunas attiecības ar citiem cilvēkiem.

Pirmās emocionālās attiecības starp bērnu un māti lielā mērā nosaka, kāds būs bērns, vai viņš būs pastāvīgs, pārliecināts par sevi vai arī kļūs noslēgts, viegli iespaidojams, nepārliecināts par sevi. Māte ieliek pamatu bērna attiecībām ar cilvēkiem – ticību sev un pasaulei, dod drošības izjūtu, ko bērns izmanto, izzinot pasauli. Mīlošs tēvs attīsta bērnam vajadzību pēc sabiedrības, vēlmi darboties tās labā. Tātad ģimene ietekmē gan bērna pašvērtējumu, gan prasmi kontaktēties, gan spēju pielāgoties dažādām situācijām sabiedrībā, kas ir pamats personības attīstībai (Autoru kolektīvs, 2011, 192)

Ā. Karpova secina, ka no sociālās psiholoģijas viedokļa, pirmais ģimenes analīzes veids ir redzēt tajā sociālo grupu kopdarbībā, mājsaimniecībā. Šo pieeju ņemot, ir **izdalīti 7 mūsdienu ģimenes tipi.**

1. **Kopība, korporatīvas sadarbības ģimene**, kurā ģimenes locekļus apvieno viena galvenā, vai vairākas nozīmīgas sadarbības aktivitātes, kopīgas saimniecības intereses.
2. **Paplašināta ģimene** – kopā dzīvo vairākas paaudzes, maz saistīta ar saimniecisko sadarbību. Uz neilgu laiku šā tipa ģimene var apvienot pat četras paaudzes.
3. **Dzīvesbiedru ģimene** – ģimene, kurā nav vai kamēr tajā nav bērnu. Pastāvot incesta tabu, vīrs un sieva nāk no dažādām ģimenēm (dzimtām) un tāpēc ir saistīti kā dzīvesbiedri, nevis kā radnieki.
4. **Nukleārā ģimene** sastāv tikai no vecākiem un bērniem. Šis ģimenes tips ir universāls, var pāriet pirmajos divos un veido to serdi. Tā ir maza sociāla grupa, kurā bērni dzimst ar dažu gadu intervālu (vairākumā gadījumā ik pēc diviem gadiem) un viņus patur ģimenē, kamēr tie sāk sevi aprūpēt. **Šis tips mūsdienās ir izplatītākā ģimene forma.**
5. **Eksperimentālā ģimene**, piemēram, **vakara** ģimene, kaut arī tai var būt dažādu formu. Šajā gadījumā tiek meklēti jauni ģimenes sakārtojumi atbilstoši izmainītajai sociāli ekonomiskajai situācijai. Tikai vakaros laulātie redz viens otru un bērnus viņiem piederošās privātās telpās. Ģimene kopā ražo un tērē maz vai nemaz. Viņu sadarbību veido sociālie, emocionālie kontakti.
6. Citas formas – **ģimenes – grupas** vai **ģimenes – komūnas**, kad moderni jauni cilvēki nodibina savas mazas grupiņas, cik vien var, izolēti no sabiedrības. Viņi cieši sadarbojas. Parasti pastāv neilgu laiku.
7. **Dislokāla** gadījumā ģimenei pieder vairākas mājas vai dzīvokļi, līdz ar to dzīvesbiedri daudzkārt ilgi un bieži dzīvo atsevišķi, maz risina kopīgas sadzīves jautājumus, galveno uzmanību veltot savstarpējām attiecībām, kas faktiski arī ir ģimenes un laulību pamats (Karpova, 2006, 15).

#### **Ģimenes funkcijas:**

- Reproductīvā funkcija, kuras būtība ir apmierināt cilvēka vajadzības pēc pēcnācējiem (vēlēšanos būt vecākiem).
- Socializācijas funkcija – ģimene, māte, tēvs, veido pirmo bērna sabiedrības un līdz ar to, ikdienas uzvedības paraugus, normas.
- Audzinošā funkcija – kuras plašākā būtība ir cilvēces kultūras nepārtrauktības audzināšana, sadarbojoties vairākām paaudzēm. Produktīva un konstruktīva ģimenes audzināšana ir spēcīgs garants bērnu iekšējās pasaules veseluma, pilnvērtības apziņas, pozitīva pašvērtējuma nodrošināšanai.
- Sadzīves materiālās nodrošināšanas funkcijas saturā ietilpst fiziskās aprūpes izdzīvošanas aspekti – mitekļa nodrošinājums, apģērbs, barība utt.;

- Respektīvā funkcija – atpūtas iespējas, noteiktas kārtības, dzīves ritma un organizācijas nodrošināšana, ievērojot ģimenes locekļu individuālās īpatnības, lai atjaunotu fiziskos un garīgos spēkus.;
- Komunikatīvā funkcija – ja ģimenē apvienojas līdzīgi domājošie un darošie. Sevišķi svarīga ir savstarpējo attiecību kultūra, to veidošana, uzturēšana, bagātināšana, izvairīšanās no konfliktiem.
- Psihoterapeitiskā funkcija – sekmīga tad, ja visi ģimenes locekļi var palīdzēt cits citam nodrošināt garīgo veselību;
- Felicitoģiskā funkcija – ir caurviju izjūta, jo atkarīga no tā, kā tiek veiktas visas iepriekšējās funkcijas, un ģimene var justies laimīga (Karpova, 2006, 18).

Kā norāda H. Smita, bērnam vajadzīga pilnvērtīga ģimene ar labvēlīgu vidi. Ģimenēs kurās ir:

- **Mīlestība bez nosacījumiem.**
- **Cieņa pret bērna personību.**
- **Laiks ko bērnam velta pieaugušie.**
- **Drošības un stabilitātes izjūta.**
- **Vecāku noteicošā loma.**
- **Palīdzība brieduma sasniegšanā** (Smita, 2001, 20).

A. Špona uzsver, ka izveidojot emocionāli tuvas attiecības vecāki ar saviem bērniem, nodrošina savam bērnam drošības sajūtu un vēlmi būt atvērtiem. Ciešu emocionālu tuvību vecāki un bērni izjūt kā nozīmīgu piederīgumu ģimenei, lai veidotos **pozitīvas** attiecības ar vecākiem un bērniem. Vecākiem jāstāsta sava pieredze un emocijas, jo viņi vienmēr palīdzēs un atbalstīs. Tā vecāki iegūs bērnu uzticību. Vecākiem bērni ir jāiedrošina pārvarēt negatīvas emocijas. A. Špona norāda, ka vecākiem jāmeklē kontrolēt savas negatīvās emocijas un jāmeklē atpazīt tās bērniem. Liela nozīme ir individuālām sarunām ar bērnu. Bērni vērojot vecāku emocionālo izpausmi, ņem piemēru, tādēļ vecākiem jācenšas bērna klātbūtnē apspiest savas negatīvās emociju izpausmes. Vecāku piemēri ietekmē bērna emocionālās izpausmes, to attīstību (Špona, 2015, 118).

Autoru kolektīvs akcentē, ka pirmās emocionālās attiecības starp bērnu un māti lielā mērā nosaka, kāds būs bērns, vai viņš būs pastāvīgs, pārliecināts par sevi vai arī kļūs noslēgts, viegli iespaidojams, nepārliecināts par sevi. Māte ieliek pamatu bērna attiecībām ar cilvēkiem – ticību sev un pasaulei dod drošības izjūtu, ko bērns izmanto, izzinot pasauli. Mīlošs tēvs attīsta bērnā vajadzību pēc sabiedrības, vēlmi darboties tās labā. Tātad ģimene ietekmē gan bērna pašvērtējumu,

gan prasmi kontaktēties, gan spēju pielāgoties dažādām situācijām sabiedrībā, kas ir pamats personībai (Autoru kolektīvs, 2011, 192). I. Spirģe iesaka vecākiem svarīgākos uzdevumus:

- Izveidot piemērotu vidi bērnu personības attīstībai;
- Nodrošināt bērnu psiholoģisko aizsardzību un drošību;
- Bērna materiālo vajadzību apmierināšana;
- Veicināt bērnam apgūt praktiskas iemaņas un prasmes, kuras nepieciešamas, lai attīstītu pašapkalpošanās iemaņas, kā arī, lai palīdzētu ģimenes locekļiem;
- Bērna pašapziņas un pašcieņas veicināšana (Spirģe, 2007, 13).

*Apmeklējot pirmsskolas iestādi, bērni vēl nav emocionāli stabili. Viņi vēl tikai mācās iejusties jaunajā vidē. Bērns iegūst jaunus draugus, apgūst jaunas saskarsmes pieredzi. Lai bērņā veicinātu pozitīvu emociju attīstību visā dienas ritā pirmsskolas iestādē, secinu, ka nepieciešams ievērot bērna vajadzības visā dienas ritā, kā pedagogam, tā arī vecākiem. Galvenās bērna vajadzības – vides drošība, rotaļu vide, fiziskās, sociālās, psihiskās attīstības nodrošinājumi, pozitīvi emocionāli kontakti ar pedagogu un bērna vienaudžiem.*

## 2. Praktiskā daļa

### 2.1. Praktiskā pētījuma metodoloģijas izstrāde

Katra bērna pozitīvo emocionālo attīstību ietekmē vide, kurā viņš atrodas. Lielāko dienas daļu bērns pavada pirmsskolas izglītības iestādē, vidē, kura atbilst bērna vajadzībām un attīsta viņā pozitīvas emocijas visā dienas ritā.

Balstoties uz teorētiskām atziņām par bērna emocionāli pozitīvo attīstības ietekmējošiem faktoriem, individuālās attīstības likumsakarībām, tika izvirzīts empīriskā **pētījuma hipotēze**: pozitīvu emociju attīstība dienas ritā tiks sekmēta, ja:

- pedagogs nodrošina vidi un dienas ritu pirmsskolā, atbilstoši bērna vecumam un individuālajām vajadzībām;
- emocionāli pozitīvi sadarbojas ar ģimeni un pirmsskolas personālu.

**Pētījuma mērķis**: praktiski izvērtēt bērna pozitīvās emocionālās attīstības nodrošināšanas iespējas pedagoģiskajā procesā, lai veicinātu bērnam pozitīvas emocijas pirmsskolā visā dienas ritā

#### **Pētījuma uzdevumi:**

1. Izstrādāt praktiskā pētījuma metodoloģiju pozitīvu emociju veidošanā dienas ritā pirmsskolā.
2. Izzināt 4 - 5 g. pirmsskolas vecuma bērnu emocijas, to izpausmi dienas ritā.
3. Veikt anketēšanu un novērošanu par pedagogu un bērnu, bērnu un vecāku emociju savstarpējo mijiedarbību dienas ritā. .
4. Veikt pedagoģisko darbību bērnu pozitīvo emociju veidošanā dienas ritā.
5. Papildināt pozitīvu emocionālu dienas ritu, atbilstoši bērna vajadzībām.
6. Apkopot un analizēt iegūtos rezultātus, izdarīt secinājumus.

#### **Praktiskā pētījuma veikšanai tiks izmantotas šādas pētījuma metodes:**

1. Bērnu mērķtiecīga pedagoģiska novērošana.
2. Pirmsskolas pedagogu un vecāku anketēšana
3. Iegūto rezultātu apstrāde.

Par vienu no biežāk izmantotajām empīriskajām metodēm uzskata, **novērošanu**, kas tika veikta arī šajā darbā. **Novērošana** – tā ir mērķtiecīga psihe izpausmju uztvere bērna uzvedībā un darbībā. Novērošanas metode tika izmantota visā pētījuma sākuma posmā. I. Jurgena uzsver, ka šī metode dod objektīvus rezultātus tikai tad, ja prot atlasīt būtiskāko, raksturīgāko, kā arī saskatīt vispārīgo un konkrēto (Jurgena, 2002, 45). Savukārt A. Špona, Z. Čehlova norāda, ka novērojums ir veiksmīgs, ja tas ir veikts mērķtiecīgi, patstāvīgi un noris dabiskā vidē. Novērojums pedagoģiskajā procesā ir nozīmīgs, jo šī metode ļauj precīzāk izprast bērna emocionālo stāvokli dienas rita momentos (Špona, Čehlova 2004, 92). Bet V. Golubina uzskata, ka pedagoģiskais novērojums ir – praktiski tiek vērotas dažādas bērna darbības (vadoties pēc vērojuma mērķa un uzdevuma, noteiktas pedagoģiskas parādības izpētei), veikta to analīze, salīdzināšana un izvērtēšana, nepieciešamo lēmumu pieņemšana pedagoģiskā procesa koriģēšanai (Golubina, 2007, 19).

Šī metode tiks izmantota, lai veiktu novērojumus 4 – 5 gadus veciem bērniem, secinot, kādas ir bērnu emocijas, to izpausmes dienas ritā pirmsskolā.

1. Bērna emociju ietekmējošie faktori.
2. Bērna emocionālā izpausme.
3. Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar vienaudžiem.
4. Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar pieaugušajiem.
5. Bērna emociju atpazīšana apkārtējā vidē.

K. Mārtinsone uzskata, ka **novērošanas** datu analīzē jāņem vērā:

- Pētījuma fizisko vidi (kur bērns rotaļājas, vides nozīmīguma atbilstība);
- Dalībnieku vecums, dzimums, identitāte;
- Dalībnieku uzvedība un emociju izpausmes;
- Situācijas interpretācija, norādot jēgu (piezīmes par bērna emociju izpausmēm, atbildēm, uzvedību, reakciju, rakstura īpatnībām u.c.);
- Novērotāja lomas, emociju un attieksmju izpētīšana, pret novērošanas pieredzi (pašanalīze, grūtības, iepriekšēja saskarsme ar novērotājiem u.c.) (Mārtinsone, 2011, 186).

V. Golubina raksta, ka **anketēšana** – rakstveida atbilžu saņemšana uz konkrēti noformulētiem jautājumiem par dažādām situācijām, kuras nolemts pētīt. Anketas datus var papildināt ar vērojumiem vai pārrunām (Golubina, 2007, 19).

Pētījuma norisies laikā tika izmantotas un veiktas vecāku un pedagogu aptaujas par pozitīvi emocionālo attīstības veicināšanu bērnā, iekļaujot daiļliteratūras, mūzikas, integrētās rotaļnodarbības, fiziskās veselības attīstības izmantošanas iespējas dienas ritā.

Pedagogu aptaujas sniedz viedokli par bērnu pozitīvu emocionālo attīstības norisi 3 mēnešu garumā, kas savukārt dod iespēju izstrādāt atbilstoši pozitīvu emocionālo dienas ritu, atbilstošu bērna vecumam un vajadzībām. Tik pat svarīgi pētījumā ir vecāku aptaujas rezultāti, kas sniedz informāciju par dienas ritu mājās un par vecāku lomu pozitīvu emociju veidošanu savā bērnā ģimenes vidē.

Apkopojot aptauju rezultātus un pedagoga novērotās bērnu emocijas visā dienas ritā, tika izmantota datu apstrādes metode, kas savukārt iedalās **kvantitatīvajā** un **kvalitatīvajā** metodē. **Kvantitatīvās metodes** – statistiskā, aprakstošā un secinošā, ļauj iegūt pētījumam svarīgus statistikas datus par bērnu pozitīvi emocionālo attīstību un tās izmantošanas iespējām dienas ritā. **Kvalitatīvās metodes** – pētniecības pieeja, kurai raksturīga kvalitatīvas un padziļinātas informācijas iegūšana par dažādiem notikumiem un procesiem sabiedrībā.

Pētot un apkopojot bērnu emocionālo izpausmi 3 mēnešu garumā, tika izmantota **kvantitatīvā** novērojuma analīze un balstoties uz to, empīriskajā daļā tika pierādīts, ka izvirzītais pētījuma mērķis tika sasniegts, jo visā dienas rita laikā pirmsskolā tika iegūta svarīga informācija par bērnu emocionālo stāvokli dažādos dienas rita procesos, jo bērnu emociju gammu izrādīšana, pašapziņas celšanās, pozitīva saskarsmes uzlabošanās ar vienaudžiem un pieaugušajiem, ļauj pedagogam virzīt dienas rita procesu pozitīvā gaisotnē, izmantojot literāros darbus, rotaļas, mūziku, fiziskās aktivitātes visā dienas ritā.

**Bērnu emociju izpausmju novērošanā dienas ritā** tika izvirzīti šādi kritēriji un rādītāji (sk. 9. tabulu).

**9.tabula. Kritēriju tabula.**

<b>Kritērijs</b>	<b>Rādītājs</b>
1. Emociju ietekmējošie faktori.	A - Ārējie (pirmsskolas skolotājs, vienaudži, u.c.) B - Iekšējie (nervozitāte, trauksme, u.c.) C - Ārējie, iekšējie
2. Bērna emocionālā izpausme.	A - Vienmēr pozitīvs, priecīgs, ar vēlmi sadarboties B - Mainīgas emociju izpausmes C - Bieži neapmierināts
3. Emociju izpausmes saskarsmes ar vienaudžiem.	A - Vienmēr pozitīvs, draudzīgs B - Mainīgas emociju izpausmes C - Pasīvas emocijas
4. Emociju izpausmes saskarsmes ar pieaugušajiem.	A - Vienmēr pozitīvs, draudzīgs B - Mainīgas emociju izpausmes C - Pasīvas emocijas

5. Emociju atpazīšana apkārtējā vidē.	A - Prot atpazīt B - Daļēji C - Nav intereses
---------------------------------------	-----------------------------------------------------

**Pētījuma bāze:** X pirmsskolas apmācības grupa, 4 - 5 gadīgo grupa, 13 bērni – Selīna, Diāna, Rainers, Karlīna, Elizabete, Katrīna, Anna, Ralfs, Amanda, Samanta, Adriāna, Reinis, Sofija (ievērota konfidencialitāte, bērnu vārdi mainīti), tiks anketēti 4 pedagogi un 13 vecāki.

**Pētījuma laiks:** 2017. gada, septembris, oktobris.

## 2.2. Pētāmās grupas bērnu raksturojums un izpēte

Pētījums norisinājās X pirmsskolas izglītības apmācības grupā, kurā ir 13 bērni, vecumā no 4 – 5 gadiem, no kuriem 10 ir meitenes un 3 zēni. Pētījuma laikā tika ievērota konfidencialitāte, bērna vārdi tika mainīti. Analizējot grupas bērnu kopējo attīstību, var secināt, ka visi bērni atbilst 3. attīstības pakāpei. Pētījums tika veikts 3 mēnešu laika periodā, lai varētu noteikt bērna emocionālo stāvokli dienas ritā.

Bērni iestādi apmeklē regulāri, ar prieku dodas uz pirmsskolu, lai satiktu savus draugus un apgūtu jaunas zināšanas. Bērni visā dienas ritā ir aktīvi. Bērni ir sadraudzējušies, izpalīdzīgi. Grupas bērnu kopējais emocionālais noskaņojums ir pozitīvs. Bērni ar lieku prieku iesaistās visās aktivitātēs un rotaļnodarbībās, ir atvērti, izrāda interesi, vēlmi pētīt, vērot un ik dienu atklāt ko jaunu. Bērni ir radoši un aktīvi, viņi papildus apmeklē dažādas nodarbības, ārpus mācību procesa, kā piemēram tautiskās dejas un keramikas pulciņa nodarbības, kā arī bērniem notiek angļu valodas apmācības. Ārpus pirmsskolas iestādes daži bērni apmeklē futbolu, vingrošanu, peldbaseinu, mūzikas skolu. Dienas rita laikā bērni prot risināt dažādas situācijas un izspēlēt dažādas sižetiskās lomu rotaļas, labprāt iejūtas dažādos tēlos un ir izpalīdzīgi pret grupas biedriem un pieaugušajiem. Viņi labprāt brīvo laiku pavada fiziskās aktivitātēs, pašorganizētās spēlēs un rotaļās. Labprāt spēlē galda spēles, kas attīsta prātu un loģisko domāšanu. Balstoties uz novērojumiem, tika izveidoti bērnu individuālie raksturojumi (sk. 10. tabulu). Bērnu vārdi ir mainīti.

### 10.tabula. Individuālie raksturojumi.

Bērna vecums	Bērna vārds	Raksturojums
4 gadi	Reinis	Zēns pirmsskolas iestādi apmeklē no 1. septembra. Ir ļoti emocionāli jūtīgs. Lielu emocionālu pārdzīvojumu rada atvadīšanās no vecākiem. Zēns saskarsmēs ar vienaudžiem un pieaugušajiem ir kautrīgs. Piedalās visās rotaļnodarbībās, ir liela vēlme darboties brīvā

		laika rotaļās, pārsvarā Reinis rotaļājas vienatnē. Zēnam ir pašpietiekamība. Patīk attīstošās spēles.
4 gadi	Elizabete	Smaidīga, draudzīga, pozitīvi noskaņota meitene. Rīta cēlienā Elizabete ir emocionāli stabila un prieka pilna. Tiek izrādīta vēlme saskarsmei ar vienaudžiem. Labprāt piedalās rotaļnodarbībās, iesaistās pedagoga piedāvātajās aktivitātēs, izrāda interesi par visu apkārt notiekošo. Patīk kopīgas rotaļas ar meitenēm. Elizabetei patīk un padodas zīmēšana. Meitenei ir plašs vārdu krājums, bet ir logopēdiskas problēmas, kuras tiek risinātas ar logopēda palīdzību.
4 gadi	Diāna	Diāna ir kustīga, emocionāla, aktīva. Meitenei ir biežas garastāvokļa maiņas, kas izpaužas saskarsmē ar vienaudžiem. Labprāt piedalās visās rotaļnodarbībās, dažādās aktivitātēs. Meitene bieži grib ieņemt līdera pozīcijas, kas ne vienmēr izdodas, kā rezultātā mainās meitenes emocijas. Apmācību procesā Diāna pieiet ar rūpīgu un ieinteresētu attieksmi.
4 gadi	Adriāna	Adriāna ir dzīvespriecīga, aktīva meitene. Intelektuālā attīstība laba, ātri uztver mācību procesu uzdevumus. Meitenei ir labs vārdu krājums. Meitene aktīvi un droši spēj iesaistīties aktivitātēs ar vienaudžiem un pieaugušajiem. Adriana ir emocionāla, daudz un skaļi runā, ātri sadusmojas, raud, kas viss ātri pāriet. Izrāda interesi par notiekošajām aktivitātēm un meitenē jūtama paļāvība un drošības sajūta uz pedagogu. Adriāna raksturā ir ekstraverta.
4 gadi	Amanda	Raksturā Amanda ir kustīga, aktīva meitene, labprāt piedalās dažādās aktivitātēs. Bieži izrāda emocionālu satraukumu. Meitenei ir īslaicīga uzmanības noturība, kas neatbilst viņas vecumam, kuras rezultātā līdz galam neizpilda uzdevumus. Patīk dažādas rotaļas, bet tajās neattīstās darbību secība. Meitenei trūkst paļāvības uzsākot kādu uzdevumu. Amanda izrāda pozitīvas emocijas pret vienaudžiem un pieaugušajiem. Raksturā meitene ir intraverta.
5 gadi	Sofija	Raksturā meitene ir vērsta uz iekšu, bieži nepakļaujas dotajiem uzdevumiem, novērojuma iekšēja nervozitāte. Rūpīgi pilda uzdotos darbus. Ātri apvainojas, iespītējas, kas ir ilgstoši. Trūkst pašiniciatīvas rotaļās. Meitenei bieža garastāvokļa maiņa, ja nenotiek pēc meitenes gribas, jo mājās meitene tiek lutināta. Intelektuālās uztveres spējas meitenei ir labas. Sofijai labi veicas vizuālajā mākslā, labi zīmē.
5 gadi	Anna	Raksturā meitene ir atvērta, runātīga, aktīva. No rītiem izrāda satraukumu un nervozitāti atvadoties no vecākiem. Aktīva meitene, patīk kustību rotaļas. Grupā ir draudzīga. Rotaļnodarbībās trūkst uzmanības noturības, kā rezultātā ne vienmēr tiek galā ar dotajiem uzdevumiem. Emociju gamma ir līdzsvarota.
5 gadi	Karlīna	Raksturā Karlīna ir aktīva, kustīga. Labprāt piedalās visās grupas aktivitātēs. Bieži izrāda agresiju pret grupas bērniem. Lielākoties komunicē ar zēniem. Patīk dejot, padodas sportiskās aktivitātes. Karlīna ir emocionāla, kas parādās viņas saskarsmē ar vienaudžiem. Saskarsme ar pieaugušajiem ir pozitīva.
5 gadi	Katrīna	Katrīna ir dzīvespriecīga meitene. Rotaļnodarbībās ir pasīva, grūtības sagādā koncentrēšanās noteiktam darbam. Patīk kustību rotaļas, fiziskās aktivitātes. Grupā ir draudzīga ar vienaudžiem, labi kontaktējas ar pieaugušajiem.

5 gadi	Rainers	Ir aktīvs, piedalās visās rotaļnodarbībās. Rotaļās ar bērniem ir uzmācīgs, bieži mīl pagrūstīt kādu, kas citiem bērniem nepatīk. Raksturā ietiepīgs, spītīgs. Patīk darboties ar konstruktoriem, spēlēt galda spēles, padodas vizuālā māksla. Rainers ir izpalīdzīgs, labi komunicē ar pieaugušajiem.
5 gadi	Ralfs	Raksturā Ralfs ir pasīvs. Rotaļnodarbībās izrāda pozitīvas emocijas, veicamos darbus veic rūpīgi. Pārsvārā rotaļājas vienatnē. Negribīgi piedalās kopējās rotaļās. Emocionāli nosvērts, mierīgs. Pozitīvi komunicē ar pieaugušajiem un saviem vienaudžiem.
5 gadi	Selīna	Selīna ir klusa, nosvērta. Labprāt piedalās grupas aktivitātēs. Draudzīga, izpalīdzīga, labi kontaktējas ar grupas bērniem un pieaugušajiem. Intelektuālā attīstība ir laba, viegli uztver dotos uzdevumus un līdz ar to paveic labā kvalitātē un izrāda pozitīvas emocijas par paveikto. Patīk attīstošās spēles. Selīna labi zīmē un aktīvi piedalās fiziskajās aktivitātēs.
5 gadi	Samanta	Samanta raksturā ir aktīva, patīk daudz runāt, stāstīt par visu ko. Meitenei labs vārdu krājums. Samanta ir izpalīdzīga, draudzīga. Samantai bieži patīk samīļoties. Katru dienu viņai ir nepieciešama mīlestība un maiguma izjūta. Ātri apgūst jaunas lietas. Aktīvi piedalās grupas aktivitātēs, patīk dejot, dziedāt, zīmēt.

Pirmie apkopotie rezultāti ir apskatāmi (sk. 11. tabulu).

**11.tabula. Bērnu emociju izpausmes sākuma pētījuma veikšanas tabula.**

Kritērijs Bērnu vārdi	Bērna emociju ietekmējošie faktori	Bērna emocionālā izpausme	Bērna emociju izpausmes saskarsme ar vienaudžiem	Bērna emociju izpausmes saskarsme ar pieaugušajiem	Bērna emociju atpazīšana apkārtējā vidē
Adriāna	A	B	A	A	A
Amanda	B	A	A	A	B
Anna	A	B	A	A	B
Diāna	A	A	B	A	A
Elizabete	A	A	A	A	A
Karlīna	A	A	A	A	A
Katrīna	A	A	A	A	B
Rainers	A	B	B	A	A
Ralfs	A	A	A	A	A

Reinis	B	B	A	A	A
Samanta	A	A	A	A	A
Selīna	A	A	A	A	A
Sofija	A	B	A	A	A

*Bērni grupā ir savstarpēji draudzīgi, izpalīdzīgi. Bērni labprāt un ar pozitīvām emocijām piedalās visās dienas rita aktivitātēs. Aktīvi un radoši darbojas integrētās rotaļnodarbībās. Bērniem ir labas pašapkalpošanās iemaņas. Bērnu fiziskā un intelektuālā attīstība atbilst viņu vecumam. Bērniem visā dienas ritā ir pozitīvs emocionāls noskaņojums, darbojamies viņi priecīgi smaida, jautri, smeļoties un priecājoties cits citam rāda savus darbiņus. Viņu acīs ir prieks un apmierinājums par pašu veikto. Atnākot vecākiem, bērni ar prieka saucieniem rāda savus darbiņus un stāsta par dienas rita notikumiem. Tāpēc praktiskās darbības mērķis ir rotaļnodarbībās bērniem sniegt jaunas zināšanas, prasmes un praktiski darbojoties, bērni gūst pozitīvas emocijas, vērojot savu darba rezultātu.*

### **2.3. Pedagoģiskā darbība bērnu pozitīvi emocionālās attīstības sekmēšanai**

Katru dienu, uzsākot darbu, pedagogam ir jāapzinās savas darbības mērķi un konkrētās dienas uzdevumi, jo bez tā nav iegūstams pozitīvs rezultāts.

Pedagoģiskā darbība ietver šādus komponentus:

- Pedagoģiskā darba plānošanu,
- Darbības un aktivitātes rosināšanu,
- Tiešo pedagoģisko darbību,
- Darbības rezultātu vērtēšanu.

Pēc Golubinas uzskatiem, katrs no šiem komponentiem realizējas atsevišķās pedagoģiskā darba funkcijās, kuru izpildīšana nodrošina sekmīgu darbību (Golubina, 2007, 22).

Pedagoģiskā darbība sevī ietver izziņas saturu un audzinošo funkciju. Pirmsskolā ir jārosina bērnam emocionālā sfēra un jāattīsta viņa pozitīvās emocijas, jārosina viņa interese un emocionālie pārdzīvojumi, un jāsekmē emocionālā attīstība.

Dienas rita plānošana ir svarīgs posms mācību programmas veidošanā un īstenošanā. Mācību programmas saturs veidojas vismaz no trīs avotiem: katra bērna individuāla novērošana saistībā ar izvirzītajiem attīstības mērķiem. Pedagoģs veicina izpratni par konkrēto bērnu grupu (viņu unikālās intereses, stiprās un vājās puses, rakstura īpašības, raizes un dzīves apstākļi) un vispārējām zināšanām par bērniem un viņu attīstību.

**Rīta cēlienā** pedagoģs sagaida katru bērnu ar pozitīvām emocijām, iepriekš sagatavojis rotaļu un mācību vidi. Pedagoģs sasveicinās ar bērnu un viņa vecāku. Pedagoģs no vecāka uzzina bērna veselības stāvokli un bērna vajadzībām dienas ritā. Pedagoģs samīļo bērnu, lai bērns justos vajadzīgs un piederīgs grupā, justu, ka viņš ir drošā vidē, aprunājas un piedāvā bērnam interesējošu nodarbi, kamēr tiek sagaidīti pārējie bērni. Esmu ievērojusi, ka Anniņai ir vajadzība pēc samīļošanās, iedrošinājuma uzsākt kādu rotaļnodarbi, kopā ar viņu uzsākt rotaļāšanos kādā no viņas izvēlētajiem rotaļu centriem. Arī Reinim ir nepieciešama individuāla pieeja rīta cēlienā. Rīta cēlienā pedagoģs seko, lai katrs bērns ir nodarbināts, ja nepieciešams, pedagoģs individuāli katram bērnam piedāvā vairākus rotaļnodarbības variantus. Lai bērni varētu brīvi darboties un ļautu vaļu fantāzijai, viņiem ir nepieciešami interešu stūrīši, kurā var attiecīgi darboties un izpētīt sev interesējošas lietas. Stūrīšiem, centriņiem ir jābūt iekārtotiem tā, lai bērniem būtu brīvi pieejami, saistoši un attīstoši.

- Dabas un eksperimentu centrs – kurā bērni var kopt dažādus augus un pētīt to attīstību, darboties ar dažādiem dabas materiāliem, piemēram, kastaņiem, akmentiņiem, ozolzīlēm, čiekuriem, sūnām, sausiem ziediem utt.
- Mākslas centrs – zīmēšanas un gleznošanas piederumi (dažādas krāsas, paliktņi, papīrs, otas, vates tamponiņi utt.), rokdarbiem (auduma gabaliņi, pērlītes, krāsainas dzijas, diegi, lentītes, vilnas pikuči utt).
- Celtniecības centrs – dažāda veida un izmēra kluči, dažāda lieluma mašīnas.
- Matemātikas centrs – cipari, matemātiskās spēles, pulksteņa maketi, svāri, dažāda veida skaitāmie materiāli, dažāda tilpuma trauki, puzzles, mozaīkas, ģeometriskas figūras utt.
- Runas un valodas centri – grāmatas, žurnāli, saliekamās ābece, alfabēta burtu komplekti, attēli, spēles utt.

Centriņu materiālus ieteicams laiku pa laikam nomainīt un papildināt ar jauniem materiāliem, lai bērniem visu laiku tie būtu interesanti un saistoši.

Svarīgi ir iekārtot rotaļzonu, kur izspēlēt lomu un sižetu rotaļas, kas ir svarīgi bērniem pirmsskolas attīstības periodā. Rotaļzonā ieteicams izveidot dzīvokļa paraugu, kurā ietilpst virtuve ar attiecīgo aprīkojumu un istabu. Grupas apstākļos “dzīvoklis” ir bērnam tuva un saprotama vide, tā rosina dažāda veida saimnieciskai un ģimeniskai darbībai. Bērniem ļoti patīk rotaļāties un izspēlēt dažādas sabiedriskas vietas – veikalu, frizētavu, modes salonu un medpunktu.

Rīta cēlienā bērnos interesi izraisa spēlēšanās pie smilšu galda, spēles pie galdiem (sk. 4. attēlu), (sk. 5. attēlu), (sk. 6. attēlu), (sk. 7. attēlu).

**Pētījumā ir izmantotas grupas bērnu fotogrāfijas. Bērnu vecāki ar savu parakstu apliecināja, ka neiebilst par fotogrāfiju izmantošanu publiskā vidē. Bērnu vecāku parakstītā atļauja atrodas grupas dokumentu mapē.**



*4.attēls. Rotaļas pie smilšu galda.*



*5.attēls. Ziedu stādīšana.*



*6.attēls. Spēles pie galdiem.*



*7.attēls. Emociju spēle.*

Bērnus ir ieinteresējis smilšu galds, kur bērni var attīstīt savu fantāziju. Smilšu galdā viņi izveido veselu apdzīvotas vietas maketu, ieliekot tajā rotaļmājiņas, izveido ceļu pa kuru var braukt mašīnas, ieliek paštaisītus ziedus utt. Šī nodarbe bērnu ļoti nomierina un veido bērnu pozitīvas emocijas. Rīta cēlienā pedagogs aicina bērniem izvēlēties nodarbes – ziedu pužļu stellēšana, vai emociju spēli.

**Rīta aplī** pedagogs uzaicina bērnus uz kustību rotaļu, kas mobilizē bērnus dienas ritam, veicina fizisko attīstību, fonā skanot bērnu dziesmām. Bērni klausoties mūziku, dzirdot dziesmas vārdus, ataino tās ar kustībām. Piemēram, “Dipu, dapu lācis nāk”, “Vilcieniņš”, “Lācēns muzikants”, “Zaķēns”, “Lācītis Bumis”, “Kāju polka”, “Sadosimies rokās”, “Putniņš uz zara”. Rīta aplī tiek izmantoti arī citi skaitāmpantiņi (sk. 5. pielikumu).

Visi kopā nākam,                    (*soļo*)  
Jauki dienu sākam!            (*plaukšķina*)  
Mīļi visiem uzsmaidām,    (*pieliek rādītājpirkstus pie vaigiem*)  
Labu rītu pasakām!         (*paklanās cits citam*) (Brice, 2007, 12).

Pēc dziesmas, vai skaitāmpantiņa, pedagogs kopā ar bērniem pārrunā dienas ritā darāmo. Bērni un pedagogs viens otram padodot viens otram dzijas kamoliņu, bumbu, vai rotaļlietu, novēlot jauku dienu, piemēram – “Lai mums jauka, draudzīga, mīļa diena”, “Lai veicas visos mūsu darbiņos”.

Rīta apla noslēgumā, vērojot bērnu emocijas, redzu, ka bērni ir smaidīgi, apmierināti un gatavi uzsākt dienas ritu.

**Rotaļnodarbības sākumā** pedagogs ieinteresē bērnus ar kādu pārsteiguma momentu – mīklu minēšanu (sk. 7. pielikumu), ar kādas dziesmas fragmentu, rotaļlietu, tā ieinteresējot bērnus par rotaļnodarbības tēmu. Ja pedagogs rotaļnodarbības sākumā rada interesi bērnam, tiek veicināta pozitīva emocionāla attīstība. Rotaļnodarbības notiek grupas telpās un laukā.

Rotaļnodarbības sākumā pedagogs uzaicina bērnus atminēt mīklu - Mazs, mazs vīriņš ar vienu kāju, brūna cepure galvā. (*baravika, beka*). Pedagogs nolasa pasaku “Zem sēnītes”, izspēle to. Pedagogs pēc tam ierosina bērniem izkrāsot sēni, kuru bērni bija pagatavojuši, iepriekšējā mājturības rotaļnodarbībā. Rotaļnodarbības uzdevums: vingrināties krāsot ar otas galiņu, krāsojot nespīest otiņu, to turēt pareizi. Bērni izkrāso sēni, izmantojot gūša krāsas un papildinot fonu ar izkrāsotām kļavu lapām. Nodarbības gaitā fonā skan viegla mūzika.

Rotaļnodarbības gaitā pedagogs seko bērnu darbībai un viņu emociju izpausmēm. Esmu novērojusi, ka Amandai, Annai sagādā grūtības uzsākt rotaļnodarbību, tādēļ pie viņām pieeju un individuāli ierosinu, un parādu kā uzsākt veicamo darbu. Pēc bērnu uzvedības un sejas izteiksmēm, secinu, ka rotaļnodarbības gaitā bērnos attīstās pozitīvas emocijas.

Rotaļnodarbības gaitā pedagogs vēro bērna darbību, pēc nepieciešamības, pievēršas bērnam individuāli, klusām sarunājoties ar bērnu, lai netraucētu pārējiem bērniem.

**Rotaļnodarbības beigās** notiek pārrunas. Pedagogs uzslavē visus bērnus par paveiktiem darbiem, neizdalot nevienam bērnam, bet uzslavējot visus. Darbi tiek izlikti bērniem un vecākiem apskatāmā vietā, vai arī vietā, pēc bērna izvēles.

Rotaļnodarbībā pagatavotie bērnu darbiņi (sk. 8. attēlu).



*8.attēls. Sēnītes.*

Par citām rotaļnodarbības gaitām (sk. 8. pielikumu). Citās rotaļnodarbībās bērni pagatavo dāvanu saviem tētiem, Tēvu dienā. Gatavojoties uz rudens ražas svētkiem, bērni izdaiļoja ķirbīšus ar emociju izpausmēm.

**Pēc rotaļnodarbības** pedagogs uzaicina katram bērnam izvēlēties vienu no emociju kartītēm un pielikt pie sava vārda. Pēc bērna izvēlētas emocionālās kartītes pedagogs izdara secinājumus par nodarbības emocionālo kvalitāti un, ja nepieciešams, padarboties ar katru bērnu individuāli (sk. 9. attēlu), (sk. 10. attēlu).



*9.attēls. Emociju stūrītis.*



*10.attēls. Bērnu emociju izrādīšana.*

Emocionālās kartītes, kuras tiek izmantotas, lai redzētu bērnu emocionālo noskaņojumu. Emocionālās kartītes veicina bērnam atpazīt emociju gammu.

**Pastaiga.** Pedagoģs aicina bērnus doties pastaigā. Pastaigas sākumā pedagoģs ierosina bērnu vārot apkārtni un tajā notiekošo, mudina pastāstīt par redzēto un rosina bērnus aizvērt acis, lai ieklausītos apkārtnes skaņās, var uzaicināt atdarināt saklausītās skaņas.

Bērnus aicina noteikt, no kuras puses pūš vējš. Pastaigas laikā aicina nosaukt dabā redzamās krāsas, apkārtnes ēkas, piemēram- bibliotēka, veselības aprūpes centrs, skola, dzīvojamās ēkas. Bērni pēta, no kāda materiāla ir celtas ēkas, piemēram, no ķieģeļiem, betona, koka, akmeņiem. Pēc vērojuma, pedagoģs ar bērniem veic dažādus eksperimentus – ar dabas

materiāliem, ziemā ar sniegu, ledu. Pedagogs uzaicina izdarīt labu darbu – iesēt sēkliņas, savākt dabas materiālus - čiekuri, koku lapas, zariņus, akmentiņus, kastaņus un citus dabas materiālus. Pastaigas laikā notiek kustību aktivitātes, sporta spēles. Izmanto dažādu sporta inventāru, vai dabas apkārtnes šķēršļus (iet pa baļķi, imitēt lēkšanu pāri strautam, mest tālumā čiekuru utt.).

Pastaigas laikā bērni priecājas par izveidoto ziedu kompozīciju (sk. 11. attēlu).



*11.attēls. Ziedu kompozīcija.*

Pastaigas laikā bērni aplūko pašu izveidoto ziedu kompozīciju. Vērojuma laikā kopīgi tika noskaidroti ziedu nosaukumi, to krāsas un kādas emocijas ir izveidotajā kompozīcijā.

Pastaigas laikā bērni vēro koku – kastaņi.



*12.attēls. Smaidīgie kastaņu vīriņi.*

Pastaigas laikā salasītie materiāli tiek izmantoti radošās nodarbībās, izveidoti smaidīgie kastaņu vīriņi.

Pastaigas laikā bērni novieto savus rudens ražas darbus, ko ar vecākiem ir veidojuši.



**13. attēls. Rudens ražu kompozīcija.**

Pastaigas laikā laukā notiek arī dažādi darbi, viens no tiem – puķu sēklu sēšana (sk. 14. attēlu).



**14.attēls. Darbs pastaigas laikā.**

Pastaigu laikā bērni tiek aicināti padarīt kādu darbiņu. Šajā attēlā bērni gatavojas podiņos sēt puķu sēkliņas. Sēšanas laikā individuāla palīdzība bija nepieciešama Elizabetei, Raineram, Katrīnai, jo bērni gribēja iesēt par daudz sēkliņu vienā podiņā. Paskaidroju, ka nepietiks vietas podiņā visām puķēm, kuras izaugs. Sēšanas laikā vēroju, kā bērni darbojas, viņu emociju

izpausmes. Secināju, ka bērnos rodas prieks un gribēšana veikt kādu darbiņu pašu rokām. Tas viss bērnos izsauc pozitīvas emocijas. Pēc iesēšanas podiņi tiek ienesti grupā, kur notiks vērojumi, kā aug iesētās sēkliņas un sējumu kopšana.

Visās pastaigu aktivitātēs esmu novērojusi, ka bērni aktīvi darbojas, un viņos ir pozitīvas emocijas.

**Diendusa.** Pirms gulētiešanas pedagogs spēlē kokli, kurs skaņas nomierina bērnus, citā reizē pedagogs lasa pasakas ar nomierinošu saturu. Piemēram, “Kastanis”, kas labi sasauca ar vērojumiem pastaigas laikā (sk. 10. pielikumu). Citā reizē, pedagogs ar bērniem izspēlē pirkstiņrotaļu.

### **Diendusa.**

Mazais pirkstiņš gulēt iet, *(kreisās rokas pirksti izstiepti. Sākot ar piekto, jeb mazo pirkstu, pa vienam saliec pirkstus dūrē)*

Zeltnesim jau acis ciet. *(ritmā kustina rādītājpirkstu, tad saliec dūrē)*

Garais pirkstiņš gultā – hop!

Rādītājs vēl saka – stop!

Arī īkšķim nenāk miegs – *(ar labās rokas rādītājpirkstu “brīdina” īkšķi)*

Netaisa tas acis ciet!

Šī pirkstiņrotaļa tiek izmantota pirms gulētiešanas, kas veicina pozitīvas emocijas un līdz ar to, mierīgu iemīģšanu. Citu pirkstiņrotaļu izmantošana (sk. 6. pielikumu).

**Celšanās, norūdīšanās.** Dienas miega laikam beidzoties, bērni tiek modināti ar pedagoga klusinātu balss aicinājumu, vai maigām mūzikas skaņām skanot. Bērni pakāpeniski ceļas no dienas miega un tad notiek norūdīšanās procedūra – gaisa peldes (vingrošana), kāju pēdu masāžas - staigāšana pa “veselības taku” - pa mīkstu, porainu paklāju, vieglai mūzikai skanot.

Pēc diendusas pedagogs piedāvā bērniem brīvu rotaļu izvēli. Notiek individuālais darbs ar bērnu, izskaidrojot rotaļnodarbībās neizprasto. Labos laika apstākļos bērni dodas svaigā gaisā rotaļlaukumā, vai īsās pastaigās.

Pēc labi padarītas dienas, bērni priecājas rotaļlaukumā (sk. 15. attēlu), (sk. 16. attēlu).



### ***15.,16.attēli. Šūpošanās.***

Bērniem ļoti patīk doties uz rotaļlaukumu, kur viņi var izšūpoties, rotaļāties smilšu kastē. Arī šīs aktivitātes veicina bērnos pozitīvu emociju veidošanos.

Atnākot bērna vecākam, pedagogs samīļo bērnu, novēl labi pavadīt vakaru, sakot, ka rīt atkal viņu gaidīs pirmsskolas grupā. Pēc nepieciešamības, notiek pārrunas ar bērna vecākiem, vai tiek nodota kāda informācija.

Arī grupas svētki bērnos raisa pozitīvas emocijas (sk. 9. pielikumu).

Pedagogs izstrādājis grupas dienas ritu (sk. 3. pielikumu) un “Bērna vajadzības”, lai veicinātu bērna pozitīvi emocionālo attīstību (sk. 4. pielikumu).

*Lai sekmētu pozitīvu emocionālu dienas ritu, pedagogam ir nepieciešams ievērot audzināšanas principus. Individuālā pieeja katram bērnam. Pedagogam jāievēro katra bērna individualitāte, viņa vajadzības, jāprot saskatīt bērnu veselumā. Pedagogam jāņem vērā katra bērna intereses, būt radošam un ieinteresētam, pašam radot jaunus scenārijus, situāciju izspēļu sižetus, iesaistot neierastus tēlus, lai veiksmīgāk sekmētos bērna pozitīvi emocionālā attīstība visā dienas ritā.*

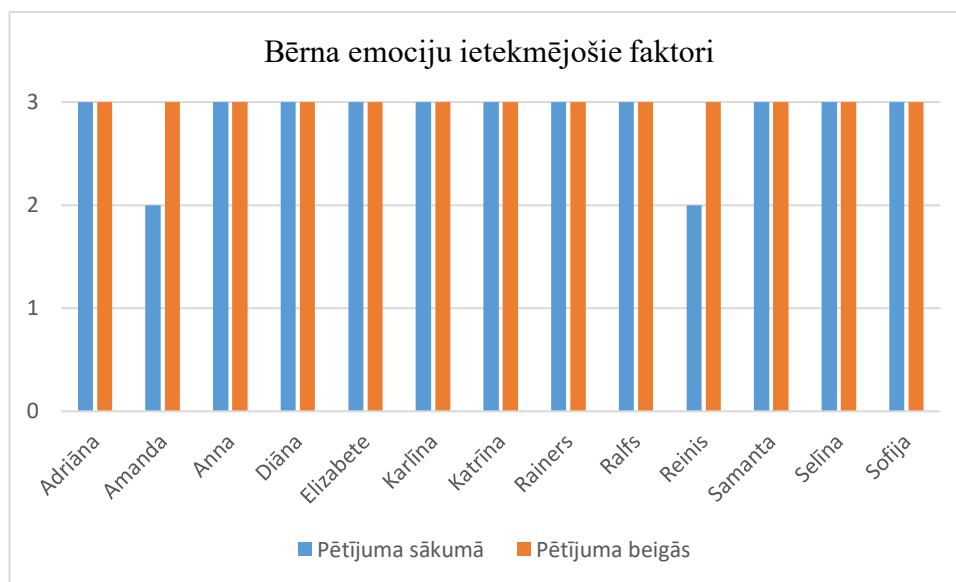
## **2.4. Rezultātu salīdzinošā analīze**

Pirmais sākuma pētījuma posms bērnu emociju izpausmes novērojumi visā dienas ritā tika veikti septembra sākumā, otrais beigu pētījuma posms tika veikts oktobrī. Pētījumu starplaikā, novērojot dažu bērnu negatīvās emocijas izpausmes visā dienas ritā, pedagogs veica individuālu darbu ar bērnu, tā panākot beigu posmā bērna emociju izpausmju rādītājus no negatīvām emociju izpausmēm uz pozitīvām emociju izpausmēm visā dienas ritā.

*12.tabula. Bērnu emociju izpausmes beigu pētījuma veikšanas tabula*

Kritērijs Bērnu vārdi	Bērna emociju ietekmējošie faktori	Bērna emocionālā izpausme	Bērna emociju izpausmes saskarsme ar vienaudžiem	Bērna emociju izpausmes saskarsme ar pieaugušajiem	Bērna emociju atpazīšana apkārtējā vidē
Adriāna	A	A	A	A	A
Amanda	A	A	A	A	A
Anna	A	A	A	A	A
Dīana	A	A	A	A	A
Elizabete	A	A	A	A	A
Karlīna	A	A	A	A	A
Katrīna	A	A	A	A	A
Rainers	A	A	A	A	A
Ralfs	A	A	A	A	A
Reinis	A	A	A	A	A
Samanta	A	A	A	A	A
Selīna	A	A	A	A	A
Sofija	A	A	A	A	A

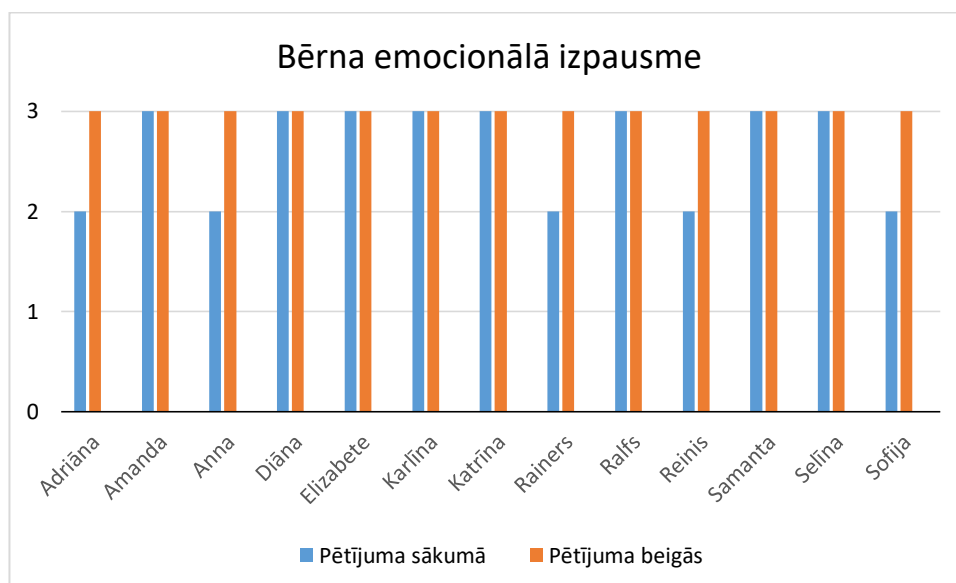
Analizējot 1. kritēriju - *Bērna emociju ietekmējošie faktori* - iegūtie rezultāti attēloti šādi (sk. 17. attēlu).



**17.attēls. Bērna emociju ietekmējošie faktoru kritēriju rezultātu analīze.**

Pētījuma sākumā un beigās var secināt, ka bērnu kopējie emociju ietekmējošie faktori ir ārējā vide, kurā bērni atrodas visā dienas ritā. Pēc rezultātiem pedagogs secina, ka bērnus grupas rotaļvide apmierina. Amandai un Reinim negatīvās emocijas izpaužas rīta cēlienās, kad jāatvadās no vecākiem, jo bērni nesēn sākuši apmeklēt pirmsskolas iestādi, un nav pilnīgi adaptējušies grupas dienas ritā. Pedagoga individuālā pieeja Amandai un Reinim ar dažādām pedagoģiskām metodēm – samīļošana, iedrošināšana, rotaļlietu piedāvāšana dienas ritā, veicināja pozitīvo emociju rašanos bērnos.

Analizējot 2. kritēriju - *Bērna emocionālā izpausme* - iegūtie rezultāti attēloti šādi (sk. 18. attēls).

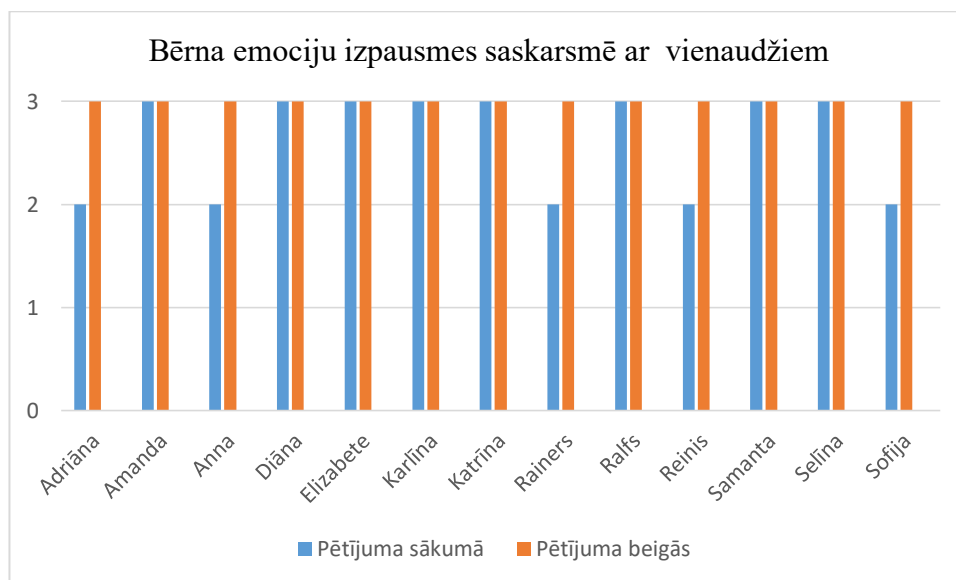


**18.attēls. Bērnu emocionālās izpausmes kritēriju rezultātu analīze.**

Pētījuma sākumā secināju, ka lielākai daļai grupas bērniem emocionālās izpausmes ir vienmēr pozitīvas, priecīgas, ar vēlmi sadarboties, tomēr dažiem bērniem emocionālā izpausme dienas ritā ir mainīga. Adriānai bija grūti adaptēties grupas vidē, jo meitene raksturā ir strauja, skaļa. Adriāna raksturā ir ekstraverta, savas emocijas izrāda skaļi un strauji. Pedagoģs izveda pārrunas ar Adriānu par to, ka grupā ar vienaudžiem ir jāsarunājas klusinātā balsī, jo skaļi runājot, tiek traucēta citu bērnu labsajūta. Pedagoģs, individuāli darbojoties ar Adriānu, palīdzēja meitenei adaptēties grupā. Annai no rītiem ir negatīvu emociju noskaņojums, meitenei grūti atvadīties no vecākās māsas. Pārējā dienas daļā pakāpeniski emocijas veidojas pozitīvi. Pārrunās ar meitenes vecākiem, pedagoģs nonāk pie risinājuma, ka Annu no skolēna autobusa uz grupu atvedīs auklīte. Rainers no mājām ierodas ar negatīvām emocijām, kuras zēns izpauž, ieraujoties sevī, neuzsākot rotaļas. Pārrunās ar zēna vecākiem, pedagoģs uzzin, ka ģimenē zēnam nav noteikts dienas rita režīms. Pēc zēna vecāku teiktā pedagoģs saprata, ka Rainers vakarā gulēt dodas ļoti vēlu, kas neatbilst zēna vecumam. Pedagoģs iesaka vecākiem izmainīt zēna vakara gulēt iešanas laiku, lai neciestu zēna emociju noskaņojums grupā dienas ritā. Reiņa emociju maiņu iemesls ir tas, ka zēns grupu sācis apmeklēt no septembra mēneša, līdz ar to notiek zēna adaptēšanās grupā. Zēns notiekošo grupā vēro no malas, nelabprāt iesaistās rotaļās. Lai zēna emocijas vērstu pozitīvas un zēnam būtu vieglāk adaptēties, Reinim pedagoģs pievērš pastiprinātu uzmanību, ieinteresējot viņu

rotaļdarbībā, paslavējot, uzmundrinot. Sofijas emociju izpausmes ir mainīgas, kuru iemesls ir viņas nepamatotu iegribu neapmierināšana. Pēc pedagoga vērojumiem grupā un pārrunās ar vecākiem pedagogs secināja, ka meitene mājās tiek pārmērīgi lutināta, izdabājot viņas nepamatotām iegribām. Pedagogs pārrunāja ar vecākiem par pareizu bērna audzināšanu, lai neciestu bērns.

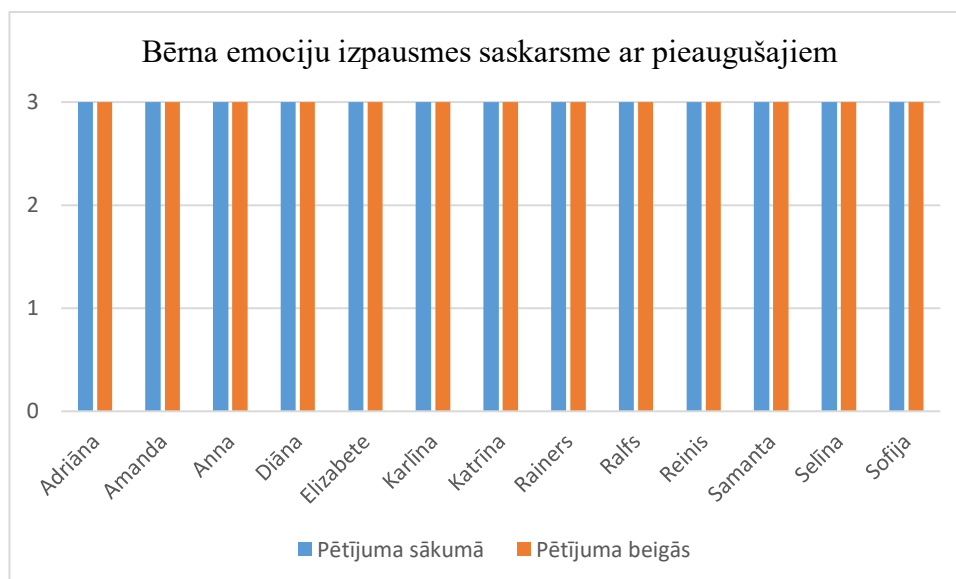
Analizējot 3. kritēriju - *Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar vienaudžiem* - iegūtie rezultāti attēloti šādi (sk. 19. attēlu).



**19.attēls. Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar vienaudžiem kritēriju rezultātu analīze.**

Pētījuma sākumā pedagogs secina, ka bērni ir savstarpēji draudzīgi, izpalīdzīgi, izņemot dažus bērnus. Diānai dienas rita laikā ir izteikta garastāvokļa maiņa, kas ietekmē saskarsmi ar vienaudžiem. Meitene vienmēr grib ieņemt vadošo līderes lomu dažādās rotaļu darbībās, kas neapmierina rotaļbiedrus, kuras rezultātā meitenei rodas konfliktsituācijas ar vienaudžiem. Lai veicinātu Diānai pozitīvu saskarsmi ar vienaudžiem, pedagogs izved pārrunas ar meiteni, norādot, ka jāļauj arī citiem izteikties. Pedagogs meitenei stāsta dažādus piemērus no rotaļsituācijām, ļaujot meitenei izprast otra bērna izjūtas. Raineram ir tieksme nodarīt otram bērnam fiziskas ciešanas, iekniebjot, vai pagrūžot. Tika izvestas pārrunas ar zēnu, kā veidot pozitīvu saskarsmi ar vienaudžiem. Notika pārrunas ar vecākiem.

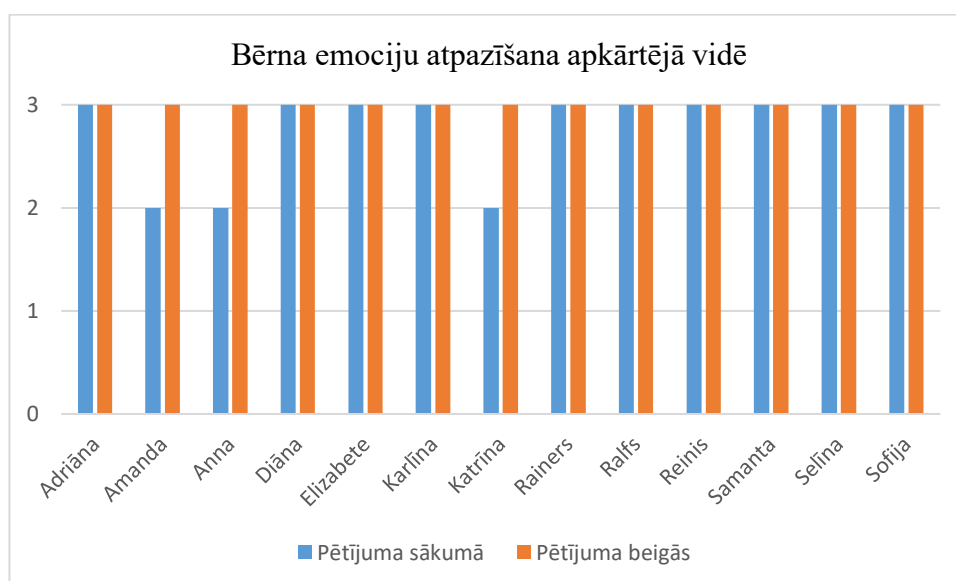
Analizējot 4. kritēriju - *Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar pieaugušajiem* - iegūtie rezultāti attēloti šādi (sk. 20. attēlu).



**20.attēls. Bērna emociju izpausmes saskarsmē ar pieaugušajiem kritēriju rezultātu analīze.**

Pētījuma sākumā un beigās var secināt, ka grupas bērnu saskarsme ar pieaugušajiem ir pozitīva, priecīga, ar vēlmi kopīgi sadarboties. Bērni droši dodas pie pieaugušajiem pēc palīdzības, ja tā ir nepieciešama, droši uzdod jautājumus. Pieaugušie ar savu pozitīvo attieksmi pret bērnu, sniedz bērniem drošības sajūtu.

Analizējot 5. kritēriju - *Bērna emociju atpazīšana apkārtējā vidē* - iegūtie rezultāti attēloti šādi (sk. 21. attēlu).



**21. attēls. Bērna emociju atpazīšana apkārtējā vidē kritēriju rezultātu analīze.**

Pētījuma sākumā un beigās var secināt, ka bērni pozitīvās, negatīvās emocijas atpazīst savstarpējos kontaktos, daiļdarbos, mūzikā, apkārtējās vides norisēs, cilvēku mīmikā, žestos. Tomēr Annai un Amandai, Katrīnai ne vienmēr izdodas pēc pasaku noklausīšanās, vai dziesmu noklausīšanās, noteikt, vai pasakas teksts patika, nepatika, vai mūzika iepriecināja. Pedagoģs nodarbojas ar Annu, Amandu, Karlīnu individuāli, norādot tekstā vietu, kur izpaužas emocijas.

Pēc vērojumiem tika aptaujāti 13 bērnu vecāki ar **mērķi**: noskaidrot un novērtēt vecāku viedokli un izpratni par bērnu emocionālās attīstības veicinātājiem šajā vecumposmā.

#### **Anketēšanas uzdevumi:**

1. Noskaidrot bērna emocionālo attieksmi, dodoties uz pirmsskolu.
2. Noskaidrot vecāku izpratni par bērna pozitīvas emocionālas attīstības veicināšanu ģimenē.
3. Noskaidrot vecāku izpratni par bērna negatīvo emociju veidošanās iemesliem ģimenē.
4. Izpētīt, kā vecāki sekmē labāku bērna emocionālo attīstību ģimenē.
5. Noskaidrot bērna mīļāko nodarbi mājas vidē.
6. Noskaidrot, vai bērnam ģimenē ir noteikts dienas rīts.
7. Apkopot pētījuma datus.

**Anketēšanas laiks:** 2017. gada septembris.

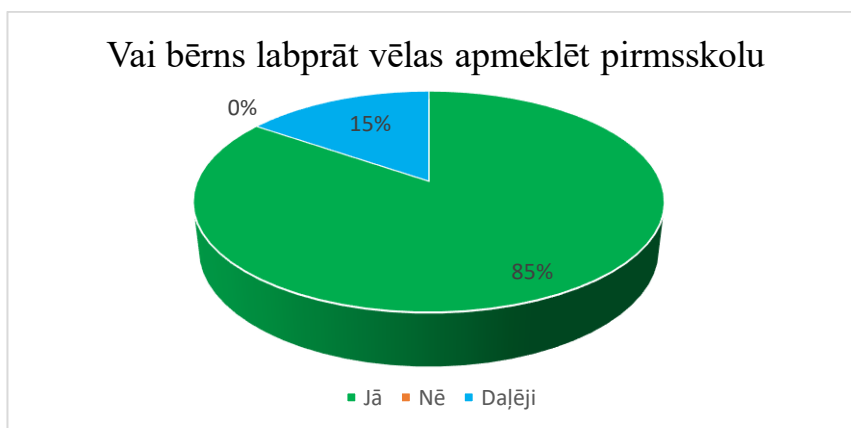
**Vecāku skaits:** 13.

**Anketas rezultātu izvērtēšana:** rezultāti tiek atspoguļoti diagrammās un aprakstošā veidā.

Tika izdalītas 13 anketas (sk. 1. pielikumu).

Vecāka atsaucību novērtēta pozitīvi, jo anketas tika izpildītas un tika atgrieztas atpakaļ visas 13.

#### **1. Jūsu bērns labprāt vēlas doties uz pirmsskolu?**



**22.attēls. Pirmsskolas iestādes apmeklējums.**

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot, vai bērni labprāt dodas uz pirmsskolas iestādi. Pēc anketas rezultātiem, 85% bērni labprāt nāk uz pirmsskolu, 15% daļēji, iemesli ir dažādi: viņi ilgstoši nav nākuši uz pirmsskolu, jo slimoja, vai dažādu apstākļu dēļ. Bērni mājās dodas vēl gulēt, tādēļ nav izgulējušies un nav vēlme doties uz pirmsskolu. Bērns vēl vakarā skatās televizoru. Bet kopumā bērniem patīk nākt uz pirmsskolu.

## **2. Kas, Jūsaprāt, ietekmē Jūsu bērna pozitīvās emocijas ģimenē?**

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot vecāku domas: kas ietekmē viņa bērna pozitīvās emocijas ģimenē. Vecāki uzskata, ka viņiem ir pozitīva attieksme pret bērnu, ģimenē ir kopā būšana, pietiekams miega daudzums, jaunu mantu iegāde, mīļums pret bērnu, rūpes par bērnu, kas tiek sniegts mājās, uzslavas, samīļošana, interesanti kopā pavadīts laiks. Pozitīvas emocijas veido kopīgi lasītas grāmatas, nodarbojoties ar rokdarbiem, draudzīga ģimenes atmosfēra, iejūtība vienam pret otru, kontaktēšanās ar citiem cilvēkiem, kultūras pasākumu apmeklēšana, palīdzība ģimenes locekļiem.

## **3. Kas, Jūsaprāt, ietekmē Jūsu bērna negatīvās emocijas ģimenē?**

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot vecāku domas: kas ietekmē viņa bērna negatīvās emocijas ģimenē. Vecāku uzskati, ka bērnu negatīvi ietekmē, ja ir apslimis, kaut kas neizdodas, nosodījums, negatīva attieksme pret bērnu, neveiksmes, ģimenes locekļu nesaskaņas, nepildīti solījumi no vecāku puses, slikts miegs, bērns netiek uzklausīts, nesaņem kāroto, nerod kopīgu valodu ar brāli, agra celšanās, nedarbu aizliegšana, multfilmu aizliegšana, ka otrs dara pāri, nepatīkamie darbi, rotaļlietu kārtošana.

## **4. Kā Jūs sekmējat pozitīvu emociju veidošanu savā bērnā?**

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot vecāku domas: kā sekmēt pozitīvu emociju veidošanu savā bērnā. Nodrošināt saticīgu, pozitīvu vidi ģimenē, samīļošana un uzslavas, uzklausīt bērnu, kopā darbošanās, kopīgi pavadīts laiks ar ģimeni, noteikts dienas rīts, vecāku vārda turēšana, pienākumu pildīšana, pastaigas, grāmatu lasīšana, iemācot bērnam ko jaunu, kopīgas fiziskās aktivitātes, ekskursijas, kultūras pasākumi.

Pedagoga ieteikums vecākiem, lai sekmētu labāku bērna emocionālo attīstību ģimenē, lasīt priekšā grāmatas, sarunāties, spēlēt spēles, rotaļāties, doties pastaigās u.c. Svarīgi atbalstīt visas bērna aktivitātes. Lai sekmētu labāku bērna emocionālo attīstību, nepieciešams bērnam izjust drošību ģimenē, saskaņu, emocionāli pozitīvu gaisotni. Pedagogs iesaka vecākiem pret saviem bērniem būt iejūtīgiem un saprotošiem, cienīt visa bērna emocijas (skumjas, dusmas, prieku, bailes), neatstāt tās bez ievērības.

## 5.Kāda ir Jūsu bērna mīļākā nodarbošanās?

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot vecāku domas: kāda ir bērna mīļākā nodarbošanās. Vecāku atbildes bija, ka bērniem patīk kustību rotaļas, multfilmu skatīšanās, grāmatu lasīšana ar vecākiem, zīmēšana, rokdarbi, palīdzēt vecākiem gatavot ēst, rotaļas ar draugiem, dziedāt, dejot, klausīties mūziku.

## 6.Vai Jūsu bērnam mājās ir izstrādāts noteikts dienas rits (kartība)?



*23.attēls. Dienas rits ģimenē.*

Uzdodot vecākiem šo jautājumu, pedagogs vēlējās noskaidrot vecāku domas: kāda ir bērna mīļākā nodarbošanās. Pēc aptaujas rezultātiem 46% vecāki atbildējuši, ka daļēji, jo tam ir dažādi iemesli, bērnus pieskata vecvecāki, kaimiņi, kuriem ir savs dienas rits, un bērnam tam ir jāpiemērojas. 39% vecāki atbildēja jā, ka bērnam ir dienas rits ģimenē. Ir novērots, ka šie bērni ir līdzsvarotāki, aktīvāki rotaļnodarbībās, viņiem ir labāka uztvere izziņas procesos, viņu emocijas ir ilgstoši pozitīvas. 15% vecāki ir atbildējuši nē. Šie vecāki nav piedomājuši, cik svarīgi ir bērnam sakārtots dienas rits. Pedagogs ar vecākiem pārrunāja individuāli par pareizu dienas rita nozīmi, lai bērnam veidotu pozitīvas emocionālas emocijas.

Pedagogs uzskata, ka vecāki atbildes snieguši godprātīgi, atbildīgi. Var teikt lielu paldies vecākiem, jo šie viedokļi ir ļoti nepieciešami kvalifikācijas darbā.

Pēc vecāku aptaujas, tika aptaujāti 4 pirmsskolas izglītības iestādes pedagogi ar **mērķi**: novērtēt un noskaidrot pirmsskolas iestādē strādājošo pedagogu pieredzi bērnu emocionālās attīstības veicināšanā pirmsskolas vecuma bērniem.

### **Anketēšanas uzdevumi:**

1. Noskaidrot pirmsskolas izglītības pedagogu viedokli par bērnu emocionālās attīstības izpausmēm bērnu adaptācijas laikā pirmsskolā.
2. Noskaidrot, kas sekmē bērna pozitīvu emociju veidošanu pirmsskolā.
3. Noskaidrot, kas sekmē bērna negatīvu emociju veidošanu pirmsskolā.
4. Noskaidrot, kādas ir pedagoģiskās metodes dienas ritā, lai gūtu bērnam pozitīvas emocijas.
5. Noskaidrot, ko vēlētos pedagogs mainīt dienas ritā un kādēļ.
6. Noskaidrot, kāda ir pedagoga emocionālā sadarbība ar bērna vecākiem.

**Anketēšanas laiks:** 2017. gada septembris.

**Pirmsskolas pedagogu skaits:** 4.

**Anketēšanas procedūra:** anketas tika aizpildītas pirmsskolā.

**Anketēšanas rezultātu izvērtēšana:** rezultāti tiek atspoguļoti diagrammā un aprakstā. Anketas tika izdalītas 4 pedagogiem, atpakaļ tika atgrieztas visas 4 (sk. 2. pielikumu).

Apkopojot pedagoga iesniegtās anketas, secinājums, ka pedagogiem ir līdzīgi viedokļi.

### **1. Raksturojiet, kādas emociju izpausmes (pozitīvas, vai negatīvas) esiet novērojušas bērnam adaptācijas laikā pirmsskolā?**

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: kādas emociju izpausmes esiet novērojušas bērnam adaptācijas laikā pirmsskolā. Pedagogu atbildes: Bērnu adaptācijas periodā tiek minēts, ka šajā laikā bērns ir nedrošs, viņam nav komunikāciju iemaņu prasmes, bērns ģimenē nav pozitīvi noskaņots par pirmsskolas apmeklējumu, kas izraisa negatīvas emocijas adaptācijas periodā. Kopsummā negatīvās emocijas izpaužas raudāšanā, nervozitātē, negrib piedalīties kopīgās rotaļās, ir slikta ēstgriba, trausls diendusas miegs.

### **1. Kas, Jūsaprāt, pirmsskolā sekmē pozitīvu emociju veidošanu?**

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: kas sekmē pozitīvu emociju veidošanu pirmsskolā. Pedagogu atbildes: Pozitīvas emocijas veido sakārtota, droša rotaļvide. Pedagoga pozitīva attieksme pret katru bērnu. Ģimenes pozitīvā attieksme pret pirmsskolu, bērna pozitīvās emociju izpausmes rotaļās, komunikācijā ar vienaudžiem un pieaugušajiem, ko bērns iegūst ģimenē, līdz ar to, tālāk to veido ar saviem vienaudžiem un pieaugušajiem. Bērna vēlmju izprašana, pretimnākšana, uzslavas.

### **2. Kas, Jūsaprāt, pirmsskolā sekmē negatīvu emociju veidošanos?**

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: kas sekmē negatīvu emociju veidošanu pirmsskolā. Pedagogu atbildes: Negatīvu emociju veidošanos pirmsskolā sekmē bērna vajadzību neapmierināšana, neveiksmes, bērnā nav ieadzinātas uzvedības normas, bērnā nav norādītas uzvedības robežas. Ģimenē bērns ir lutināts, kas pirmsskolā traucē bērnam iejusties kolektīvā, respektēt arī citu bērnu vajadzības. Bērna pašapkalpošanās prasmju trūkums, kas rada bērnā negatīvas emocijas. Negatīvi ēšanas paradumi, kas nāk no ģimenes.

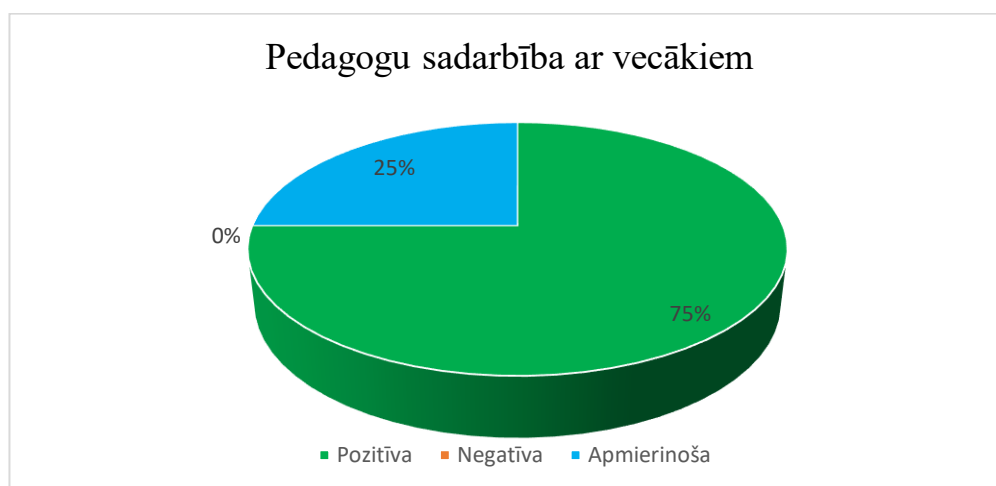
### 3. Kādas ir Jūsu pedagogiskās metodes visā dienas ritā, lai bērni gūtu pozitīvas emocijas?

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: pedagogiskās metodes visā dienas ritā, lai bērni gūtu pozitīvas emocijas. Pedagogu atbildes: Samīļošana, uzslavas, atbalsts, kopīga darbošanās, palīdzēšana, bērnu vajadzību apmierināšana, individuālas sarunas ar bērnu, pedagoga pozitīvi emocionālais noskaņojums visā dienas ritā.

### 4. Ko Jūs vēlētos mainīt pirmsskolas dienas ritā un kādēļ?

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: ko vēlētos mainīt pirmsskolas dienas ritā un kādēļ. Pedagogu atbildes: Dienas rīts ir sabalansēts, izejot no bērna vajadzībām.

### 5. Kādas ir Jūsu emocionālā sadarbība ar grupas bērnu vecākiem?



**24.attēls. Pedagoga sadarbība ar vecākiem.**

Uzdodot pedagogiem šo jautājumu, vēlējos noskaidrot pedagogu domas: emocionālā sadarbība ar grupas bērnu vecākiem. IZANALIZĒJOT ANKETAS, KURĀ 75% IR POZITĪVA, SECINU, KA VECĀKI IEKLAUSĀS PEDAGOGĀ, PEDAGOGS IEKLAUSĀS VECĀKU TEIKTĀJĀ, PEDAGOGS IZVED INDIVIDUĀLAS PĀRRUNAS AR BĒRNUS VECĀKIEM. PEDAGOGS VIENMĒR IR PRETIMNĀKOŠS, ATBILD UZ JAUTĀJUMIEM, IEROSINĀJUMIEM. JA RODAS KĀDAS PROBLĒMAS, TĀS TIEK RISINĀTAS KONSTRUKTĪVI, KURAS REZULTĀTI APMIERINA ABAS PUSES.

Sarunas notiek emocionāli pozitīvā gaisotnē. 25% ir apmierinoša, iemesli ir dažādi, dažu vecāku neinteresētība bērna audzināšanā, ģimenes nelabvēlīga sociāla vide. Sadarbība neveidojas, vecāku aizņemtības dēļ, tādēļ nevar norisināties individuālās pārrunas. Daži vecāki nenāk uz sapulcēm, minot aizņemtību darbā, vai ir interešu trūkums par bērna gaitām pirmsskolā. Vecāki visvairāk iesaistās grupas organizētajos pasākumos.

*Apkopojot bērnu vecāku un pedagogu anketu rezultātus, kā arī bērnu emocionālo noskaņojumu dienas ritā, secinu: bērnam pozitīvas emocijas veidosies, ja tiks apmierinātas viņa vajadzības, bērnu pieaugušie uztvers kā vērtību. Bērnam jādod izvēles iespējas, kā arī iespēju kļūdīties. Vecākiem un pedagogam ir jāizprot bērna attīstības likumsakarības. Bērnam nepieciešams maigums, sirsnība, gādība. Ļoti būtiska nozīme bērna pozitīvu emociju veidošanās procesā ir vecāku un pedagogu spēja izjust empātiju (iejusties bērna izjūtās). Ja vecāki, kā arī pedagogs to ievēro, viņiem ir vieglāk saprast bērnu. Bērns izjutīs pozitīvas emocijas, ja viņš apzināsies to, ka tiek mīlēts, tāpēc, ka viņš ir, tāpēc, ka ir brīnišķīgs un neatkārtojams, neskatoties, uz kļūdām un neveiksmēm. Vecāku, pedagogu un bērnu savstarpējās attiecības parādās gan rotaļās, gan savstarpējā saskarsmē. Labvēlīgā, audzinošā, garīgā atmosfērā, mazais cilvēks aug un attīstās, viņš ir zinošs, vesels un ar pozitīvām emocijām noskaņots.*

## Secinājumi

1. Emocijas ir cilvēka personiska reakcija uz ārējo un iekšējo kairinātāja iedarbību. Emocijas atspoguļo cilvēka vajadzības. Emocijas ir kā līdzeklis, kas atspoguļo dzīvo būtņu vajadzības (Č. Darvins).
2. Emocijas ir neiropsihiskās, pašregulācijas komplekss, reakcija uz iekšējiem un ārējiem kairinājumiem, uzbudinājums, kas izpaužas specifiskā, samērā īslaicīgā pārdzīvojumā un reaģēšanā dažādās situācijās, patikā un nepatikā, priekā, bailēs, pārsteigumā, atspoguļojas mīmikā, žestos, valodā u. tml. Emocijām ir liela nozīme saskarsmē un kultūrā (I. Beļickis, D. Blūma, T. Kože, D. Markus, V. Skujiņa, A. Šalme).
3. Lai sekmētu vispusīgu bērnu pozitīvi emocionālo attīstību dienas ritā, ir nepieciešams ievērot audzināšanas principus un radīt pozitīvu pieredzi caur praktisku darbību.
4. Svarīgi jau no mazotnes bērnam attīstīt pozitīvas emocijas, izrādot viņam mīlestību, uzticību, cieņu, atsaucoties uz dažādu pedagoģisko, sociālo, psiholoģisko faktoru ietekmi.
5. Svarīgi izpētīt bērna emocijas rotaļnodarbībās un sekmēt bērna izpratni par emocijām, to daudzveidību, to izpausmes veidiem un negatīvo emociju kontrolēšanu.
6. Emocionālā vide, kurā bērns dzīvo un bērna vajadzību ievērošana ir noteicošais faktors bērna pozitīvo emociju attīstībā.
7. Svarīgi ir vecākiem ieguldīt laiku, būt kopā ar bērnu, rotaļāties, izprast viņa vajadzības.
8. Ar rotaļu palīdzību bērns izsaka savas vēlmes, viņš priecājas, mācās, fantazē. Svarīgākais, ko bērns gūst rotaļājoties, ir pozitīvo emociju attīstība.
9. Bērna emociju izpausmju novērošana dienas ritā ļauj pedagogam secināt, ka vispozitīvākās emocijas un vēlēšanās līdzdarboties bērnos raisa – literāro darbu lasīšana, mūzika, dejas, rotaļas, lomu dramatizācija, kustību rotaļas, sporta aktivitātes un darbošanās vizuālajā mākslā.
10. Liela nozīme bērnu pozitīvi emocionālai attīstībai ir savstarpējai saskarsmei, valodai, apkampieniem, samīļošanai, uzslavām, smaidam, iejūtībai, bērnu vajadzību apmierināšanai.
11. **Darba izvirzītā pētījuma hipotēze apstiprinājās:** pozitīvu emociju attīstība dienas ritā tiks sekmēta, ja:
  - pedagogs nodrošina bērnam drošu vidi un dienas ritu pirmsskolā, atbilstoši bērna vecumam un individuālajām vajadzībām;
  - emocionāli pozitīvi sadarbojas ar ģimeni un pirmsskolas personālu, jo salīdzinošie pētījumi par bērnu emocijām un emocionālām izpausmēm pierāda, ka veiktās pedagoģiskās darbības dienas ritā ir sekmējušas bērnu pozitīvas emocijas.

## Ieteikumi vecākiem

1. Bērns un viņa emocionālās attīstības sākums ir ģimene, kurā viņš aug un attīstās.
2. Ģimenes vide bērnu ietekmē emocionāli.
3. Vecāki ar savu izturēšanos ietekmē bērna emocijas, uzvedību, viņu attieksmi pret sevi, saviem vecākiem un apkārtējiem cilvēkiem.
4. Bērns lomu rotaļās attēlo mammu vai tēti, attēlo savas mātes vai tēva attiecības un uzvedību ar pārējiem ģimenes locekļiem, viņu emociju izpausmes.
5. Vecākiem vajag padomāt par visu, ko viņi savos bērnos mīl un to pateikt bērnam. Reti izteikti mīlestības vārdi bērna sirsniņai ir īpaši nozīmīgi, jo tiek pateikti vienīgi un tikai viņam – vienīgajam pasaulē.
6. Vecākiem ne tikai jāsaka, ka mīl savus bērnus, bet jārāda ar savu rīcību, tikai ar darbiem var apliecināt mīlestību, lai bērns justos mīlēts, vajadzīgs un lai viņš pats arī varētu mīlēt un cienīt.
7. Mīloši vecāki atzīst bērna vājās un stiprās puses. Vēlams, kontaktēties ar bērnu tieši, atklāti, un godīgi, radot labvēlīgu un uzticīgu gaisotni.
8. Vecākiem vajag izprast bērna emocionālo noskaņojumu, ierosinot pārdomāt, kādu attieksmi vecāki paši gaida no tuviem un mīļiem cilvēkiem – sirsniņu, saņemot mierinājumu, un atbalstu jebkurā situācijā.
9. Vecākiem savas prasības ir jāizvirza tādā veidā, lai bērnam būtu pieņemamas, saprotamas, lai viņš tās varētu pārvērst savās iekšējās prasībās.
10. Lai bērnam veicinātu pozitīvu, emocionālu attīstību, vecākiem jābūt par to, lai ģimenē būtu saskaņa, mīlestība, savstarpēja cieņa, pozitīvi emocionāla gaisotne.

## Izmantotā literatūra un citu avotu saraksts

1. Autoru kolektīvs. (1999). *Psiholoģija vidusskolai*. Rīga: Zvaigzne ABC.
2. Autoru kolektīvs. (2011). *Psiholoģija vidusskolai*. Rīga: Zvaigzne ABC.
3. Avaņesova, V. (1986). *Audzināšana un mācīšana dažāda vecuma bērnu grupā*. Rīga: Zvaigzne.
4. Āboliņa, Z., Magazniece, D., Praulīte, G., Vīksne, Z. (1981). *Bērnu un pusaudžu augstākās nervu darbības fizioloģija*. Rīga: Zinātne.
5. Beļickis, I., Blūma, D., Koķe, T., Markus, D., Skujiņa, V., Šalme, A. (2000). *Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca*. Rīga: Zvaigzne ABC.
6. Biseniece, M., Vanaga, E. (2011). *Psiholoģija vidusskolai*. Zvaigzne ABC.
7. Bjūzens, T. (2008). *Gudrais bērns*. Rīga: Avots.
8. Borns, L. E., Ruso, N. F. (2000). *Psiholoģija*. Rīga: RaKa.
9. Breitberga, N. (2011). *Ceļš uz emocionālo veselību*. Rīga: Avots.
10. Brice, B. (2007). *Pirkstiņu rotaļas*. Rīga: RaKa.
11. Briško, B., Mihailova, S., Mihailovs, I., Zakriževska, M. (2008). *Ievads sociālajā psiholoģijā*. Rīga: Alberta koledža.
12. Chess, S. (1997). *Temperament: Theory and clinical practice*. Harvard Mental Health Letter.
13. Dūka, M. (2003). *Psihes bioloģiskie pamati*. Rīga: RaKa.
14. Fox, E. (2008). *Emotiona Science: An Integration of Cognitive and Neuroscientific Approaches*. Palgrave Mac Millan.
15. Geidžs, N. L., Berliners D. C. (1999). *Pedagoģiskā psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
16. Gēbels, V., Gloklere, M. (2009). *Bērns*. Rīga: Nordik.
17. Gipenreitere, J. (2006). *Kā saprasties ar bērnu*. Rīga: Nordik.
18. Gipenreitere, J. (2012). *Turpinām saprasties ar bērnu*. Rīga: Nordik.
19. Goleman, D. (2006). *Emotional Intelligence*. London United Kingdom: Bloomsbury Publishing PLC.
20. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata*. Rīga: Izglītības soli.
21. Hansena, K.A., Kaufmane, R. K., Saifers, St. (2002). *Bērncentrētu grupu veidošana*. Rīga: Sorosa Fonds Latvija.
22. Helmane, B., Šēnhofs, P. (1987). *Riti, riti, kamolīti!* Rīga: Zvaigzne.
23. Helminga, H. (2006). *Montesori pedagoģija*. Rīga: Jumava.
24. Izard, C.E. (2009). *Emotion Theory and Research: Highlights, Unanswered Questions, and Emerging Issues*. Annu. Rev. Psychol
25. Jurgena, I. (2002). *Vispārīgā pedagoģija*. Rīga: Izglītības soli.

26. Karpova, Ā. (2006). *Ģimenes psiholoģija*. Rīga: RaKa.
27. Kolominskis, J. (1990). *Cilvēks: Psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne.
28. Krafte, B. (2000). *Pirkstiņu rotaļas*. Rīga: Puse Plus.
29. Kreišmane, I., Valgere, R., Gulbe, K. (2000). *Ievads psiholoģijā*. Rīga: Pētergailis.
30. Lieģeniece, D. (1992). *Bērns pasaulē, pasaule bērņā*. Rīga: Zvaigzne.
31. Lieģeniece, D. (1999). *Kopveseluma pieeja audzināšanā*. Rīga: RaKa.
32. Mārtinsone, K. (2011). *Ievads pētniecībā*. Rīga: Raka.
33. Mārtinsone, K., Miltuze, A. (2015). *Psiholoģija 1*. Rīga: Zvaigzne ABC.
34. *Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām*. (31.07.2012). MK noteikumi Nr.533. Rīga: Latvijas Vēstnesis.
35. Pavlova, A. (2017). Veselīgs dzīvesveids. *Psiholoģija skolai un ģimenei*, (1), 14.
36. Puškarevs, I. (2001). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: RaKa.
37. Rothbart, M. K. (2011). *Becoming who we are. Temperament and personality in development*. New York: The Guilford Press.
38. Rubana, I. M. (1998). *Tava veselība. Veselīgs dzīvesveids*. Rīga: RaKa.
39. Smita, H. (2001). *Vai tavs bērns ir laimīgs?* Rīga: Kontinents.
40. Spirģe, I. (2007). *Psiholoģija ģimenei un skola*, (16), 13.
41. Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
42. Špona, A., Čehlova, Z. (2004). *Pētniecība pedagogijā*. Rīga: RaKa.
43. Špona, A. (2015). *Bērņa sasniegumu veicināšana pirmsskolā*. Rīga: RaKa.
44. Tūbele, S. (2002). *Skolēna runas attīstības vērtēšana*. Rīga: RaKa.
45. Valtneris, A. (2001). *Bērnu un pusaudžu fizioloģija*. Rīga: Zvaigzne ABC.
46. Vecgrāve, A. (2005). *Ceļvedis pieaugušajiem pa bērnības zemi*. Rīga: Zvaigzne ABC.
47. Vikofs, D., Anela, B. (1998). *Disciplīna bez uzkliezieniem un pļaukām*. Rīga: Krauklītis.
48. Vorobjovs, A. (2000). *Vispārīgā psiholoģija*. Rīga: Izglītības soli.
49. Webster, M. (2004). *The Merriam – Webster dictionary*. Springfield, MA: Author.
50. Изард, Е. К. (1980). *Эмоции Человека*. Московского университета.
51. Вартамян, Г. А., Петров, Е. С. (1989). *Эмоции и поведение*. Ленинград: Наука.
52. Вилюнаса, В. К., Гиппенрейтер, Ю. Б. (1984). *Психология эмоций. Тексты* Московского университета.

## **Pielikums**

## **Anketa vecākiem**

Labdien, cienījamie vecāki! Lūdzu Jūs aizpildīt aptaujas anketu vecākiem. Objektīva un patiesi aizpildīta anketa man palīdzēs iegūt noderīgu informāciju un ļaus izprast Jūsu bērnu emociju izpausmju iemeslus dienas ritā. Jau iepriekš pateicos par sapratni un atbalstu!

1. Jūsu bērns labprāt vēlas doties uz pirmsskolu?

- Jā
- Nē
- Daļēji

2. Kas ietekmē Jūsu bērna pozitīvās emocijas ģimenē?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

3. Kas ietekmē Jūsu bērna negatīvās emocijas ģimenē?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

4. Kā Jūs sekmējat pozitīvu emociju veidošanu savā bērnā?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

5. Kāda ir Jūsu bērna mīļākā nodarbošanās?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

6. Vai Jūsu bērnam mājās ir izstrādāts noteikts dienas rits (kārtība)?

- Jā
- Nē
- Daļēji

**Paldies!**

## Anketa pedagogiem

Labdien, cienījamie kolēģi! Rakstot kvalifikācijas darbu “Pozitīvas emocionālas attīstības sekmēšanas iespējas bērniem dienas ritā pirmsskolā”, man ir nepieciešama informācija par Jūsu darba pieredzi.

1. Raksturojiet, kādas emociju izpausmes (pozitīvas, vai negatīvas) esiet novērojušas bērna adaptācijas laikā pirmsskolā?

1.

2.

3.

4.

5.

2. Kas, Jūsaprāt, pirmsskolā sekmē pozitīvu emociju veidošanu?

1.

2.

3.

4.

5.

3. Kas, Jūsaprāt, pirmsskolā sekmē negatīvu emociju veidošanos?

1.

2.

3.

4.

5.

4. Kādas ir Jūsu pedagoģiskās metodes visā dienas ritā, lai bērni gūtu pozitīvas emocijas?

1.

2.

3.

4.

5.

5. Ko Jūs vēlētos mainīt pirmsskolas dienas ritā un kādēļ?

1.

2.

3.

4.

5.

6. Kāda ir Jūsu emocionālā sadarbība ar grupas bērnu vecākiem?

- Pozitīva
- Negatīva
- Apmierinoša

**Paldies par Jūsu atsaucību!**

### 3. *PIELIKUMS. Dienas rīts*

<b>Laiks</b>	<b>Nodrošināšana</b>	<b>Iegūtās kompetences</b>	<b>Emocijas</b>
7:00 – 8:10	Bērnu sagaidīšana, sarunas ar vecākiem, bērnu patstāvīgais darbs, rotaļas, vērojumi, pārrunas, kustību aktivitātes	Saskarsmes kultūras un sadzīves iemaņu veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
8:10 – 8:30	Rīta aplis, vingrošana	Uzdevumi no priekšmetu programmas kustību prasmju un iemaņu nostiprināšanai	Pozitīvu emociju veidošana
8:30 – 8:50	Gatavošanās brokastīm. Brokastis.	Saskarsmes kultūras un Sadzīves iemaņu veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
8:50 – 9:00	Darbavietas sakārtošana	Sadzīves iemaņu veidošana un saskarsmes kultūras veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
9:00 – 11:20	Rotaļnodarbības, kuru saturu veido integrētu mācību priekšmetu kopums. Starp rotaļnodarbībām starplaiki 5 – 10 minūtes bērnu patstāvīgai darbībai, rotaļām, atpūtai.	Attīstošie un izglītojošie uzdevumi to priekšmetu programmas atbilstoši bērnu attīstības līmenim. Starplaikos saskarsmes kultūras un sadzīves iemaņu veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
11:20 – 12:15	Gatavošanās pastaigai. Pastaiga, vērojumi, darbs, eksperimenti, priekšstatu nostiprināšana, sporta spēles, pamatkustību nostiprināšana	Sadzīves iemaņu veidošana. Uzdevumi no priekšmetu programmas zināšanu, iemaņu un prasmju nostiprināšana	Pozitīvu emociju veidošana
12:15 – 12:45	Gatavošanās pusdienām. Pusdienas.	Sadzīves iemaņu veidošana un saskarsmes kultūras veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
12:45 – 15:00	Gatavošanās dienas miegam. Dienas miegs.	Sadzīves iemaņu veidošana un saskarsmes kultūras veidošana	Pozitīvu emociju veidošana

	(ģērbšanās, zobu tīrīšana)		
15:00 – 15:20	Celšanās, ģērbšanās, sakārtošanās	Sadzīves iemaņu veidošana un saskarsmes kultūras veidošana	Pozitīvu emociju veidošana
15:20 – 15:40	Gatavošanās launagam. Launags.	Saskarsmes kultūras veidošana. Uzdevumi no priekšmetu programmas prasmju un iemaņu nostiprināšanai, vingrināšanai. Rotaļas.	Pozitīvu emociju veidošana
15:40 – 17:30	Radošās rotaļas, darbs, individuālais darbs ar bērniem. Bērnu patstāvīgā darbība, bērna došanās mājās.	Saskarsmes kultūras veidošana. Uzdevumi no priekšmetu programmas prasmju un iemaņu nostiprināšanai, vingrināšanai. Rotaļas.	Pozitīvu emociju veidošana

#### 4. PIELIKUMS. Bērna vajadzības

Rīta cēliens
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Katra bērna sagaidīšana, sasveicināšanās, samīļošana. Sarunas ar bērnu.</li></ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pedagoģis, atbilstoša vide, materiālā bāze, citi bērni (draugi), paēst, padzerties.</li></ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošināta bērna vajadzība</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Bērns sāk atsvešināties no citiem, paliek vienpatis, ja nav citu bērnu, draugu.<ul style="list-style-type: none"><li>• Ja bērns nepaēd, vai nepadzertas, tad ir niķīgs, dusmīgs un bērnam nav pozitīvas emocijas.</li></ul></li></ul>

Rīta aplis
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Sagatavošanās dienas ritam, vajadzība dzirdēt savu vārdu, ieraudzīt un iegūt statusu bērnu vidū, pakāpeniska ievirzīšana dienas ritmā, pozitīvas emocijas, interese, jaunas darbības. Piedzīvojums, sapratne (izprast, ko bērns vēlas darīt).</li></ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Aktīva darbība, kustības, dziesmas, mūzika, skaitāmpanti, komunikācija, rīta vēstījumi.</li></ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošināta bērna vajadzība</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Negatīvas emocijas nomāc mācību motivāciju. Mēdz būt, ka metodiskie paņēmieni, kas der vienam bērnam, var būt mazāk efektīvi citam. Visiem bērniem nav vienāda uztvere, intelektuālā attīstība, darbības pieredze, nepieciešama individuālā pieeja.</li><li>• Nespiest bērnu darbībās, kurās viņš nevēlas piedalīties, ja ar sliktām emocijām bērns noslēgs rīta apli, ar tādām pat emocijām iesāksies viņa nodarbību process.</li></ul>

Ēdienreizes (brokastis, pusdienas, launags)
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Ēšana, padzēršanās, pilnvērtīgs, sabalansēts, uzturvielām bagāts ēdiens.</li></ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Apgūst galda kultūru.</li><li>• Pedagoģis seko, lai visi bērni būtu paēduši.</li></ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Alerģiskas reakcijas uz, kādu no pārtikas produktiem, bailes ēst pašam (ja māte nav iemācījusi), grūts adaptācijas periods, var atteikties ēst vai paēst ļoti maz.</li></ul>

<b>Darbavietas sakārtošana</b>
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiālā bāze.</li> </ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nepieciešamie izdales materiāli ,vadoties pēc nodarbības satura.</li> </ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bērns neiegūs paredzētās zināšanas, līdz ar to nepilnveidosies bērna zināšanu apjoms.</li> </ul>

<b>Rotaļnodarbības ievada daļa</b>
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Izpratne par veicamo, darāmo, pozitīvu emociju veidošana, noskaņot uz pozitīvām emocijām</li> </ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Materiālā bāze</li> </ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Neizraisīs pozitīvas emocijas un interesi par veicamo uzdevumu.</li> </ul>

<b>Rotaļnodarbības galvenā daļa</b>
<b>Bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Praktiski darboties, sasniegt izvirzīto mērķi, saņemt uzskatāmus materiālus, izprast apkārtējo pasauli, attīstīt, vingrināt prātu, fiziski kustēties, saņemt uzslavas, tikt novērtētam.</li> </ul>
<b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spēles, rotaļas, dažādas āra nodarbības, pārrunas, demonstrējumi, intervijas, praktiskie darbi, vērojumi, metodiskie līdzekļi, dažādi dabas un citi materiāli, darbu paraugi.</li> </ul>
<b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ja netiek nodrošināta rotaļnodarbība, tad neveidojas un neattīstās bērna prasmes un iemaņas. Rotaļnodarbībā viņš rada savu domu, jūtu un izjūtu pasauli – viņš domā, sacer, salīdzina, runā, izdomā, izpildot lomu, priecājas, skumst un smejas. Ja netiek nodrošinātas rotaļnodarbības, bērnam tiek liegta pilnvērtīga attīstība, neveidojas pozitīvas emocijas.</li> </ul>

<b>Rotaļnodarbības izskaņa</b>
<p><b>Bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sasniegts bērna mērķis, ko viņš ir iecerējis rotaļnodarbības laikā. (netiek pārtraukta viņa darbība)</li> </ul>
<p><b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nodrošināt, lai bērnam būtu pozitīvas emocijas un viņš sasniegtu iecerēto, ievirzot viņu rotaļnodarbībā. Piedāvāt tos metodiskos līdzekļus, kas palīdzētu bērnam sasniegt nepieciešamo un iecerēto, metodiskiem līdzekļiem jāatbilst bērna vecumam un darbības saturam.</li> </ul>
<p><b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Negatīvas emocijas nomāc mācību motivāciju. Mēdz būt, ka metodiskie paņēmieni, kas der vienam bērnam, var būt mazāk efektīvi citam. Visiem bērniem nav vienāda uztvere, intelektuālā attīstība, darbības pieredze.</li> </ul>

<b>Pastaiga</b>
<p><b>Bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ērts apģērbs un apavi pēc laika apstākļiem. Pozitīvas emocijas. Spēja novērot un analizēt dabā notiekošos procesus, kā arī izprast sakarības starp tām. Justies drošam, izpētot visu apkārtējo vidi. Patstāvīga darbība.</li> </ul>
<p><b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dabā sastopami materiāli (lapas, koku zariņi, puķes, akmeņi, pelķes, sniegs, ūdens, smiltis) atbilstoši gadalaikam. Bērnu laukums. Kustību rotaļas, sporta inventārs. Praktiskie darbi dārzā.</li> </ul>
<p><b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nerodas interese par dabu, nenostiprinās novērošanas un analīzes spējas, neiemācās saudzīgi izturēties pret dabu. Nerod pozitīvas emocijas.</li> </ul>

<b>Dienas miegs</b>
<p><b>Bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Drošība, patstāvība, atpūta, vēdinātas telpas, sava guļvieta, klusums, pasaka pirms miega.</li> </ul>
<p><b>Bērna vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Guļamtelpa, gulta, mīksts inventārs, svaigs gaiss, klusums.</li> </ul>
<p><b>Iespējamie riski bērna personības attīstībā, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nevēdinātas telpas, troksnis, neērta guļvieta.</li> </ul>

<b>Piecelšanās, ģērbšanās, sakārtošanās</b>
<p><b>Bērņa vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Drošība, patstāvība, mīlestība, aprūpe, saskarsme, stabilitāte, orientēšanās telpā, sistemātiskums, higiēna, beznosacījuma reflekss, pašapkalpošanās prasmes, kārtība.</li> </ul>
<p><b>Bērņu vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vēdināšanas logi tiek aizvērti, pakāpeniska piecelšanās, tualetes apmeklējums pēc dienas miega, roku mazgāšana pēc tualetes apmeklējuma,.</li> </ul>
<p><b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ja pašapkalpošanās iemaņu apgūšanu atstāj uz vēlāku laiku, tas bērnam rada diskomforta sajūtu.</li> </ul>

<b>Radošās rotaļas, darbs, individuālais darbs ar bērniem. Bērnu patstāvīgā darbība</b>
<p><b>Bērņa vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• pastāvīgums, pašdisciplīna, veiklības attīstība, saskarsme, griba, likumsakarību izprašana, pašam domāt un darīt, pozitīva attieksme, pozitīvu emociju veidošana.</li> </ul>
<p><b>Bērņu vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bērņa patstāvīga darbība, pastaiga rotaļlaukumā, labs vārds, bērnu darbībai atbilstoša, droša rotaļu vide.</li> </ul>
<p><b>Iespējamie riski bērna personības attīstībai, ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kustību pilnveidošanās atpaliek, veidojas nelīdzsvarota, nelaimīga personība, kura nav pārliecināta par savu rīcību.</li> </ul>

<b>Došanās mājum</b>
<p><b>Bērņa vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pakāpeniska došanās mājum, drošība, uzticība, izziņa, saskarsme, mīlestība, emocijas, jauni iespaidi, emocionālais kontakts, atdarināšanas cienīgs objekts.</li> </ul>
<p><b>Bērņa vajadzību nodrošināšanas līdzekļi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bērnu mīlošs, laipns, aktīvs, emocionāli pozitīvs pedagogs, kas rūpējas, lai bērns justos labi, kamēr vecāki (pieaugušais) ieradīsies pēc bērna. Ja bērns paliek viens, nav citu bērnu, pārējie ir mājās, tad pedagogs cenšas panākt to, lai bērns nepamana un nesāk aizdomāties, kur aizkavējušies vecāki, pedagogs spēlējas ar bērnu, novēro un attīsta bērna individuālās spējas.</li> </ul>
<p><b>Ja netiek nodrošinātas bērna vajadzības</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ja bērns palicis viens, tad viņš var sākt izjust pamestības, nodevības sajūtu, viņam var likties, ka viņš ir lieks. Bērns ir stresains, raudulīgs, nevēlas vairs iet uz pirmsskolas iestādi, viņam ir psiholoģiska trauma un zūd drošības sajūta.</li> </ul>

**Labrīt!**

Labrīt, labrīt (*bērni stāv aplī; pamāj ar galvu pa labi, pa kreisi*)

To sakām mēs visi tūlīt. (*sit plaukstas*)

Labrīt, labrīt, (*pamāj ar galvu pa labi, pa kreisi*)

Lai gaisma jums sirsniņā krīt! (*abas rokas pieliek pie sirsniņas*)

Labrīt, labrīt, (*pamāj ar galvu pa labi, pa kreisi*)

To nedrīkstam aizmirst nekad, (*noraidoša kustība ar rādītājpirkstu pa labi, pa kreisi*)

Labrīt, labrīt, (*pamājam pa labi, pa kreisi*)

Lai pār pasauli skan! (*sit plaukstas*) (Brice, 2007, 17).

Labrīt, bērni.

Saulīte jau logā. (*bērni paceļ izstieptas rokas virs galvas, groza*)

Silda, silda, silda, silda. (*turot rokas krusteniski, bērns samīļo sevi*).

Silda visus mūs! (*bērni apskaujas*)

Jautri dienu sagaidām. (*kustina paceltas plaukstas*)

Pirkstiņus dancinām. (*piesit pirkstus*)

Kājiņas dipinām. (*viegli dipinām kājas*)

Pasmaidām, pasmaidām. (*pirksti pie vaigiem*)

Darbus darīt iesākam. (*pirkstu galus ripinām*)

LABRĪT! LABRĪT! LABRĪT! (*sasit plaukstas*) (Krafte, 2000).

**Pirkstiņu saruna.**

Pedagogs sasveicinās ar bērniem: “Labrīt, bērni! Vai esiet priecīgi šorīt? Kā Jūs jūtaties?”

Bērni saliek dūrītes vienu pret otru.

Īkšķis augšā, pārējie pirksti paliek saliekti dūrītē. (*bērni ar žestu palīdzību pauž emocijas*) (Krafte, 2000).

## 6. **PIELIKUMS. Gulētiešanas pirkstiņrotaļa**

**Laiks lācim gulēt iet!** (pēc I. Zanderes)

Tā, tā, lāci, tā! *(veic brīdinājuma kustības ar pirkstu)*

Tinies cieši kažokā! *(veic kamola tīšanas kustību)*

Tā, tā, lāci, tā! *(veic brīdinājuma kustības ar pirkstu)*

Acis ciet un nerunā! *(izstieptu rādītājpirkstu pieliek pie lūpām – klusu!)*

Tā, tā, lāci, tā *(veic brīdinājuma kustības ar pirkstu)*

Laidies saldā miedziņā! *(sakļauj plaukstas un pieliek pie vaiga.)*

Mazi, mazi vīriņi rindiņā sastājuši, platas cepures galvā. (*sēnes*)

Zelta kamols pār kalnu veļas. (*saule*)

Augšā, lejā, augšā, lejā, augšā, lejā. (*šūpoles*)

Stāv, bet iet. (*pulkstenis*)

Mazs, mazs vīriņš ar vienu kāju, brūna cepure galvā. (*baravika, beka*).

Kas lauž kokus bez rokām? (*vējš*)

8. *PIELIKUMS. Integrētās rotaļnodarbības*



Draudzīgie ķirbīši



Tēvu dienas dāvana

9. **PIELIKUMS. Grupas svētki**



Bērni ar deju iepriecina savus tētus “Tēvu dienā”



Jautrošanās

### **Kastanis**

No kastaņa zara nokrīt adatains bumbulis. Neviens nezina, ka tajā paslēpies brūnais kastaņa auglis. Dzīvnieciņi un kukainīši adatainim tek apkārt ar līkumu – baidās ar tādu draudzēties. Bet kastanis, savā čaulā ieslēdzies, kļūst arvien bēdīgāks un vientuļāks. Tā paiet vairākas dienas. Beidzot kastanis sasparojas, pārplēš čaulu trīs daļās un ieveļas zālē. Cik nu ir viegli! Apskatījies apkārt, kastanis pamana pelīti. “Pelīt, pelīt, paskaties!” – viņš aicina. “Vai mans čaulas gabals tev nederētu par bļodu?” “Tiešām – no tā iznāk lieliska bļoda!” Pelīte pateicas kastanim un aizstiepj vienu čaulas gabalu. Pēc brītiņa kastanis pamana vardīti. “Panāc, vardīti, paskaties!” – viņš aicina. “Vai mana čaula Tev nederētu par laivu?” “Tiešām – no tā iznāk jauka laiva!” Vardīte pateicas kastanim un aizvelk otru čaulas gabalu uz dīķi. Viņa ietupstas tajā un priecīgi brauc pa ūdeni. Te garām laižas vabole. “Panāc, vabolīt, paskaties!” – kastanis atkal sauc. “Vai mans trešais čaulas gabals tev nederētu par māju?” “Tiešām – no tā iznāk varena māja!” Vabole tūliņ iekārtojas uz adatainā čaulas gabala. Nu brūnais kastaņa bumbulis zālītē apmierināts smaida (Helmane, Šēnhofs, 1978).

## **GALVOJUMS**

Darbs izstrādāts atbilstoši zinātniskās ētikas principiem.

Darbā izmantotā literatūra u. c. avoti norādīti literatūras u. c. avotu sarakstā.

Dažāda veida informācijai (atziņām, citātiem, attēliem, tabulām u. c.), kas iegūta no minētajiem

avotiem, darbā un tā pielikumos dotas atsauces.

### **Darba autors**

Vārds, uzvārds

Paraksts

Datums:

# IZZIŅA PAR AIZSTĀVĒŠANU

## Kvalifikācijas darbs

LU Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Ar savu parakstu apliecinu, ka darbs izstrādāts patstāvīgi.

Darba autors:

---

(vārds, uzvārds, paraksts)

Rekomendēju darbu aizstāvēšanai.

Darba zinātniskais vadītājs:

---

(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds, paraksts)

## Kvalifikācijas darbs aizstāvēts

Pārbaudījuma komisijas 2017. gada \_\_\_\_\_

sēdē, protokola Nr. \_\_\_\_\_, vērtējums \_\_\_\_\_ (\_\_\_\_\_)

Valsts pārbaudījuma komisijas priekšsēdētājs

---

(akadēmiskais amats, zinātniskais grāds, vārds, uzvārds, paraksts)