

LATVIJAS UNIVERSITĀTE

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

pedagoģijas nodaļa

Pirmā līmeņa studiju programma

Pirmsskolas izglītības skolotājs

IVETA GREIDĀNE

**2-3 gadus vecu bērnu pašapkalpošanās prasmju sekmēšana
pirmsskolā ar rotaļu palīdzību**

Kvalifikācijas darbs

Darba vadītājs:

Lektore

Mg. paed.

Rasma Purmale

Akadēmiskais amats

Zinātniskais /
akadēmiskais grāds

Vārds, uzvārds

Paraksts

CĒSIS 2019

Anotācija

Darba nosaukums: 2-3 gadus vecu bērnu pašapkalpošanās prasmju sekmēšana pirmsskolā ar rotaļu palīdzību.

Darba autore: Iveta Greidāne

Darba vadītājs: Mg. paed. Rasma Purmale

Pētījuma mērķis: Pētīt teorijā un praksē kā veicināt bērna pašapkalpošanās prasmes ar rotaļu palīdzību.

Atslēgas vārdi: Pašapkalpošanās prasmes, patstāvīgs bērns, agrīnā bērnība, rotaļas, sensitīvais periods.

Darbs sastāv no divām daļām: teorētiskās un praktiskās.

Kvalifikācijas darba teorētiskā daļa tiek izstrādāta balstoties uz G.Svences, A.Šponas, D.Lieģenieces, I.Prudņikovas, A.Spivakovskas u.c. autoru darbiem.

Praktiskajā pētījumā tika pierādīta hipotēze: bērns apgūs pašapkalpošanās prasmes, ja tiks atlasītas rotaļas atbilstoši bērna vajadzībām un interesēm, rotaļa tiks izmantota ikdienā, būs sadarbība ar ģimeni. Par to liecina bērnu pašapkalpošanās prasmju attīstība.

Darba apjoms: 50 lpp, 38 attēli, 6 tabulas, 3 pielikumi, darba izstrādei izmantoti 60 literatūras un citi avoti.

Annotation

Title: 2 to 3 years old children self – service skills development promotion in pre – school using games.

Paper author: Iveta Greidāne

Supervisor: Mg. Paed. Rasma Purmale

Research aim: to theoretically and practically study how to promote child's self – service skills using games.

Key words: self – service skills, independent child, early childhood, games, sensitive period.

Paper contains two parts: theoretical and practical part.

Qualification paper's theoretical part is based on G.Svence, A.Špona, D.Lieģeniece, I.Prudņikova et al. authors works.

For practical research a hypothesis was proven: if according to child's needs and interests' games are chosen, are used on a daily basis and there is co – operation between a teacher and child's parents, a child will master self – service skills. Child's self –service skills development evidence that.

Paper amount consists of: 50 pp, 38 images, six tables, three appendixes, for papers' development are used 60 literature and other resources.

SATURS

Ievads.....	5
1. Psiholoģijas un pedagoģijas atziņas par pašapkalpošanās prasmēm.....	7
1.1. Pašapkalpošanās jēdziena skaidrojums teorētiskajā literatūrā.....	7
1.2. Bērnu raksturojums pētāmās problēmas aspektā.....	13
1.3. Pašapkalpošanās prasmes sekmēšana ar rotaļu palīdzību.....	20
2. Praktiskais pētījums – bērna pašapkalpošanās prasmes.....	28
2.1. Praktiskā pētījuma gaitas izstrāde.....	28
2.2. Sākotnējā pētījuma rezultātu analīze.....	29
2.3. Pedagoģiskā darbība pašapkalpošanās prasmju sekmēšanai.....	36
2.4. Pētījuma rezultātu salīdzinošā analīze.....	42
Secinājumi.....	46
Literatūras un citu avotu saraksts.....	47
Pielikumi.....	50

Ievads

Mūsdienās daudzi bērni pirmsskolas izglītības iestādi sāk apmeklēt jau no divu gadu vecuma vai pat agrāk. Bērnam ģimenē jau ir izveidojusies pirmā praktiskā pieredze, kuras attīstība turpināsies pirmsskolas izglītības iestādē. Strādājot ar 2-3 gadus veciem bērniem autore ir novērojusi, ka pašapkalpošanās prasmes ir tās, kurām ir jāpievērš visvairāk uzmanība. Vecāku aizņemtība un steiga, lielā mērā kavē bērna pašapkalpošanās prasmes. Atvedot bērnu uz pirmsskolas izglītības iestādi, kā arī atnākot pēcpusdienā pakal, pieaugušie paši bērnam novelk drēbes vai saģērbj, tādējādi neļaujot bērnam to veikt pašam.

„Pirmsskolā bērns aug ne tikai intelektuāli, bet tiek nodrošināta arī viņa fiziskā un emocionālā attīstība. Šeit tiek veikta bērna sagatavošana tālākām skolas gaitām gan psiholoģiski, gan praktiski” (Golubina, 2007,10).

Pašapkalpošanās ir saistīta ne tikai kā bērna prasme apģērbties, apaut kājas, ievērot personīgo higiēnu (mazgāt rokas, muti, apmeklēt podiņu), bet arī ar tādām lietām, kā sakārtot savu darba vietu, nolikt vietā mantas (apģērbu, rotaļlietas) utt.

Bērna pirmsskolas vecums ir svarīgākais personības attīstības posms. Tas ir viņa socializācijas sākumposms: iekļaušanās kultūras un vispārcilvēcisko vērtību pasaulē, attiecību veidošanās pret priekšmetiem un dabu, pašam sevis izzināšanas process. Mūsu uzdevums ir nevis maksimāli paātrināt bērna attīstību, bet gan katram pirmsskolas vecuma bērnam nodrošināt tādus apstākļus, lai viņš varētu pilnībā atklāt un realizēt neatkarīgo, tikai savam vecumam piemītošo potenciālu (Černova, 2003, 4).

Lai sekmīgi tiktu galā ar bērna individuālo attīstību, jāņem vērā katra bērna personīgās īpašības un attīstības līmenis. Pedagogam ir jāizvērtē katrs bērns individuāli un jāizvēlas atbilstoši uzdevumi bērna tālākai attīstībai.

Būtiska pirmsskolas vecuma iezīme ir tā, ka lielāko daļu laika bērns pavada spēlēs un rotaļās (Plaude, 2009, 11).

Šajā vecumposmā rotaļas bērniem ir ļoti svarīgas. Caur rotaļām bērns spēj daudzpusīgi attīstīties. Izmantojot didaktiskās rotaļlietas, bērnam tiek attīstīta redzes un roku darbību saskaņa (dažādi trauciņi ielikami cits citā), tālākai bērna attīstībai jau izmantojam reālo priekšmetu aizvietotājus, ar kuriem bērns mācās izprast reālo priekšmetu funkcionālo nozīmi.

Pētījuma objekts – pedagoģiskais process pirmsskolā (rotaļas).

Pētījuma priekšmets – pašapkalpošanās prasmes.

Pētījuma mērķis – pētīt teorijā un praksē kā veicināt bērna pašapkalpošanās prasmes ar rotaļu palīdzību.

Pētījuma hipotēze: bērns apgūs pašapkalpošanās prasmes, ja:

1. Tiks atlasītas rotaļas atbilstoši bērna vajadzībām un interesēm.
2. Rotaļa tiks izmantota ikdienā.
3. Būs sadarbība ar ģimeni.

Pētījuma uzdevumi:

1. Analizēt pedagoģijas un psiholoģijas zinātnes atziņas par bērna pašapkalpošanās prasmēm 2-3 gadu vecumā.
2. Raksturot rotaļu nozīmi pašapkalpošanās prasmju apguvei.
3. Noskaidrot 2-3 gadus vecu bērnu pašapkalpošanās prasmes.
4. Veikt praktisko pētījumu.
5. Apkopot pētījuma rezultātus un izdarīt secinājumus.

Pētījuma metodes:

1. Teorētiskā – literatūras analīze.
2. Empīriskā – vērojums, anketēšana (vecākiem)

Teorētiskā pētījuma bāze: teorētiskais pētījums tika veikts, analizējot G.Svences, A.Šponas, D.Lieģenieces, I.Prudņikovas, A.Spivakovskas u.c. autoru darbus.

Praktiskā pētījuma bāze: X pirmsskola, 14 bērni, 14 vecāki.

Darba struktūra: Darbs sastāv no divām daļām – teorētiskās un praktiskās. Darbā iekļauti 38 attēli, 6 tabulas, 3 pielikumi un 60 literatūras un citi avoti.

1. Psiholoģijas un pedagoģijas atziņas par pašapkalpošanās prasmēm

1.1. Pašapkalpošanās jēdziena skaidrojums teorētiskajā literatūrā

„*Pašapkalpošanās* ir nepārtrauktas rūpes par ķermeņa tīrību, par to, lai apģērbs būtu kārtībā, gatavība izdarīt visu nepieciešamo bez atgādinājuma, iekšējas vajadzības mudinātam, higiēnas noteikumu ievērošana” (Padina, 1980, 60).

„*Pašapkalpošanās* ir elementārs darba veids. Tā attīsta jaunākā pirmsskolas vecuma bērnu uzmanību, nostiprina viņa patstāvību, pārliecību par saviem spēkiem, veido prasmi pārvarēt grūtības” (Dzintere, 1974, 9).

Nepietiek ar to, ka bērns apkopj tikai pats sevi – ģērbjas, sakārto rotaļlietas. Viņam jāradinās arī rūpēties par citiem. Tieši tā ir jāsaprot *pašapkalpošanās* darbs – ne tikai kā sevis aprūpe, bet kā savstarpējas rūpes citam par citu (Zelmenis, 1991, 41).

„*Pašapkalpošanās* ir maza bērna galvenais darba veids. Bērnu mācīšana pašiem ģērbties, mazgāties, ēst, nolikt rotaļlietas vietā – veido bērna patstāvību, mazāku atkarību no pieaugušā, pārliecību par saviem spēkiem, vēlēšanos un prasmi pārvarēt grūtības” (Padina, 1980, 61).

Savukārt D.Lieģeniece uzsver, ka bērnam pirmsskolas vecumā jāapgūst izpratne par *pašapkalpošanās* nozīmi attieksmē ne tikai pret sevi, bet arī pret citiem: tīrs, kārtīgs apģērbs ir skaists, patīkams sev un citiem, ja apģērbu pats nesakārto, tas jādara citiem (mammai, auklei, audzinātājam).

Pamanīt un novērst nekārtības savā un cita apģērbā.

Prast uzvesties pie galda (pareizi lietot galda piederumus).

Ēst klusējot, prast pacelt nokritušo dakšīņu, karoti, nepievēršot tam citu bērnu uzmanību (Lieģeniece, 1992, 85).

Prasmes ir paņēmieni kopums, kas nepieciešams kādas darbības sekmīgai veikšanai. Lai bērns apgūtu jaunu prasmi, viņam ir jāzina atsevišķi darba paņēmieni un jāvingrinās tos pielietot. Panākumi gūstami ātrāk, ja bērns izprot katra darbības paņēmiena nozīmi darba kvalitatīvā izpildē. Pieaugušo uzdevums ir, analizējot pirmajos vingrinājumos pieļautās kļūdas, parādīt to cēloņus un novēršanas kļūdas (Avotiņš, Prindule, Upmane, 1981, 125).

„*Prasme* ir iespēja efektīvi izpildīt uzdevumu (darbību) saskaņā ar mērķiem, prasībām, apstākļiem, kādos nākas darboties. Izšķir praktiskās un teorētiskās prasmes. Prasmes veidojas vingrinājumu gaitā” (Žukovs, 1997, 21).

„*Prasme* ir māka veikt kādu darbību atbilstoši nepieciešamajai kvalitātei un apjomam; darbības izpildes priekšnosacījums – tā ir tāda zināšanu, darbības paņēmieni apguves pakāpe, kas ļauj apgūto izmantot mērķtiecīgā darbībā” (Špona, Čamane, 2009, 68).

Prasme – darbības, kuras veic ar iemaņām un apziņas kontroli (Svence, 1999, 42).

Kā personība bērns attīstās, apmierinot savas vajadzības. Vajadzības ir cilvēka apzināta un pārdzīvota nepieciešamība pēc tā, kas uztur viņā dzīvību un veicina viņa personības attīstību. Vajadzību apmierināšanai ir bērna attīstības virzītājspēki (Puškarevs, 1999, 6-7).

Pirmsskolas mērķis: zinātkārs, radošs un dzīvespriecīgs bērns, kas dzīvo veselīgi, droši un aktīvi, darbojas patstāvīgi un mācās ieinteresēti un ar prieku, gūstot pieredzi par sevi, citiem, apkārtējo pasauli un savstarpējo mijiedarbību tajā (Skola 2030, Projekts Nr.8.3.1.1/16/1/002. Kompetenču pieeja mācību saturā).

Lai varētu sasniegt šādu mērķi – bērnam ir jāapgūst valodas, matemātikas, dabaszinātņu, tehnoloģiju, veselības un fizisko aktivitāšu, kultūras izpratnes un pašizpaušmes mākslā joma, kā arī sociālā un pilsoniskā joma. Agrīnajā bērna vecumā ir ļoti svarīgi apgūt tieši sociālās prasmes, jo tās ir nepieciešamas ne tikai, lai varētu iekļauties sabiedrībā, bet arī katra bērna individuālai attīstībai. Sociālās prasmes palīdz bērnam iepazīt apkārtējo sociālo vidi un dzīvot tajā. Bērns iegūst izpratni par savu identitāti, apkārtējo sabiedrību un noteikumiem, kuri jāievēro, lai tajā dzīvotu. Īpaša nozīme veltāma bērna drošībai un veselībai. 1 pakāpē bērns sāk apzināties sevi kā indivīdu, kuram piemīt noteiktas pazīmes, kuras viņu atšķir no citiem. Bērns sāk mācīties ievērot noteikumus, ievērot pieklājības normas, mācās veikt pašapkalpošanās darbus (Skola 2030, Projekts Nr.8.3.1.1/16/1/002. Kompetenču pieeja mācību saturā).

„Audzināšana darbam jaunākajās grupās sākas ar pašapkalpošanās organizēšanu. Kaut gan mazgāšanos, ģērbšanos, ēšanu, rotaļlietu sakārtošanu tikai nosacīti var uzskatīt par darbu, tomēr nepieciešamība apgūt ikdienas dzīvē ļoti vajadzīgas iemaņas izvirza pašapkalpošanos par vienu no galvenajiem pirmsskolas vecuma bērnu darba uzdevumiem” (Dzintere, 1974, 9).

Risinot jautājumu par mācību darbību kā vadošo darbību, tās īpatnībām un organizēšanu jaunākā skolas vecuma bērniem, jāuzsver tās atziņas, kuras saistītas ar darbības paņēmieni apgūšanu, jo tieši ar darbības paņēmieni pieaugušais nodod savas zināšanas bērnam, notiek savstarpēja sadarbība starp bērnu un pieaugušo. Agrā bērnībā tās ir darbības, kas saistītas ar bērna dzīvē pašu nepieciešamāko priekšmetu lietošanu: karotītes, krūzītes lietošana dzerot vai ēdot, zābaciņu uzvilšana, mētelīša aizpogāšana (Avotiņš, Prindule, Upmane, 1981,73).

Pieaugušajam cilvēkam pašapkalpošanās prasmes liekas pašas par sevi saprotamas, tās ir ikdienišķas jau ierastas darbības, kurām mēs nepievēršam īpašu vērību. Taču mazam bērnam, tas ir kas jauns, vēl nezināms.

Par to kā veicināt bērnu darboties pašam varam lasīt I.Prudņikovas grāmatā „Montesori pedagoģija ikdienā”: „Kad bērns sāk pārvietoties, viņa prāts neapzināti jau ir uztvēris apkārtējo pasauli. Bērns sāk darboties apzināti. Ja pavērojam gadu vai divus gadus vecu bērnu, tad redzam, ka viņš nepārtraukti kaut ko dara. Darbojoties ar rokām, viņš īsteno to, ko jau ir uztvēris agrāk. Apzinot apkārtējos priekšmetus it kā rotaļas veidā, bērns vēlreiz atkārti gūtos iespaidus. Šāds „darbs”, kas vienlaicīgi ir arī rotaļa, liek viņam ne tikai apzināties, bet arī veidot sevi. Viņš attīsta sevi, izmantojot rokas kā cilvēka prāta instrumentu.

Darbojoties ar rokām, bērnam atnāst atmiņā pirmajos trīs dzīves gados uzkrātais, kad viņš bija it kā vērotājs, kas no apkārtējās vides bez piepūles uztvēra to, kas nepieciešams viņa augšanai. Nodarbojoties ar bērnu šajā periodā, ir jāievēro, ka bērnam nav vajadzīga tieša palīdzība, tā var aizkavēt tikai augšanu. Vairāk par visu bērnam nepieciešama iespēja brīvi darboties pašam pēc savas iniciatīvas bez pieaugušā iejaukšanās. Vislabākie rezultāti būs sasniedzami tad, ja radīsim īpašu vidi, kurā bērns pats var izvēlēties nodarbības. Neatkarīga dzīve sagatavotā vidē iemāca viņam ne tikai pašam visu izdarīt, bet viņš arī iegūst jaunas morālās un sociālās spējas, neticami ātri progresē kultūras elementu apgūšanā” (Prudņikova, 2004, 29).

Vadoties no cilvēka attīstības pamatstruktūras, izšķir harmoniski un vispusīgi attīstītas personības audzināšanu. Harmoniska personības attīstība nozīmē intelektuālās, emocionālās un gribas attīstības līdzsvaru. Jau no agras bērnības bērna prāta, jūtu un gribas (es pats) attīstības līdzsvars ir dabisks. Ar nepareizu audzināšanas līdzekļu izvēli un lietošanu bieži šis līdzsvars ir izjaukts. Vispirms vecāki, tad audzinātāji bērnudārzā un skolotāji ietekmē šī līdzsvara attīstību. Bērnam ir iedzimta vajadzība izzināt pasauli. Nepārtrauktā bērna praktiskā darbošanās un priecāšanās par atklājumiem nevienam pieaugušajam nav sveša. Taču, ne vienmēr vecāki atrod laiku atbalstīt bērnu pasaules izziņā. Šajā procesā bērns rūda arī savu gribu. „Es pats” vēl neprot izrunāt, bet jau vēlas pats ēst un zābakus uzvilkt. Taču, nonākot 1.klasē, daudziem bērniem vecmāmiņas vēl uzvelk zeķes un zābakus, uzliek šalli un sasien cepuri. Attīstības līdzsvarā – prāta, jūtu un gribas saskaņa ir uzskatāmi izjaukta (Špona, 2004, 43).

Agrīnā bērnībā priekšplānā izvirzās cīņa par autonomiju. Iemācoties stingrāk stāvēt uz kājām, mazais apgūst arī māku novilkt robežas starp „man”, „mans”, „es” un „tev”, „tavs un tu”. Autonomijas attīstībai ir nepieciešama stingri izveidota agrīnās uzticēšanās apziņa. Bērna

vēlmei pašam nostāties uz savām kājām ir nepieciešams apkārtējās vides atbalsts (Eriksons, 1998, 86-87).

Par bērna vēlmi veikt patstāvīgas darbības agrīnā bērnībā, mēs varam lasīt arī D.Lieģenieces grāmatā „Kopveseluma pieeja audzināšanā”. Šajā grāmatā autore balstoties uz Ē.Eriksona izdalītajām 8 personības attīstības stadijām, sniedz informāciju par agrīno stadiju. Agrā bērnības stadija (aptver otro un trešo dzīves gadu) – bērnam par valdošo kļūst vēlēšanās paust patstāvīgumu, rodas apņēmīgums vai kauna un šaubu izjūta. Bērna aktivitāte bieži nonāk pretrunā ar pieaugušo izvirzītajām prasībām. Ja pieaugušie ļauj patstāvīgi veikt darbības, kas atbilst bērna spēkiem, lieki viņu nesteidzinot, tad bērnā veidojas apziņa, ka viņš pārvalda savas kustības, sevi un zināmā mērā arī apkārtni. Savukārt, ja pieaugušie cenšas rīkoties bērna vietā, viņā rodas nedrošības izjūta. Bērna patstāvīgā darbībā var parādīties kļūdas un neveiksmes. Ja pieaugušie reaģēs ar nosodījumu, tad bērnā var rasties šaubas, vai pieaugušo attieksme ir taisnīga (Lieģeniece, 1999, 25)

Līdzīgās domās ir A.Bikova savā grāmatā „Patstāvīgs bērns vai kā kļūt par „ideālu mammu” – kad bērns cenšas izrunāt pirmos vārduņus, neviens nemēģina viņu apklusināt, tas pat skan absurdi. Taču nereti nākas dzirdēt arī ko tādu:

- Es pats apgērbšos!
- Nē, tu tikai tūlāsies, ļauj, es tevi ātri apgērbšu.

Lūk, tieši tā bērnam zūd prieks būt patstāvīgam, un, kas ir pats sliktākais, viņš sāk ticēt, ka neko nemāk, nespēj, ka netiks galā un būs labāk, ja viņa vietā rīkosies mamma (Bikova, 2017, 47-48).

Vācu psihologs Martins Hiršbīls uzskata, ka Latvijā par bērniem vecāki rūpējas pārspīlēti: „Vecāki rūpējas kā traki! Starpība starp Latviju un Vāciju milzīga. Vācijā cilvēki vairāk ir egoistiski, vairāk rūpējas par sevi un savu karjeru. Tajā ir gan labā, gan sliktā puse.” Pārprūpēto bērnu vecāki patstāvīgi bērna vietā dara lietas, ko paši bērni var izdarīt, tādiem vecākiem ir grūti pieņemt un izturēt, ka bērns var būt bēdīgs, satraukties, vecāki skrien pa priekšu un novāc visas situācijas. Tā vecāki kaitē bērnam un atņem laiku sev. Tā ir neprātīga vecāku mīlestība pret bērniem, vecāki domā, ka bērniem tas ir vajadzīgs. Vecāki arī daudz strādā un jūtas vainīgi, ka maz laika velta bērniem, tad visu brīvo laiku pavada tikai ar viņiem. Pārprūpētie bērni nemāk tikt galā ar sadzīviskām lietām, ir nedroši. Nonākot vidē, kur jābūt patstāvīgiem, bērni nonāk grūtībās, nevar uzsākt sarunu ar citiem bērniem, pajautāt vienkāršas lietas, paprasīt palīdzību.

Pārprūpētie bērni savlaicīgi nav apguvuši vecumposmam nepieciešamās praktiskās un emocionālās iemaņas, kas vēlāk atspoguļojas saskarsmes situācijās un uzvedības

problēmās. Katram bērna vecumam ir savas zināšanas un prasmes – vecākiem jāvēro bērns un jāuzticas bērna patstāvībai (Hiršbīls, <https://www.lsm.lv>).

Prudņikova, balstoties uz M.Montesori uzskatiem, citē, ka laiks no divarpus līdz sešu gadu vecumam ir īpašs sajūtu laiks. Šajā vecumā bērnu piesaista *paša veiktās darbības*. Tāpēc šis periods ir tik ļoti piemērots „labu manieru” apgūšanai, t.i., vingrināties tādās darbībās kā iešana, krēsla pārņemšana, durvju aizvēšana un atvēršana, asa priekšmeta pasniegšana otram cilvēkam, pareiza deguna šņaukšana utt. Šajā vecumā bērni vislabāk un visātrāk iemācās labu uzvedību. Ja šo iemaņu mācīšanu atstāj uz vēlāku laiku, tad bērnam pazūd interese, tās vietā būs stājušās citas, kas vairāk saistītas ar prāta darbību (Prudņikova, 2004, 30).

Lai bērns nebūtu slinks, kopš agras bērnības *izmantojiet viņa vēlēšanos strādāt*, dodiet bērnam iespēju veikt viņa spēkiem atbilstošu darbu! Daudzi vecāki saka, ka viņu dēls vai meita, kad bija mazi, aizrautīgi veica visus mājas darbus, bet tagad nav piedabūjami aiziet uz veikalu. Tas nozīmē, ka *sensitīvais* brīdis ir palaists garām. Maziem bērniem ir patiesa vajadzība darīt visu tā, kā to dara pieaugušie. Pašcieņa, noteikta pašpalīdzības pakāpe ir svarīgākā iezīme, kas raksturo tādu personību, kura attīstās harmoniski, tā ir garantija, ka savlaicīgi izveidosies vajadzība pēc patstāvīga darba. Izraudzīties bērnam šādu patstāvīgu pienākumu nav viegli. Ir vajadzīgs laiks un atjautība, lai iegūtu vislielāko labumu no šī audzināšanas paņēmiena. Pirmkārt, uzdevumam, kas izvirzīts bērnam, jāatbilst viņa vecuma iespējām, otrkārt, tam jābūt patstāvīgam, treškārt, pienākumam jābūt nevis speciāli izdomātam, bet gan patiešām nepieciešamam ikdienas dzīvē (Spivakovska, 1989, 116).

Respektējiet bērna vēlmi būt neatkarīgam. Pieņemiet, ka viņš ir individualitāte ar savām vajadzībām, nepieciešamībām un vēlmēm. Šajā attīstības posmā mazulis grib izbaudīt kontroli pār apkārtējo pasauli un noteiktas lietas darīt patstāvīgi.

Ļaujiet bērnam darboties pašam. Kad vien iespējams, ļaujiet viņam pašam darīt to, ko viņš var, piemēram, apģērbties, paēst vai iztīrīt zobus.

Nepiespiediet bērnu būt pārāk neatkarīgam. Viņš būs priecīgs, ja veicināsiet vēlmi būt neatkarīgam, tomēr pārliecinieties, ka neliekat viņam darīt vairāk, nekā viņš spēj. Atcerieties: lai gan bērns tiecas pēc neatkarības, viņš vēl joprojām ir ļoti atkarīgs no jums.

Uzticiet bērnam dažus pienākumus. Uzticiet viņam mazus darbiņus, ar kuriem viņš var tikt galā, piemēram, rotaļlietu sakārtošana vai apģērba ielikšana veļas grozā. Atcerieties, cik viņam ir gadu un ko viņš spēj. Iesākumā viņam būs nepieciešama jūsu palīdzība un uzraudzība.

Radiet piemērotu vidi. Radiet iespējas, lai mazulis vairāk varētu darboties patstāvīgi, piemēram, izdariet tā, lai rotaļlietas, kastes un grāmatas būtu viegli sasniedzamas. Pārliecinieties, ka apģērbs un apavi ļauj viņam brīvi darboties, piemēram, lai šortiem, biksēm

vai svārkjiem būtu elastīga jostasvieta, bet kreklēm un kurpēm – Velcro aizdare un lielas pogas.

Ja dažreiz ļausiet bērnam būt patstāvīgam, brīžos, kad jums būs nepieciešams pārņemt vadību un viņam vairs nebūs nekādas teikšanas, viņš to labprāt pieņems (Gazala, 2004, 44-45).

Līdzīgi uzskata arī Vecgrāve: „Nedariet bērnu vietā to, ko var izdarīt viņi paši! Uzmundriniet bērnus un radiet atbilstošus, mierīgus apstākļus, kuros viņi varētu mēģināt iemācīties kaut ko jaunu! Sarežģītas lietas un uzdevumus ieteicams mācīties pakāpeniski” (Vecgrāve, 1996, 167).

Sociālās vides iespaidu uz bērna attīstību nosaka gan sociālekonomiskais stāvoklis valstī, sabiedrībā, ģimenē, gan bērna personības socializācija. No ģimenes sociālekonomiskās situācijas atkarīgs bērna uzturs, sociālhygiēniskie apstākļi ģimenē, izglītošanas iespējas, tātad bērna fiziskā un garīgā attīstība (Puškarevs, 2001, 15).

Bērna brīvība galu galā ir aizliegumu atcelšana ceļā uz viņa tapšanu brīvam. Tapt brīvam nozīmē pārvarēt neatkarības pakāpes, priekšplānā izvirzot patstāvību un spriedumu atklātību (Holtštige, 1995, 81).

Reņģe balstoties uz Ē.Eriksonu, uzskata, ka 2.-3.gadu vecumā bērns ir pietiekami fiziski attīstīts, lai daudzas lietas veiktu patstāvīgi: pārvietotos, manipulētu ar priekšmetiem, spēlētos, veiktu elementāras pašapkalpošanās funkcijas; tas viss nostiprina bērnam uzņēmību. Ir ļoti svarīgi, lai pieaugušie bērnu atbalstītu, veicinātu bērna patstāvību. Ja bērnam neļauj būt patstāvīgam, pieaugušie turpina darīt visu viņa vietā vai arī bērns dzird nepārtrauktus pārmetumus, dara tā, kā nevajag, tad bērnam rodas šaubas par sevi (Reņģe, 1999, 115).

Visbūtiskākais – lai pieaugušajiem patiešām būtu *vajadzīgs*, ka bērns pats paveic to, ko viņš var. Darot viņa vietā, mēs tikai nodarām pāri savam lolojumam (Vecgrāve, 1996, 77).

Ļoti tēlaini par bērnu patstāvības veicināšanu savā grāmatā izsakās OSHO: „Tāpat kā dārznieks palīdz kokam. Jūs nevarat rupji stiept koku uz augšu. Jūs nevarat darīt kaut ko tādu. Tas neizraisīs pozitīvu rezultātu. Jūs iesējat sēklu, laistāt to, mēslojat un gaidāt. Koks izaug patstāvīgi. Kad koks attīstās, sargājiet to, lai tam neviens nekaitē vai nesalauž to. Tā ir skolotāja īstā funkcija: skolotājam jābūt kā dārzniekam. Nav tā, ka jums jāveido bērns; bērns attīstās patstāvīgi. Esība ir tā, kas veido bērnu.” (OSHO, 2011, 185).

Secinājumi

Pašapkalpošanās prasme ir maza bērna galvenais darbs - bērns apgūst tādas prasmes, kā apģērbties, paēst, ievērot higiēnu, sakārtot savas mantas.

Maziem bērniem ir patiesa vajadzība atdarināt pieaugušo, tādēļ, mums ir jāizmanto viņa vēlēšanās strādāt. Lai bērns veiksmīgi apgūtu pašapkalpošanās prasmes, galvenie nosacījumi ir:

- *bērna vecumam atbilstoša vide,*
- *iespēja izvēlēties uzdevumu, kas atbilst viņa vecuma iespējām,*
- *netiks ierobežota bērna patstāvība un aktivitāte,*
- *bērns netiks steidzināts un kritizēts,*
- *atbalstīsim bērnu pasaules izziņā.*

Pieaugušajiem ir jāatceras – nedarām bērna vietā to, ko viņš spēj izdarīt pats!

1.2. Bērnu raksturojums pētāmās problēmas aspektā

Bērnam ir pašam savi attīstības likumi, un, ja gribam palīdzēt viņam augt, mums jāievēro viņa likumi, nevis jāuzstiepj savējie (Montesori, 2019, 128).

No 1,5 līdz 2 gadiem bērni sāk apgūt tuvākajā apkārtnē esošo lietu kopsakarības, piemēram, lietu veseluma ideju, atbilstību noteiktiem etaloniem (rotaļlietām jābūt veselām, pogām jābūt aizpogātām, jānokārtojas tikai uz podiņa u.tml.). Tas nozīmē, ka bērns psihiski ir gatavs apgūt sociālās normas. To apguve ir saistīta ar gribas un paškontroles procesu attīstību (Svence, 1999, 71).

Savukārt T.Likona uzsver, negaidiet no divgadīga bērna, lai viņš būtu vairāk nobriedis, nekā patiesībā ir. Zināmā mērā viņš vēl joprojām ir bēbītis. Ja situācija ir atbilstoša, bērns jāiedrošina rīkoties – pieaugošas prasības veicina attīstību (Likona, 1983, 116).

Bērni 1-3 gadu vecumā vispirms atklāj priekšmetu sociālo lietojumu. Bērnu manipulēšana ar priekšmetiem arvien vairāk tuvinās to funkcionālajam lietojumam. Tā 1,5 gadus veci bērni, piemēram, ar karoti, bumbiņu, grāmatu vai citu priekšmetu rīkojas citādi nekā 3 gadus veci bērni. 3 gadu vecumā tuvākajā apkārtnē esošo priekšmetu funkcionālais lietojums ir apgūts (Svence, 1999, 66).

Dažkārt ir grūti pielāgoties 2 gadus veca bērna garastāvokļa svārstībām. Bērns šajā vecumā pārdzīvo pārlietu lielas fiziskas un emocionālas pārmaiņas. Tagad, kad bērns jau vairākus mēnešus ir iemācījies staigāt, viņš mēģinās skriet, lekt, viņam arvien vairāk sāk nostabilizēties kustību koordinācija. Bērns mēģinās jau pats noģērbties un saģērbties. Šajā vecumā bērns rotaļājoties, arvien vairāk sāks izrādīt interesi par citiem bērniem. Sākumā varbūt viņš vēros, kā rotaļājas pārējie bērni, tad mēģinās atdarināt to, ko viņi dara rotaļās (www.goodtoknow.co.uk).

Pašnoteikšanās attīstības stadija ilgst no 1,5 līdz 3-4 gadiem. Bērns sāk sevi apzināties kā aktīvu, darbīgu radījumu. Šīs stadijas galvenais pozitīvās attīstības rezultāts ir neatkarības apguve. Mazulis nosacīti atbrīvojas no pieaugušo aizgādības. Viņš sāk izjust savu neatkarību, kas izpaužas viņa vārdos „es pats”. Bērns vēlas izziņāt un eksperimentēt ar lietām. Parādās paškontrolē, pārliecība par savu kompetenci (Dzintere, Boša, 1997, 10).

Trešais dzīvības gads ir ļoti straujas attīstības posms, bērns no mazuļa kļūst par cilvēciņu, kas runā, skrien. Tā ir īsta maza persona, kas gatava iet bērnudārzā. Bērns sāks prasīties uz podiņa, kad pienāks īstais laiks. Tas nāks pats no sevis, kad bērns būs tam gatavs. Pieaugušajiem būtu jāņem vērā:

- esiet iecietīgi, novērtējiet bērna pūliņus un daudz nerunājiet par neveiksmēm. Lieciet saprast, ka lepojaties ar to, ka bērns aug un kļūst gudrāks;
- parādiet viņam, kā dara citi bērni, kas jau iet uz podiņa (Bakisa, 1999, 43-47).

Mazbērni sāk veidot savu individualitāti un patstāvību. Viņiem vēl joprojām ir nepieciešama drošība, ko sniedz pieaugušais, tāpēc viņi bieži vien vērsas pie pieaugušajiem, lai saņemtu drošības apliecinājumu. Viņi cenšas kontrolēt savas dzīves notikumus un kontrolēt paši savas darbības. Fizioloģijas jomā notiek izmaiņas smadzeņu ķīmiskajā uzbūvē, un šīs izmaiņas reizēm izsauc ļoti mainīgas emocijas. Bērniem sāk veidoties valoda, ko saprot apkārtējie pieaugušie. Viņi aizvien labāk spēj izpildīt citu dotos norādījumus. Trīsgadīgie bērni pārdzīvo „kopā nākšanas” vecumu. Kognitīvās, verbālās un fiziskās prasmes ir pietiekoši labi attīstītas, lai viņi varētu daudz ko veikt patstāvīgi. Viņu rotaļa un valoda liecina, ka viņi sāk uztvert un saprast cita cilvēka viedokli (Dzintere, Stangaine, 2007, 140).

A. Elango mazbērna periodu izšķir triju veidu darbībās:

Galvenā ir darbošanās ar priekšmetiem – iemācās pazīt lietu īpašības, ievēro, kam tās ir piemērotas. Darbojoties ar priekšmetiem, nozīmīga ir pieaugušo atdarināšana.

Īpaša darbošanās forma ar priekšmetiem ir rotaļa, kas arī attīstās no pieaugušo darbošanās atdarināšanas.

Otrs darbošanās veids ir pieaugušo organizēta un vadīta darbība – šajās darbībās ideju devējs un palīgs ir pieaugušais. Turklāt bērns vēlas darboties patstāvīgi, pārvarēt grūtības atbilstoši savām ierobežotām iespējām. „Es pats...” viņš protestē pret pieaugušo pārmērīgu palīdzību. Bērnam jādod iespēja attīstīt savu patstāvību. Viņa panākumi šajā jomā jānovērtē, viņš jādrošina un jārosina.

Trešais mazbērnu darbību veids ir saistīts ar dažādu dzīves uzdevumu izpildīšanu, pirmām kārtām ar ēšanu, ģērbšanos, gulēšanu, tīrības režīma ievērošanu utt. Sākumā šo darbību izpildē bērns rūpīgi jāvingrina un jākontrolē, taču vēlāk arī šeit viņam jādod vairāk brīvības. Bērna patstāvība dzīves nodarbībās jārosina pat tad, ja viena vai otra darbība iznāk

nepareizi, piemēram, viņš uzvelk zeķi kājā ar papēdi uz augšu utt. Kļūdas piesardzīgi jālabo.

Mazbērna vecumā visi darbības veidi ir cits ar citu cieši savijušies. Tikai pirmsskolas vecuma beigās tie cits no cita nošķiras un pārvēršas par patstāvīgām darbības sfērām (Elango, 1984, 106-107).

No divarpus līdz četru gadu vecumam bērna attīstībā ir sensitīvais periods, kura laikā bērni interesējas, kā izdarīt precīzas kustības. Šajā vecumā bērnam sagādā prieku izpildīt darbības ar lielāku precizitāti. Ja kustību pilnveidošanu uzsāk šajā brīdī, tad tā ne tikai veicina prāta normālu attīstību, bet ietekmē visas personības veidošanos, sniedz apmierinājumu, veicina koncentrēšanās spēju attīstību un iekšēju bagātināšanos. Vēl ir būtiska atšķirība starp bērna un pieaugušo darbu. Ja pieaugušā darbam ir kāds ārējs mērķis, kas vēlāk radīs pārmaiņas vidē, piemēram, kartupeļi tiek iebērti ķerrā, lai vēlāk tos stādītu, tad bērna mērķis ir tikai piekraut ķerru ar kartupeļiem, tādēļ viņš to tūdaļ turpat izgāž. Cits piemērs: ja pavēro trīsarpus gadus vecu bērnu, kurš pogā pogas, tad viņš to var darīt neskaitāmas reizes. Ja viņa mērķis būtu aizpogāt jaku, tad pietiktu, ka viņš to darītu vienu reizi. Pieaugušais strādā, lai pilnveidotu vidi, bet bērns, lai pilnveidotu sevi (Prudņikova, 2004, 30-31).

Par to, kā nenokavēt bērna sensitīvo periodu varam lasīt A.Bikovas grāmatā „Patstāvīgs bērns vai kā kļūt par „ideālu mammu”. „Kad bērnam pašam dot karotīti? Tad, kad viņš sāks par to interesēties, kad sniegsies pēc tās un mēģinās jums to pat atņemt. Vai arī tad, kad sāks ēst ar rokām. Orientējaties ne pēc priekšrakstiem, bet ņemiet vērā sava bērna impulsus. Ja karotīti neiedosiet tad, kad bērnam pēc tās radīsies vajadzība, pēc tam var gadīties, kad bērnam vairs negribēsies šo galda piederumu ņemt rokā un viņš pieprasīs, lai viņu baro. Kritēriji ir paši universālākie – novērot savu bērnu un sekot viņa impulsiem” (Bikova, 2017, 46).

Pirmajos trijos dzīvības gados strauji attīstās bērna organisms. Tas prasa atbilstoša dienas režīma, barošanas, higiēnisko apstākļu nodrošinājumu, bērna organisma norūdišanu. Jārūpējas, lai tiktu izmantoti visi līdzekļi bērna kustību un sajūtu orgānu attīstības sekmēšanai.

Šajā vecumposmā bērnam pārsvarā ir ierosa, tāpēc vērojama bērna nesavaldība. Bērns vēl nevar novērtēt savas darbības apstākļus un rīcības sekas. Jācenšas mērķtiecīgi un saprātīgi ierobežot bērna iegribas, pastiprinot aiztures spējas (Žukovs, 1997, 27).

Pedagoģe (Amanda Morin), kura ir bijusi aktīva dalībniece daudzās individualizētās izglītības programmas komandās vēsta, ka divus gadus veci bērni parasti kļūst neatkarīgāki un vairāk sāk interesēties par citiem bērniem. Ja viņiem pietrūkst vārdu, lai izpaustu sevi, tas var radīt nepatīkamas situācijas. Līdz divu gadu beigām, iespējams bērni atdarinās to, ko pieaugušie dara, sauks lietas tāpat, kā to dara pieaugušie, spēlēsies kopā ar citiem bērniem, sāks saprast, ka var darīt lietas bez citu palīdzības un neuzklausīs pieaugušos vairāk nekā

iepriekš darot lietas, kuras viņiem nav atļauts darīt, tikai lai pārbaudītu kas rezultātā notiek (Amanda Morin, understood.org).

Jaunāko pirmsskolas vecuma bērnu dzīvē darbs nav dominējošā darbība. Pēc savām vecuma iespējām bērns vēl nav pietiekami nobriedis darbam. Viņa muskulatūra vēl ir vāja, kustības – nekoordinētas, uzmanība – nenoturīga, griba atrodas dīgļa stadijā. Taču mazajam raksturīga tieksme darboties un atdarināt, būt patstāvīgam, viņam ir interese par visu, kas notiek apkārtējā dzīvē. Bērnu individuālās īpatnības darbaudzināšanas procesā jaunākajā pirmsskolas vecumā izpaužas viņu dažādajā patstāvības pakāpē, atšķirīgajā pašapkalpošanās prasmju un iemaņu līmenī un interesē par darbu. Šīs īpatnības atklājas ne tikai darbā, bet arī rotaļās, nodarbībās un sadzīvē (Kovaļčuka, 1984, 53).

No gada līdz četrus gadus vecumam ar kulmināciju 2-3 gadus vecumā norit kustību attīstības periods. No 3 gadus vecuma bērnam rodas interese par kārtību. Šajā vecumā varam novērot, ka bērni ne tikai ikdienas gaitās, bet arī nodarbībās vēlas ievērot kādu noteiktu kārtību (Brice, 2013, 7).

Trīsgadnieks var paveikt diezgan daudz – ja ne patstāvīgi, tad vismaz vecāku uzraudzībā. Viņš var sakārtot rotaļlietas, salikt uz galda traukus un galda piederumus un tos pēc tam novākt, pagatavot apelsīnu sulu, palīdzēt gatavot ēst, kaut ko pieberot vai samaisot (Likona, 1983, 123).

Trīsgadīgs bērns sāk lietot pirmās personas formu: „Es skraidu, es klaudzīnu.” Līdz ar to pieaug prasība pēc patstāvības, rodas nepieciešamība pēc jauna darbības veida. Bērns sāk interesēties par pieaugušo darba rīkiem. Priekšmetu pasauli bērns uztver naivā darbības formā, bet cilvēku – kā lielu pavēlnieku. Tādēļ bērns itin bieži sāk teikt: „Es pats!” Rodas pretruna starp bērna „Es pats!” un pieaugušā: „Nedrīkst!”. Bērns grib pats vadīt automašīnu, airēt laivu, taču viņš nespēj šīs darbības veikt. Šī pretruna tiek likvidēta jaunā vadošās darbības tipā – rotaļā (Avotiņš, Prindule, Upmane, 1981, 64-65).

Par „Es pats” fāzi varam lasīt I. Filjoza grāmatā „Bērns mani neklausa” – neilgi pēc „nē” teikšanas fāzes, apmēram divarpus gadus vecumā, nāk „es pats” fāze. Bērns grib gūt pieredzi, darot to, ko jau spēj. Viņš vēlas gērbties viens pats, ēst viens pats utt.

Darot kaut ko bērna vietā laika trūkuma dēļ, lai atvieglotu sev dzīvi, vai tāpēc, ka domājat – viņam vienam nesanāks, jūs bērnam atņemat iespēju likt lietā savas jaunās spējas un prieku par to, ka kaut kas viņam izdodas vienam pašam.

Bērns vairs nav mazulis, bet mammai vai tētim ir tik grūti nedarīt bērna vietā! Šis ir grūts posms, jo ir jau izveidojušies automātiski ieradumi. Mēs bērnam vairs neesam tik nepieciešami kā agrāk tādu darbību veikšanai, ar ko tagad bērns var tikt galā pats. Tas nav vienkārši – vēl jo vairāk tāpēc, ka šajā vecumā bērns vienu dienu var būt ļoti neatkarīgs,

pašpārliecināts, pat autoritārs, bet nākamajā dienā „ķerties mammai brunčos”, raudāt, tiklīdz paejam kaut vai dažus metrus tālāk, īpaši stresa pilnā vietā vai situācijā (Filjoza, 2015, 85-86).

Vecumā no 2 līdz 3 gadiem bērns sāk apzināties sevi kā autonomu personu, jo ir apjautis savu „Es”, taču bērnam jāmācās kontrolēt savas emocijas, jo viņš bieži dusmojas. Bērns tiecas pēc aizvien lielākas patstāvības (Golubina, 2007, 181).

Kristen Goode – klases audzinātāja, skolas administratore un Universitātes pasniedzēja vairāk kā 25 gadu garumā, uzskata, ka katrs bērns attīstās individuāli. Bērns seko savam laika grafikam un atšķirīgā ātrumā sasniedz attīstības atskaites punktus. Tomēr lielākajai daļai bērnu pašapkalpošanās prasmes notiek dabiskā gaitā. Divu gadu vecumā bērns prot:

- pats paēst ar nelielu nosmērēšanos;
- padzerties no krūzes vai glāzes;
- likt saprast, ka ir jānomaina pampers;
- novilkt zeķes un kurpes.

Tālākā attīstības pakāpe:

- spēj tikt galā ar rāvējslēdzēju un lielām pogām;
- izrāda vēlmi iet uz tualeti;
- sāk mēģināt uzvilkt un novilkt apģērbu pāri galvai;
- pats paēd bez nosmērēšanās;
- dara vienkāršus darbus, kā arī paņem un noliek rotaļlietas savā vietā;
- prot dalīties ar citiem bērniem (KristenGoode.study.com).

„Agrajā bērnībā par vadošo darbības veidu kļūst priekšmetiskā darbība. Šajā periodā bērns sadarbībā ar pieaugušajiem apgūst sabiedrībā izstrādātos priekšmetiskās darbības paņēmienus. Kā psihes jaunveidojums parādās runas un pašapziņas procesa pirmsākumi. Līdz triju gadu vecumam bērna runā jāparādās vietniekvārdam „Es”. Viņam jāsaka: „Es gāju”, „Es ņemu” utt., bet nevis „Pēteris gāja”, „Pēteris ņēma” (Vorobjovs, 1996, 268).

2-4 gadu vecumā bērns intensīvi socializējas, burtiski kopējot apkārtējo cilvēku uzvedību. Bērns vēro, uztver iespaidus, iekļaujot tos savā atmiņā un precīzi atdarina. No audzināšanas aspekta pieaugušajiem, īpaši audzinātājiem, jākontrolē tie uzvedības modeļi, kurus var pārņemt bērns, vienalga, vai tie būtu sadzīvē vai TV ekrānā (Puškarevs, 2001, 63).

Psihoterapeite (Amy Morin) uzskata, ka lielākā daļa 2 gadus veci bērni pēc savas būtības ir „egocentriski”, kas nozīmē, ka viņi vēl nenojauš, ka citiem cilvēkiem ir savas domas vai rūpes bez viņiem. Bērni šajā vecumā uzskata, ka pasaule griežas ap viņiem un viņu vajadzībām. Tāpēc nevajag brīnīties, ka jūsu bērns nav gatavs spēlēties ar citiem bērniem tradicionālā veidā – dod un ņem. Tā vietā viņi iespējams labprātāk spēlējas līdzās citiem bērniem, nevis ar viņiem (AmyMorin.verywellfamily).

Tāpat kā ik organisms ir atkarīgs no savas vides, ik bērna tapšana ir atkarīga no vides, kurā viņš dzīvo. Svarīgi it kāds apstākļi – atdarināšana. Bērns sevi veido no tā, ko redz, un piesātinās ar to, ko pārdzīvo (Bakisa, 1999, 103).

Agrā bērnībā raksturīgs darbības veids ir apkārtnes atdarināšana. Novērošanas un atdarināšanas ceļā bērns apgūst cilvēku elementāras darbības, izturēšanos un attieksmi pret apkārtnes lietām, citiem cilvēkiem, kā arī valodu (Zelmenis, 1991, 37).

Trešajā dzīves gadā bērns sāk sevi apzināties kā patstāvīgu būtni, kam ir savas vēlmes un centieni; viņš kļūst arvien patstāvīgāks, vēlas līdzināties pieaugušajiem, atdarina viņus. It spilgti tas izpaužas trešā dzīves gada otrajā pusē. Pieaugušie nedrīkst ierobežot bērnu iniciatīvu, pretējā gadījumā var rasties kaprīzes, spītība. Tieksme darboties izpaužas arī sižetiskajās rotaļās (Dzintere, 1984, 52).

M.Montesori ir savs viedoklis par atdarināšanu: „Vienmēr ir pastāvējis uzskats, ka bērni imitē vecākus, tomēr tas savukārt ir ļoti virspusējs izteikums. Mūsdienās kļuvis skaidrs, ka vispirms bērnam ir jāsaprot, un tikai tad viņš var atdarināt. Svarīgi ir tas, ka, bērnam, pirms viņš sāk atdarināt, jābūt gatavam to darīt, un gatavība ir atkarīga no bērna pūlēm. Tas attiecināms uz ikvienu cilvēku.” (Montesori, 2019, 125).

Vide, kurā bērns atrodas pirmo triju dzīves gadu laikā, ir nozīmīga, ja bērnam tajā ir iespēja veikt pētījumus un atklājumus ar roku palīdzību un atdarināt viņiem saprotamu pieaugušo darbošanos. Bērns tad ir tajā vecumā, kad rokas, kas iepriekš, veicot „elementāras kustības” iztaustīja apkārtējo vidi, ne tikai atrod noteiktu mērķi, bet arī spēj pilnvērtīgi darboties. Bērni lej ūdeni glāzēs un pudelēs, viņi mācās kontrolēt rokas, lai neizlaistītu ūdeni. Viņiem patīk tādi vingrinājumi. Bērni, kuriem nav attīstības problēmu un tieksmes būt opozīcijā, grib rīkoties ļoti precīzi. Bērns no dabas tiecas būt precīzs, un viņu saista iespējas vingrināties precizitātē. Kad bērns uztvēris pieaugušo kustības, viņš tās atdarina (Helminga, 2006, 75).

Sākumā bērna kustības ir neveiklas, nemākulīgas un neharmoniskas. Sīkā motorika attīstās pakāpeniski, tas ir individuāls process, un katram bērnam tas norit savā tempā. Sīkā motorika ir spēja veikt sīkas un precīzas kustības ar roku un kāju pirkstiem (nervu, muskuļu un kaulu darbību kopums). Sīkā motorika ietver sevī daudz dažādu kustību – sākot no vienkāršiem žestiem (satvert rotaļlietu) līdz sarežģītām kustībām (rakstīt, zīmēt). Sīkās motorikas attīstībai ir liela nozīme bērna vispārējā attīstībā. Sīkā motorika attīstās jau no dzimšanas brīža. Vispirms mazulis vēro savas rokas, tad iemācās tās vadīt. Sākumā viņš priekšmetus satver ar visu plaukstu, vēlāk jau iemācās satvert ar diviem pirkstiem. Tikai pēc tam varam mācīt bērnam pareizi satvert karotīti, zīmuli, otu (azbyka.ru).

Procesu analīze, kad bērns apgūst darbības priekšmetus ir apgrūtināta vismaz divu apstākļu dēļ: pirmkārt, jau noformulējoša (pastāvošā bērna tehniskajai darbībai nav priekšmeta funkcija), jāsaprot, kādēļ bērns veic šo darbību. Otrkārt, apstākļi, kad pieaugušais veic darbību kopā ar bērnu vai rāda darbību noteiktā situācijā, šāds paraugs ir tikai daļa no visa darbības priekšmeta apgūšanas procesa (Эльконин, 1989, 137).

Par to, cik nozīmīga prāta attīstībai ir bērna darbošanās ar rokām, jau vairāk kā pirms 45 gadiem V.Suhomļinskis citēja savā grāmatā „Sirdi atdodu bērniem”. „Bērnu spēju un dotumu avoti atrodas viņu pirkstu galiņos. No pirkstiem, tēlaini izsakoties, urdz sīki strautiņi, kas baro radošās domas avotu. Jo vairāk noteiktības un izdomas bērna roku kustībās, jo smalkāka rokas un darba rīka mijiedarbība, jo sarežģītākas kustības, kas nepieciešamas šīs mijiedarbības īstenošanai, jo spilgtāka ir bērna prāta radošā stihija, precīzākas, smalkākas un sarežģītākas kustības, kas nepieciešamas šai mijiedarbībai; jo dziļāk bērna rokas un dabas, kā arī sabiedriskā darba mijiedarbība skārusi bērna garīgo dzīvi, jo vairāk bērna darbībā ir vērīguma, zinātkāres, modrības, uzmanības un izpētes spējas. Citiem vārdiem sakot, jo prasmīgākas ir bērna rokas, jo bērns ir gudrāks. Bet prasmīgums nenāk pats no sevis. Tas ir atkarīgs no bērna garīgajiem un fiziskajiem spēkiem. Prāta spējas pieaug atbilstoši tam, kā pilnveidojas prasmīgums, taču arī tas savus spēkus smeļ saprātā. Es tiecos uz to, lai apkārtējās pasaules iepazīšana būtu bērna roku un apkārtējās vides aktīvas savstarpējas iedarbības rezultāts, lai bērns vērotu ne tikai ar acīm, bet arī ar rokām, lai viņa zinātkāre izpaustos ne tikai jautājumos, bet arī darbā” (Suhomļinskis, 1974, 205).

Secinājumi

Jau 2-3 gadu vecuma bērns ir psihiski gatavs apgūt sociālās normas. Šajā vecumposmā bērns tiecas vairāk pēc neatkarības, bieži vien izskan: „Es”, „Es pats”. Bērns vēlas izzināt apkārtējo pasauli. Mazajam ir tieksme darboties, atdarināt, taču muskulatūra vēl ir vāja, kustības nekoordinētas, uzmanība nenoturīga. Darbojoties ar priekšmetiem bērns atdarina pieaugušo, bērna darbības saistītas ar sevis pilnveidošanu. Novērošanas un atdarināšanas ceļā bērns apgūst elementāras darbības. Lielākai daļai pašapkalpošanās prasmes notiek dabiskā ceļā. Bērnam 2-3 gadu vecumā pieaug aizvien vairāk prasības pēc patstāvības. Pieaugušajiem ir jāatceras -nedarām bērna vietā to, ko viņš spēj izdarīt pats.

Sensitīvais periods ir periods, kad bērnam ir unikāla iespēja iemācīties un apgūt kaut ko jaunu, bērnam ir interese izpētīt un apgūt jaunās prasmes, to nekādā gadījumā nevajadzētu aizkavēt, vai palaist garām. Apkopojot dažādus literatūras avotus, autore nonāk pie atziņas, ka bērnam no pusotra līdz četrus gadu vecumam ir īpašs sajūtu laiks, šajā vecumā bērnu piesaista paša veiktās darbības. Ja šo iemaņu mācīšanu atstāj uz vēlāku laiku, tad bērnam pazūd interese, to vietā jaunāk citas intereses.

1.3. Pašapkalpošanās prasmes sekmēšana ar rotaļu palīdzību

Rotaļa, bērns un bērnība ir nedalāmi jēdzieni. Ikvienu bērnu bērnība ar savām rotaļām ir vērtība pati par sevi, to nevar salīdzināt vai pretstatīt citiem cilvēka dzīves gājuma posmiem. Bērnība ir rotaļu laiks. Ne velti praksē un zinātnē sastopamies ar izteicienu: *rotaļa – bērnības pavadonis*. Rotaļā bērns dzīvo savu bērna dzīvi. Rotaļa vislabāk sagatavo bērnu dzīves darbībai. Tā nav pieaugušo uzspiesta, bet paša bērna izvēlēta aktivitāte. No vienas puses, rotaļnieks rotaļā ir brīvs, bet tajā pašā laikā rotaļa netieši regulē bērna uzvedību (Dzintere, Stangaine, 2007, 5).

Rotaļa ir pirmsskolas vecuma bērna galvenais darbības veids, augoša organisma vajadzība. Rotaļa sagādā bērniem prieku, izraisa daudzveidīgas jūtas un pārdzīvojumus, tā ir interesanta un bērniem pieejama apkārtējās īstenības izzināšanas un radošas atveidošanas forma (Avaņesova, 1986, 35).

Rotaļas ir kopīgs prieks un efektīvs līdzeklis aktīvām mācībām. Draiskuļošanās sniedz drošības izjūtu. Izmantojiet rotaļāšanos un pozitīvu atbildes reakciju, kad vien tas ir iespējams visas dienas garumā.

Bērns labāk iemācās tad, ja ir aktīvi nodarbināts un iesaistīts – sarunājas, pieskaras, skatās, kustas, runā un līdzdarbojas (Pērvisa, Kross, Sanšaina, 2007, 30).

I. Pučure savā grāmatā „Rotaļa – pirmsskolas vecuma bērnu pašapziņas sekmētāja” uzsver, ka pirmsskolas periodā galvenā bērna aktivitāte ir rotaļa. *Rotaļa* – tā ir bērna dzīve. Rotaļā bērns izzina sevi un apkārtējo pasauli, mācās novērtēt savas vājās un stiprās puses. Rotaļu darbība nodrošina apstākļus bērna attīstībai kopumā (Pučure, 2000, 40).

„*Rotaļa ir pirmsskolas vecuma bērna dzīvesveids*. Rotaļā viņš rada savu domu, jūtu un izjūtu pasauli – viņš domā, sacer, salīdzina, runā, izdomā, izpildot lomu priecājas, skumst, smejas un dusmojas. Viņš rotaļā mācās, strādā, vēro, zīmē, eksperimentē, gatavo rotaļlietas. Rotaļa viņu nodarbina” (Dzintere, Stangaine, 2007, 5).

Jau pirms 84 gadiem, J.A. Students savā grāmatā „Bērna, pusaudža un jaunieša psiholoģija”, rotaļu minēja kā bērna darbu: „*Rotaļas* – viens no zīmīgākajiem bērna dzīves izpaudumiem. Bērna un rotaļu jēdzieni nedalīti saistīti. Tiklīdz runājam par bērnu, tūdaļ apziņā mostas arī rotaļu priekšstats, un otrādi, – runājot par rotaļām, parādās bērna priekšstats. Rotaļas zināmā mērā var uzlūkot par bērna darbu, bet tikai ar sevišķu ierobežojumu. Rotaļas ir viens no bērna darba veidiem, tomēr darbs ir plašāks nojēgums nekā jēdziens par rotaļu.” (Students, 1935, 284).

Savukārt, D.Dzintere un I.Stangaine savā grāmatā „Rotaļa – bērna dzīvesveids” izmantojot pedagogijas terminu skaidrojošo vārdnīcu un psiholoģijas vārdnīcu, terminu „rotaļa” salīdzina tabulā:

1.tabula. Rotaļas skaidrojums vārdnīcās (D.Dzintere, I Stangaine, 2007, 36).

Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca	Psiholoģijas vārdnīca – R.: Mācību grāmata, 1999
<ul style="list-style-type: none"> • interesanta, izklaidējoša rakstura nodarbība laika īsināšanai, atpūtai, redzesloka paplašināšanai; • pozitīvu attiecību veidošanai vai kādam noteiktam mācību mērķim; • svarīga mācīšanās darbība bērniem pirmsskolas un jaunākā skolas vecumā; • bērnības būtiska sastāvdaļa; • bērna attīstības un audzināšanas pamatveids; • jūtu, domāšanas un jaunrades skola 	<ul style="list-style-type: none"> • aktivitāte, kas sniedz gandarījumu neatkarīgi no rezultāta; • nenopietna un nemērķtiecīga darbība; • viena no pamatīpašībām un izdomāta situācija. Tikpat svarīga ir bērnu brīva vēlmju izteikšana, iniciatīva un nenoteiktība; • rotaļā notiek iemaņu un prasmju attīstība, pieaugušā darbības imitācija un manipulācija ar aizvietojošiem priekšmetiem. Dažreiz šo aizvietošanu saprot kā bērnu iztēles bagātību.

Rotaļas ir bērnu pasaules uztveres atspulgs. Rotaļu pasaulē bērns parāda savus novērojumus un to interpretāciju. Katram vecumposmam ir raksturīgs cits rotaļāšanās veids un rotaļas saturs. *Rotaļa* ir galvenā bērnu darbība, tā ir pamats intelektuālajai un valodas attīstībai. Rotaļājoties bērns bez piepūles apgūst jaunas zināšanas un prasmes, attīsta gribu, domāšanu, atmiņu un uztveri. Bērns rotaļājas un netieši mācās, pie tam to dara ar prieku un patiesu interesi (www.lsm.lv/rotaļas).

Rotaļspēles iedala dažādi. Pēc lietojamā materiāla: rotaļspēles ar priekšmetiem, iespiestās galda spēles un vārdiskās spēles. Rotaļspēlēs ar priekšmetiem bērni izmanto rotaļlietas, sadzīves priekšmetus, dabas materiālus. Šādās rotaļās bērni iepazīstas ar lietām, to īpašībām, mācās tās sagrupēt un daudzveidīgi lietot. Priekšmeti palīdz uzturēt bērnos interesi, veicina apgūt praktiskās iemaņas to lietošanā. Rotaļspēļu iedalījums ES koncepcijas skatījumā palīdz izvirzīt uzdevumus, izvēlēties saturu, ievērojot bērna attīstības pakāpi, viņa intereses un vajadzības. Galvenā ass, ap ko integrējas rotaļspēļu uzdevumi un saturs, ir pats bērns, viņa pasaule un appasaule gadskārtu ritumā, ar ko bērns saskaras ikdienā. Līdz ar to viņš izjūt vajadzību rotaļāties, darboties. Tā kā rotaļspēle ir bērna aktīva, apjēgta darbība, kurā viņš labprāt iesaistās, jaunā pieredze, ko bērns tanī iegūst, kļūst par viņa personīgo sasniegumu. Bērns to var brīvi izmantot citās spēlēs, citos apstākļos. Izvēloties rotaļas, svarīgi ir ņemt vērā bērnam īstenojamo uzdevumu, ievērot viņa ES attīstības pakāpi, kā arī saturu, kas bērnu ieinteresē uzdevuma izpildē (Dzintere, Boša, 1997, 26-28).

Pašapziņas attīstības fāzes	Rotaļu darbības, kas veicina pašapziņas attīstību	Piezīmes
Sevis apzināšanās, sava fiziskā „Es” tēla iepazīšana	Funkcionālās rotaļas Manipulēšana ar priekšmetiem Destruktīvās rotaļas Kustību rotaļas	-bērns rotaļājas ar saviem locekļiem, sākas sava fiziskā Es apzināšanās -caur daudziem atkārtojumiem un motoro aktivitāti bērns mācās integrēt lielo un mazo muskuļu aktivitāti, iegūst kontroli pār ķermeni (0,6-2 gadu vecumā) -bērns eksperimentē, izmēģina savus spēkus, apzinās, ka arī viņš ir darbības izraisītājs (0,6-2 gadu vecumā) -bērns skrien, lec, priecājas par iespēju sevi izteikt kustībā. Pieaugusi kustību koordinācija ceļ pašapziņu (no 1,5 gadu vecuma)
Es – kā darbības subjekta apzināšanās (ko es varu, ko es vēlos, ko es protu, zinu)	Savienojošā rotaļa Celtniecības rotaļas	-bērns atdarina ainas no reālās pasaules, sāk izprast lomas un iztēles darbības, izzina sevi kā darbības subjektu, vērtē savas iespējas (2-4 gadu vecumā) -attēlo redzēto, ceļ mājas, garāžas utt. Bērns redz ārējo pasauli, kuru pārveido pēc savas iekšējās iztēles, priecājas par saviem panākumiem (3-6 gadu vecumā un ilgāk)
Savu psihisko īpašību apzināšanās (es esmu veikls, stiprs, patstāvīgs, izpalīdzīgs)	Drāmas, simboliskās, radošās rotaļas Saskarsmes jeb sociālās rotaļas Konstruktīvās rotaļas	-rotaļā parādās noteikts sižets, lomas, savu pieredzi prot attēlot ar simboliku, valodas un lietu palīdzību (4-6 gadu vecumā un ilgāk) -bērns izjūt sociālās kooperācijas un sacensības būtību, pieņem sevi, kas paaugstina pašvērtējumu – esmu gudrs, veikls, apķērīgs – prot rotaļāties ar bērniem, ievērot savas un viņu prasības (6 gadu vecumā un ilgāk) -bērns prot radīt lietas ar tehnisku vai māksliniecisku nozīmi, kas atspoguļo realitāti, priecājas par sasniegto, par savu pašregulāciju (6 gadu vecumā un ilgāk)

Černova rotaļas iedala divās galvenajās grupās: radošajās rotaļās un rotaļās ar noteikumiem.

Pie radošajām rotaļām pieskaitāmas lomu jeb sižeta, konstruēšanas rotaļas, rotaļas dramaturģijai u.c. Par radošajām tās sauc tāpēc, ka bērni paši rotaļā nosaka mērķi, saturu, izvirza noteikumus. Tā palīdz bērnam plašāk iepazīt īstenību, paplašināt garīgo pasauli.

Rotaļas ar noteikumiem (didaktiskās, kustību, muzikālās utt.).

Rotaļspēle – tā ir viena no darba formām, kura veicina sadarbību.

Tieši spēle palīdz dziļi izprast problēmu, uzņemties atbildību par kaut ko jaunu, noteikt alternatīvas situācijas, veidot savu pozīciju attiecībā uz izvirzīto problēmu, atklāj iespējas savienot dažādus uzskatus un ļauj apliecināt sevi darbībā (Černova, 2003, 26).

Rotaļas ir darbības veids, ar ko mēs sastopamies visu dzīvi, tikai bērnībā rotaļas ir kā nodarbošanās, vēlāk dzīvē – kā izklaide vai relaksācija. Rotaļas bērniem var būt kā mācību, audzinoši vai izklaidējoši procesi. Izdalāmi vairāki rotaļu veidi – radošās rotaļas (bērni izdomā paši, balstoties uz savām zināšanām un pieredzi). Ir rotaļas-spēles, tās ir rotaļas ar noteikumiem (Domino, Loto). Pastāv arī rotaļspēles, kuras darbojas gan kā radošās, gan kā spēles ar noteikumiem. Radošās rotaļas ir ļoti saistošas un interesantas, šajās spēlēs pieaugušajam jābūt kā netīšam vadītājam, kurš var rotaļu koriģēt un virzīt pareizā gultnē (Buivide, 2012, 96).

Turklāt vienmēr jāpatur prātā, ka, jo dažādāks rotaļu saturs un sižets, jo aktīvāk noris bērna attīstība, bet rotaļu dažādību varam nodrošināt mēs, pieaugušie (Plaude, 2009, 10).

Savukārt G. Svence savā grāmatā „Attīstības psiholoģija” rotaļas grupē šādi:

- izzinošās spēles un rotaļas,
- konstruējošās jeb konstruktorspēles,
- lomu un sižeta rotaļas.

No 2 gadu vecuma bērns ar rotaļām sāk atdarināt pieaugušo darbības, piemēram, lelli liek gulēt, baro, ārstē, mazgā. No 3 gadu vecuma visi bērni pāriet uz simboliskām darbībām – rotaļlietas pakļauj kādai iztēles idejai.

Īpaši nozīmīgas ir lomu un sižeta rotaļas. Tajās bērni pauž savu sociālo pieredzi un iztēli. Lomu spēlēs bērni atdarina pieaugušos, redzēto un dzirdēto, kā arī savā zemapziņā koncentrētās ietekmes (Svence, 1999, 66-67).

R. Kaņepēja rotaļnodarbību iedala – rotaļmetodē un praktiskās darbošanās metodē, kuras laikā bērns aktīvi darbojas. Bērnu darbība jaunākajās grupās tiek aktualizēta ar literāri pareizu pieaugušā valodu un darbošanās paraugu (Kaņepēja, 2012, 40).

R.K.Leidermans (Roni Cohen Leiderman) piebilst: „Vienmēr veiciet aktivitātes, kurās ir daudz valodas un lomu spēles. Bērna attīstība notiek caur vecākiem vai aizbildņiem.” (Roni CohenLeiderman.parents.com)

Jau agrīnā bērnībā, trešajā dzīves gadā, veidojas jauns darbības veids, kas vistiešāk iespaido bērna psihisko attīstību, tā ir rotaļa un produktīvie darbības veidi. Bērni savu rotaļu elementus pārņem no apkārtējās pieaugušo vides. Pamati lomu spēlei tiek ielikti jau ļoti agri, laikā, kad bērns tikai apgūst priekšmetisko pasauli, t.i., sāk iepazīt rotaļlietas un apkārt esošos dažnedažādos priekšmetus. Vispirms veidojas interese par priekšmetu formu, krāsu, smaržu utt., tad sāk parādīties interese par funkcionālajām īpašībām. Spēlējot spēles, bērni apmierina savu sociālo vajadzību – būt dzīvē kopā ar pieaugušajiem. Bērniem vairs nepietiek vienkārši būt klāt pieaugušo darbībā, viņi paši savā starpā organizē īpašu rotaļu dzīvi, veidojot to no savas vides sociālo attiecību un pieaugušo darba dzīves galvenajiem elementiem, iedalot sev

novērotās pieaugušo lomas (Plaude, 2009, 8).

Pieaugušie parasti grib bērnam palīdzēt, bet mūsdienu psihologi ir pārliecināti, ka palīdzība, kas pārtrauc bērna paša izvēlēto aktivitāti, ir viena no viskaitīgākajām represīvās darbības formām, kādu mēs varētu veikt (Montesori, 2019, 127).

Ja mēs gribam, lai bērni izaugtu patstāvīgi, tad mums viņiem jā māca ne tikai pašapkalpošanās prasmes (mācēt apģērbties, paēst, saklāt gultu), mums viņiem ir jā māca pašiem patstāvīgi pieņemt lēmumus.

Bērnam patstāvība attīstās, kad rodas interese par apkārtējo pasauli ar metodi – „paskaties”, „patausti”, „noglaudi”.

Patstāvības apgūšanas etapi:

1. bērns piedalās darbībā, ko dara pieaugušie, palīdz viņiem zem pilnas pieaugušo uzraudzības,
2. bērns dara jauno darbu kopā ar pieaugušo,
3. bērns dara darbu, pieaugušie palīdz,
4. bērns visu dara patstāvīgi (www.psychologos.ru).

Likumsakarīgs nosacījums, kas jāievēro bērnu darbaudzināšanas organizēšanā, darba metožu un visefektīvāko paņēmienu izvēlē, ir individuālā pieeja. Tās pirmajā posmā nepieciešams noskaidrot visu grupas bērnu individuālās īpatnības. Bērna individuālo īpatnību izpēte jā sāk ar viņa fiziskās attīstības un augstākās nervu darbības īpatnību noskaidrošanu. Pēc tam nepieciešams izzināt viņa darba iemaņas. Pamatojoties uz individuālo īpatnību izpēti, organizējama diferencētā pieeja bērniem: vienai daļai bērnu pašapkalpošanās procesā nepieciešama lielāka palīdzība, citiem mazāka, bet vēl citiem var dot iespēju pašiem veikt viņu spēkiem atbilstošu darbu. Ļoti svarīgi ir zināt šīs īpatnības, jo pārāk augstas prasības var izraisīt to, ka bērni nogurst, zaudē ticību saviem spēkiem un interesi par darbu. Pārslodzes dēļ viņiem pat var rasties pretīgums pret jebkuru darba procesu (Kovaļčuka, 1984, 53-54).

Bērna attīstības pamatfaktors ir darbība un aktivitāte. Darbodamies bērns vingrina savus orgānus, darbodamies viņš ietekmē savu apkārtni un iemācās to aizvien daudzpusīgāk un precīzāk atspoguļot, darbodamies viņš nodibina sakarus ar citiem cilvēkiem, lietām, parādībām. Bez darbības nebūtu attīstības. Audzināšanas uzdevums ir organizēt un virzīt bērna praktisko un garīgo darbību, radīt apstākļus tās attīstībai. Tas jā dara kopīgi ar pašiem audzēkņiem, atstājot viņiem aizvien vairāk atbildības par savu darbību (Elango, 1984, 96-97).

Katra aktivitāte, kas nekalpo ārējam mērķim, nodrošina bērna praksi, kas vajadzīga kustību koordinēšanai. Saskaņotu kustību (kustību, kurās jā sadarbojas daudziem muskuļiem) pārvaldīšana ļauj bērnam atdarināt mūsu darbības. Bērna darbības šķietamais mērķis nav viņa īstais uzdevums, viss, ko bērns dara, pakļaujas iekšējai dziņai. Tikai sagatavojies viņš var

atdarināt pieaugušo. Tikai tad apkārtējā vide var viņu iedvesmot. Ja viņš redz kādu slaukām grīdu vai gatavojam mīklu, viņš spēj iesaistīties; jaunā ideja var veicināt veiksmīgu darbību (Montesori, 2019, 127).

Bērna pozīcija būs pavisam cita, ja pieaugušie pēc iespējas retāk norādīs uz kļūdām un dos bērnam iespēju izmēģināt savus spēkus dažādos darbības veidos. Audzinošā formula „Tu vari” nostiprina bērnam pašāvērtību uz sevi, vairo ticību saviem spēkiem. Pakāpeniski veidojas pozitīvs uzskats par savām spējām, attīstās personība, kas tic saviem spēkiem. Speciāli psiholoģiskie pētījumi liecina, ka spēja veikt radošu darbību, paust iniciatīvu jebkurā darbā visvairāk ir raksturīga tādai personībai, kurai ir samērā liela pašpaļāvība un ticība sev (Spivakovska, 1989, 117).

Pareizi organizēta darbaudzināšana jau no agras bērnības ir drošs pamats bērna turpmākajai attīstībai. Ja šo atziņu pienācīgi nenovērtē, var rasties bēdīgas sekas, jo vēlāk – vecākajā pirmsskolas posmā – bērnu nākas pāraudzināt, bet šis process ir daudz sarežģītāks un mokošāks nekā pareiza, plānveidīga darbaudzināšana no agras bērnības (Kovaļčuka, 1984, 53).

Rotaļspēles - to attīstību nevar nodalīt no visas bērnu dzīves, no pieaugušo attieksmes pret bērnu. Vide, kurā bērns dzīvo un attīstās, ir kā atgriezeniskā saikne, kas nosaka viņa pašvērtējumu (Dzintere, Boša, 1997, 32).

Bērnu un pusaudžu psihologs (Robert Mayer) uzskata, ka bērni sāk apzināties, ka viņi ir neatkarīgas būtnes un aktīvi pēta savu pasauli. Viņiem viss ir interesanti, viss ir jauns. Pareiza pieaugušo loma ir pamudināt, sniegt atbalstu un piekļuvi darbībām, kuras dod bērnam iespēju apgūt galvenos attīstības uzdevumus (Robert Mayer.parents.com).

Pozitīvas atgriezeniskas saites bērna ES attīstībā veidojas, ja pieaugušie nodrošina saskarsmi, ir iejūtīgi, atzīst bērna ES, pieņem bērnu tādu, kāds viņš ir, akcentē bērnam pozitīvo. Svarīgi ir radīt bērnam pārliecību, ka viņu ģimenē un bērnudārzā mīl un ciena, viņam uzticas un ļauj darboties atbilstoši viņa vajadzībām, interesēm, atzīst viņa individualitāti (Dzintere, Boša, 1997, 34).

„Ja bērnam liek uzreiz, nekavējoties pārtraukt darbību, ar kuru viņš ļoti aizrāvis, viņā rodas stipri izteikta pretestība, un tāpēc, dziļi sašutis, viņš parasti atsakās izpildīt prasīto” (Slavina, 1980, 4).

3.tabula. Rotaļspēles struktūras analīze no pieaugušā un bērna redzesviedokļa (Dzintere, Boša, 1997, 31).

Struktūras elements	Pieaugušā viedoklis	Bērna viedoklis
Uzdevums	Izvirza pieaugušais, lai attīstītu bērnu.	Bērnam tas ir rotaļāšanās temats, atbilde uz jautājumu – ko un kā mēs rotaļāsimies.
Iecere	Rada pieaugušais, lai ievestu bērnu rotaļu situācijā.	Bērna vajadzību, interešu apmierināšana, atbalstot viņa ES pats, ES varu...

Struktūras elements	Pieaugušā viedoklis	Bērna viedoklis
Darbība	Intelektuāls uzdevums, paņēmiens, lai bērns netieši izpildītu uzdevumu.	Rotaļīga darbība – meklēšana, lomu izpilde, minēšana, lai sasniegtu rezultātu.
Noteikumi	Nosaka, kas katram jā dara, seko izpildei.	Noteikti izpildāma darbība, kuras rezultātā bērns ir zaudētājs vai uzvarētājs. Izpildīšana izraisa apmierinājumu, neveiksme gribas piepūli.
Rezultāts	Bērna virzīšana uz augstāku pakāpi attiecīgi rotaļas uzdevumam.	Prieks, apmierinājums, vēlēšanās rotaļāties vēl.

Pieaugušajam rotaļspēles gaitā jāievēro bērna redzesviedoklis, par ko liecina bērnu sarunas rotaļas gaitā un viņu emocionālais noskaņojums (Dzintere, Boša, 1997, 31).

Ir bērni, kuriem grūtības sagādā apģērba aizpogāšana, kurpju šņorēšana, sasiešana. Lai trenētu pirkstu muskulīšus, ieteicams spēlēt ar sīkiem priekšmetiem (jā, tieši ar to, kas padodas grūti). Tā var būt gan krellīšu vēršana uz diega vai stieples, gan uzgrieznišu, skrūvīšu skrūvēšana, gan arī pupu vai podziņu šķirošana trauciņos. Šiem bērniem vēlams darboties ar šķērēm, līmēt, locīt, veidot no plastilīna. Interesanti un veselīgi ir veidot rotaļlietas no dabas materiāliem – čiekuriem, kastaņiem, zīlēm (Vecgrāve, 1996, 175).

Līdzīgi uzskati ir I.Šternfeldei: „Roku un pirkstu vingrinājumi var būt ļoti dažādi. Tie palīdz attīstīt sīko pirkstu muskulatūru, tādējādi veicinot bērna garīgo attīstību, stimulējot runas centra darbību. Bērni kļūst veiklāki elementāro pašapkalpošanās iemaņu veikšanā, kā arī acīmredzami uzlabojas iemaņas tēlojošās darbībās” (Šternfelde, 2017, 5).

Liela nozīme rotaļas attīstībā ir rotaļlietai. To svarīgi ir atcerēties, strādājot ar jaunākā pirmsskolas vecuma bērniem. Rotaļlieta var izraisīt interesi par rotaļu un ietekmēt bērna personības veidošanos, ja pedagogs vadīsies pēc rotaļu organizēšanas metodikas, ievēros bērna vecumu un individuālās īpatnības (Kovaļčuka, 1981, 71).

Jāatceras, ka jebkuras rotaļas pamatā ir rotaļnieku prieks un aizrautība, tādēļ, ja kādā rotaļā bērniem neveicas vai viņi nespēj uztvert rotaļas noteikumus, tad tas nozīmē, ka izvēlēti vecumam vai bērnu attīstības līmenim nepiemēroti uzdevumi. Lai rotaļa bērniem neapniktu, nav ieteicams to spēlēt pārlietu ilgi – ar mērķi to noslīpēt. Rotaļu izmantojot turpmākajās nodarbībās, būtu ieteicams to papildināt ar kādu jaunu uzdevumu, kas vienlaikus dod iespēju apgūt jaunas prasmes un iemaņas, rosina bērnu interesi (Brice, 2013, 5).

Rotaļai ir noteikta vieta bērna dzīvē. Ar rotaļas palīdzību bērns pakāpeniski apgūst sadzīves normas un uzvedības noteikumus, vienlaikus rotaļa sekmē arī viņa fizisko attīstību. Bērna pašapkalpošanās darbi izaug no rotaļas un vēl ilgi saglabā tās elementus (Zelmenis, 1991, 40).

Liela nozīme ir rotaļām un vingrinājumiem, kas paplašina praktiskās dzīves orientieru loku, rada nepieciešamību iegūtās zināšanas un prasmes izmantot dažādās dzīves situācijās (Avaņesova, 1986, 148).

Lai veicinātu bērna attīstību nodrošiniet:

- iespēju palīdzēt ikdienas darbos;
- pietiekami daudz vietas veselīgām fiziskām aktivitātēm;
- dodiet drošus priekšmetus, kuri atgādina pieaugušo darbarīkus (jo bērniem patīk atdarināt tādas pieaugušo darbības, kā piemēram, grīdas slaucīšana) (Developmentalmilestonesrecord– 2 years, medlineplus.gov).

Bērns apgūst dzīves pieredzi ar rotaļas starpniecību. Spēlēšanās viņam ir nevis izklaide un laika pavadīšana, bet gan svarīga attīstības stadija. Tajā viņš izmēģina turpmākajā dzīvē obligātās prasmes, veido un attīsta ne tikai savu personību un emocionālo dzīvi, bet arī intelektu un sociālās prasmes (Keltikangasa-Jervinena, 2013, 101).

Lai nodrošinātu bērna attīstību kopumā, būtiski ir veltīt īpašu vērību, roku un pirkstu sīkās muskulatūras attīstīšanai, piemēram, spēlējot pirkstiņu rotaļas, dziedot dziesmas ar roku un pirkstu kustībām, darbojoties ar daudzveidīgiem materiāliem, zīmējot ar pirkstiņkrāsām, šķirojot, verot, berot, veidojot (Šternfelde, 2017, 7)

Svarīgi ir saprast, ka nevar izmantot vienus un tos pašus motivācijas veidus visiem bērniem, jo tad tie neiedarbosies (Templers, 2009, 103).

Secinājumi

Rotaļa – pirmsskolas vecuma bērna dzīvesveids. Rotaļā bērns dzīvo savu dzīvi, tā viņu sagatavo tālākai dzīvei. Caur rotaļu bērns izzina sevi un apkārtējo pasauli. Izvēloties rotaļspēles ir jāievēro bērna attīstības pakāpe, viņa intereses un vajadzības. Rotaļspēle ir bērna apjēgta darbība, kurā viņš gūst pieredzi. Spēlējot spēles bērni apmierina savu sociālo vajadzību.

Pirms izvēlēties darba metodes un paņēmienus, nepieciešams noskaidrot visu grupas bērnu individuālās attīstības likumsakarības. Pamatojoties uz individuālo īpatnību izpēti, organizējama diferencēta pieeja bērniem. Pašapkalpošanās prasmju apguvei vienai daļai bērnu būs nepieciešama lielāka palīdzība, citiem mazāka. Svarīgi ir ievērot šīs īpatnības, jo pārāk augstas prasības var izraisīt bērnos negatīvu attieksmi pret veicamo darbu. Nozīmīgi ir radīt bērnam pārliecību, ka viņam uzticas- ļaujot bērnam darboties atbilstoši viņa vajadzībām un interesēm. Ar rotaļas palīdzību bērns apgūst sadzīves normas, tā sekmē viņa fizisko attīstību.

2. Praktiskais pētījums – bērna pašapkalpošanās prasmes

2.1. Praktiskā pētījuma gaitas izstrāde

„Pedagoģiskā darbība ir sekmīga, ja tā balstās uz zinātniski pamatotām un praksē pārbaudītām atziņām. Skolotājs nedrīkst būt ierēdnis, viņam jāveic sistemātisku pedagoģisko novērojumu analīze, jābūt pētniekam” (Žukovs, 1997, 14).

Lai veiktu pētījumu, ir jāizstrādā:

- pētījuma objekts (pedagoģiskais process pirmsskolā – rotaļas);
- pētījuma priekšmets (pašapkalpošanās prasmes);
- pētījuma mērķis (pētīt teorijā un praksē, kā veicināt bērna pašapkalpošanas prasmes ar rotaļu palīdzību);
- pētījuma hipotēze;
- pētījuma uzdevums;
- pētījuma metodes.

L.Žukovs savā grāmatā „Ievads pedagoģijā” citē: „Hipotēze ir zinātnisks pieņēmums kādas parādības cēloņu un likumsakarību izskaidrošanai. Patiesa hipotēze pēc tās pamatošanas un pierādīšanas kļūst par zinātnisku teoriju” (Žukovs, 1997, 44).

Praktiskā pētījuma veikšanai tika izvirzīta hipotēze –bērns apgūs pašapkalpošanās prasmes ja:

- tiks atlasītas rotaļas atbilstoši bērna vajadzībām un interesēm,
- rotaļa tiks izmantota ikdienā,
- būs sadarbība ar ģimeni.

Lai veiktu pētījumu tiek izmantota teorētiskā un empīriskā metode.

„Metode (gr. methodos – pētīšanas ceļš) – noteikta mērķa sasniegšanas, konkrēta uzdevuma risināšanas veids; esamības teorētiskās un praktiskās apguves paņēmieni un operāciju kopums” (Žukovs, 1997,14).

Teorētiskā metode tika izmantota, lai izanalizētu dažādas pedagoģijas un psiholoģijas atziņas par bērna pašapkalpošanās prasmēm 2-3 gadu vecumā, kā arī tika analizēta teorija par rotaļu nozīmi bērna agrīnajā vecumposmā.

Empīriskā metodē tiks izmantots – vērojums un anketēšana, kā arī individuālas pārrunas ar vecākiem.

„Novērošana ir pētāmo parādību speciāli organizēta uztvere. Šī metode dod objektīvus rezultātus tikai tad, ja prot atlasīt būtisko, raksturīgāko, saskatīt vispārīgo un konkrēto” (Jurgena, 2002, 45).

Vērojums tiks veikts, lai noskaidrotu 2-3 gadu vecu bērnu pašapkalpošanās prasmes pētījuma sākumā un pētījuma beigās, kā arī tiks veikts vērojums, kā rotaļas veicina bērna pašapkalpošanās prasmes.

„Anketēšana ir grupveida pētniecības metode, kuru var lietot gan anonīmi, gan pieprasot anketējamās personas vārdu un uzvārdu. Anketās norādāms to nosaukums un adresāts” (Jurgena, 2002, 47).

Lai veiktu pētījumu tika izstrādāti kritēriji un nosacījumi.

4.tabula. Kritēriji pašapkalpošanās prasmju izpētei

Nr.p.k.	Kritērijs
1.	Pats prot paēst
2.	Mazgā rokas, muti
3.	Nokārtojas uz podiņa
4.	Uzvelk vienkāršus apģērba gabalus
5.	Prot atpogāt un aizpogāt pogas
6.	Uzvelk apavus
7.	Sakārto rotaļlietas

Pašapkalpošanās prasmju vērtējums:

Labi – (3)

Daļēji – (2)

Neprot – (1)

2.2. Sākotnējā pētījuma rezultātu analīze

Pētījumi tiek veikti X pirmsskolā, Y grupā, kuru apmeklē 23 bērni vecumā no 1,8 – 3 gadu vecumam. Lai sekmīgi veiktu pētījumu, tiek izvēlēti 14 bērni, kuri nav jaunāki par 2 gadiem.

Pētījums tika veikts visas dienas garumā, jo pašapkalpošanās prasmes nevar izdalīt tikai kādā konkrētā laika posmā.

Anna 3 gadi

Meitene ar savu raksturu. Nelabprāt piedalās nodarbībās, nevēlas neko darīt. Nav uzmanības noturības. Prot paēst, rokas mazgā spēlējoties, par mutes mazgāšanu katreiz

jāatgādina. Pati prot uzvilkt vienkāršus apģērba gabalus, taču nevēlas to darīt. Vakaros, kad pēc viņas ierodas tētis, pēc nelielas pretošanās, apģērbjas pati, kad nāk pakaļ mamma, meitene kategoriski atsakās ģērbties (rezultātā – mamma viņu saģērbj).

Kārlis 2,2 gadi

Zēns, kuram nav intereses neko darīt, izņemot spēlēties. Kopīgi ar vecākiem cenšamies zēnam iemācīt pašas nepieciešamākās pašapkalpošanās prasmes. Pirmajās dienās nākot uz bērnudārzu, zēns kategoriski atteicās apmeklēt podiņu, aizbildinoties ar to, ka esot pačurājis jau mājās. Savas vajadzības izsaka skaļi kliedzot, vai piesitot ar savu roku pie pedagoga rokas.

Rinalds 2,8 gadi

Zēns nāk no daudzbērnu ģimenes. Neprot dalīties ne ar mantām, ne arī ar ēdienu. Viss, kas garšo vai patīk, tiek ātri paņemts. Cenšas pats paēst, taču ļoti sasteidz, kā rezultātā viss tiek nosmērēts. Neprot atpazīt savu apģērbu. Ļoti daudz jāstrādā, lai bērns apgūtu pašapkalpošanās prasmes, kā arī nepieciešamas pārrunas ar vecākiem.

Emīls 2,5 gadi

Zēns, kurš sevi dēvē par „bēbi”, jo vecāki viņu tā sauc. Patstāvīgi nevar atrast sev nodarbošanos, skrien pa grupu, splaudās. Ēdienreizēs bieži visu izlej ēdienu pa galdu. Uz jautājumiem prot atbildēt tikai ar „jā”. Ļoti daudz uzmanība ir jāpievērš viņa audzināšanai.

Jānis 2,11 gadi

Zēns, kurš savā vecumā ir ar ļoti izteiktu „Es”. Nepatīk aizrādījumi, ir gatavs pat neēst, ja jūtas aizvainots. Tādas pašapkalpošanās prasmes, kā paēst, apmeklēt podiņu, mazgāties ir labas. Savas vajadzības izsaka vārdos, taču vēl ir grūti saprast zēna valodu. Arī vecāki bieži vien neizprot zēna teikto.

Jēkabs 2,9 gadi

Smaidīgs, ļoti atvērts zēns. Patstāvīgi apmeklē tualeti, ēd, dzer, taču mazgājoties ļoti patīk spēlēties ar tekošu ūdeni (bērnām mājās nav pieejams tekošs ūdens). Piekļājīgs, prot palūgt un pateikt paldies. Labprāt sadarbojas ar saviem vienaudžiem, neatsaka savu palīdzību, ja tā ir nepieciešama. Labprāt pilda dežuranta pienākumus. Nedaudz niķojas mammas klātbūtnē, kopā ar audzinātājiem ir patstāvīgāks.

Kate 2,10 gadi

Gudra, runīga, aktīva meitene. Labprāt piedalās rotaļnodarbībās. Ir patstāvīga, ļoti labas pašapkalpošanās prasmes, tikai nedaudz jāpiepalīdz pie apģērbšanās. Nodarbtību laikā ir aktīva, prot ne tikai klausīties, bet arī atbild uz uzdotajiem jautājumiem, iesaistās sarunās. Vecāku klātbūtnē mēdz niķoties.

Katrīne 2,1 gadi

Priekš sava vecuma ļoti aktīva, kārtīga, zinoša meitene. Ir patstāvīga. Rotaļnodarbībās piedalās skatoties pēc „garastāvokļa”. Savas vajadzības prot izteikt vārdos. Pašapkalpošanās prasmes salīdzinoši labas.

Rūdis 2,11 gadi

Zēns ar ļoti izteiktām garastāvokļa svārstībām. Ļoti jūtīgs, uz aizrādījumiem reaģē ar dusmām. Grupā ar bērniem saprotas labi, taču nepatīk dalīties ar mantām. Ļoti labprāt gul pusdienlaiku, reizēm ir grūti pamosties. Vecāku klātbūtnē sit, spļaudās, gaida, lai viņu apģērbj. Pašapkalpošanās prasmes diezgan vājas.

Marta 3 gadi

Neskatoties uz to, ka ļoti bieži slimo, grupā ir iejutusies labi. Rotaļas izvēlas patstāvīgi, ar citiem bērniem kontaktējas nedaudz. Patīk vērot. Individuālās sarunās ir ļoti atvērta, prot atbildēt uz uzdotajiem jautājumiem, pastāstīt par savu ģimeni. Labas pašapkalpošanās prasmes.

Alise 2 gadi

Vienīgā meitene, kurai ir ļoti grūti adaptēties grupā. Katrs rīts sākas ar raudāšanu un grūtu atvaidīšanos no vecākiem. Dienas gaitā ik pa laikam atceras par mammu vai tēti, tad atkal atsāk raudāt. Nodarbībās koncentrējas ļoti reti. Ja ir labs garastāvoklis, tad spēlējas patstāvīgi. Prot sadarboties ar vienaudžiem, labprāt dalās ar mantām.

Mārtiņš 2,3 gadi

Ļoti gudrs un attīstīts zēns. Grupā ir iejuties ļoti labi. Piedalās rotaļās, prot pastāstīt par redzēto, dzirdēto, ja vien to vēlas (atkarīgs no garastāvokļa). Pašapkalpošanās prasmes apmierinošas. Vakaros ļoti ilgojas pēc tēta.

Viktorija 2,7 gadi

Diezgan lielas problēmas ar pašapkalpošanos. Vienīgais, ko meitene prot, ir paēst, taču arī tas norit ar diezgan lielu nosmērēšanos. Ja kaut kas nepatīk, visu stumj vai met pa gaisu. Savā vecumā nesaprot, kas ir „podiņš”. Sēdēt sēž, taču nesaprot, kas jādara. Sarunā ar vecākiem, tiek secināts, ka mājās notiek tāpat. Nav jūtams vecāku atbalsts, lai bērnam kaut ko iemācītu.

Juris 2,3 gadi

Zēns nekad iepriekš nebija apmeklējis bērnudārzu, ļoti bieži slimo. Zēns savā vecumā neprot ēst ar karoti. Pirmās dienas tiek paēdināts, kamēr apgūst prasmi paēst pats. Zēnam ir ļoti vāji attīstīta roku un kāju muskulatūra. Jānis uzmanīgi vēro visu, kas notiek apkārt, ko dara citi bērni, reizēm cenšas atkārtot, tādējādi daļēji apgūstot nepieciešamās pašapkalpošanās prasmes.

5.tabula. Bērnu pašapkalpošanās prasmes pētījuma sākumā

Pašapkalpošanās prasmes	Bērna vārds (vārdi mainīti)														
	Anna	Kārlis	Rinalds	Emīls	Jānis	Jēkabs	Kate	Katrīne	Rūdis	Marta	Alise	Mārtiņš	Viktorija	Juris	Kopā
Pats prot paēst	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	2	1	34
Mazgā rokas, muti	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	1	2	28
Nokārtojas uz podiņa	3	1	1	3	3	2	3	2	1	3	2	2	1	2	29
Uzvelk vienkāršus apģērba gabalus	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	20
Prot atpogāt un aizpogāt pogas	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	20
Uzvelk apavus	2	1	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	1	1	25
Sakārto rotaļlietas	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	21
<i>Kopā</i>	15	8	8	12	15	16	18	13	10	17	12	15	8	10	177

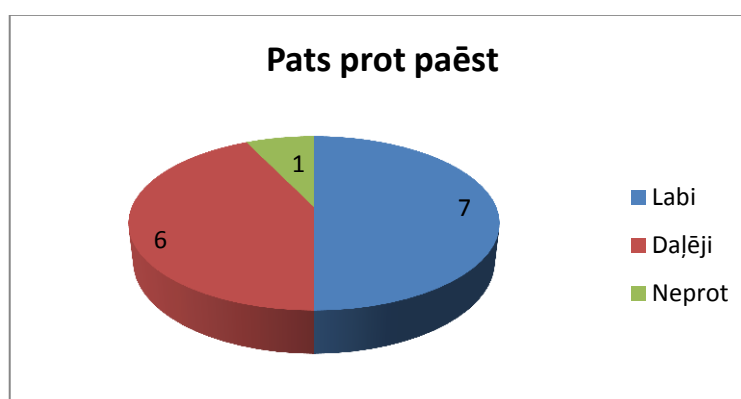
Pašapkalpošanās prasmju vērtējums:

Labi – (3)

Daļēji – (2)

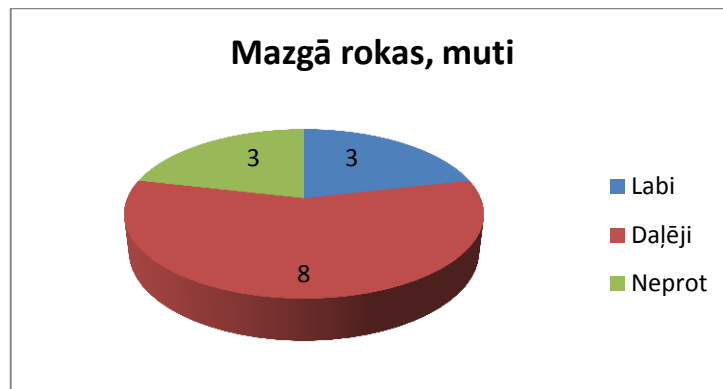
Neprot – (1)

Pētījuma sākumā veicot vērojumus, tika aizpildīta tabula, kurā tika atspoguļotas bērnu pašapkalpošanās prasmes. Lai vieglāk būtu pārskatīt iegūtos rezultātus, pētījuma autore savā darbā izmantoja attēlus.



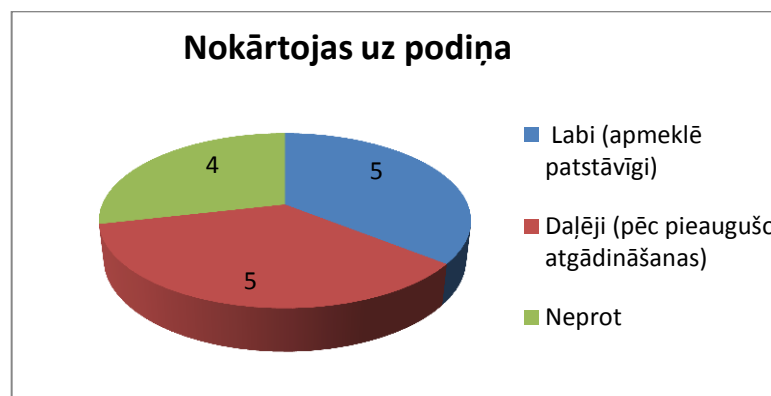
1.attēls. Prasme ēst

Novērojot bērnu prasmi paēst, tika secināts, ka 7 bērni ar šo prasmi tiek galā labi, 6 bērni prot paēst, taču ļoti nosmērējas, aplej galdu vai izbārsta ēdienu. Viens bērns neprata paēst nemaz bija nepieciešama pieaugušā palīdzība. Daudziem no bērniem nepieciešams pievērst ļoti lielu vērību pareizas karotes satvēriem.



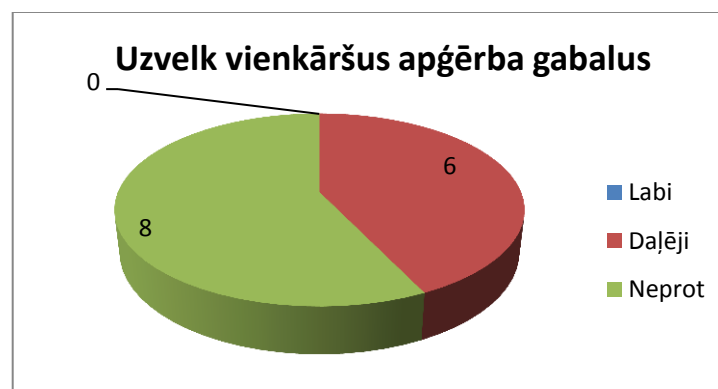
2.attēls. Prasme mazgāties

Prasme nomazgāt rokas un muti, izrādījās diezgan sarežģīta. Rokas un muti prata nomazgāt tikai 3 bērni, 8 bērni mazgāja rokas, taču ar mutes mazgāšanu gāja grūti. Daži no bērniem centās muti mazgāt, pieskaroties tikai ar diviem pirkstiem pie vaiga, daži pēc roku nomazgāšanas spēlējās ar ūdeni un ziepju putām. Ļoti slikti ar mazgāšanu gāja 3 bērniem, no kuriem viens bērns bija jāpierunā nomazgāties, jo viņš visu grib darīt tikai mājās.



3.attēls. Prasme nokārtoties uz podiņa

Prasme apmeklēt podiņu nesagādāja nekādas grūtības 5 bērniem, apmeklē podiņu, taču tikai pēc atgādinājuma 5 bērni (4 no šiem bērniem pampers nepieciešams diendusas laikā), taču 4 bērni neprot nokārtoties uz podiņa.



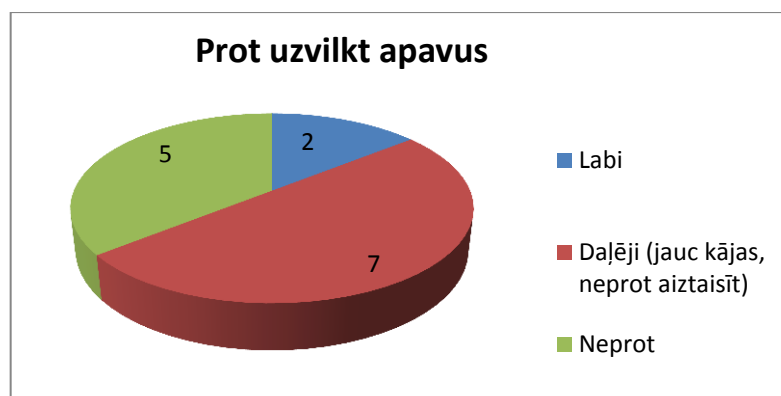
4.attēls. Prasme ģērbties

Tāda pašapkalpošanās prasme kā apģērbties izrādījās ļoti grūta. Neviens no bērniem patstāvīgi pareizi uzvilkt apģērbu neprata. Uzvilkt kreklu (otrādi) vai zeķes (ar papēdi uz augšu) prata 6 bērni, taču 8 bērni vispār nemēģināja pat uzvilkt vai novilkt apģērbu. Dažiem no bērniem pat grūtības sagādāja atpazīt savas drēbes.



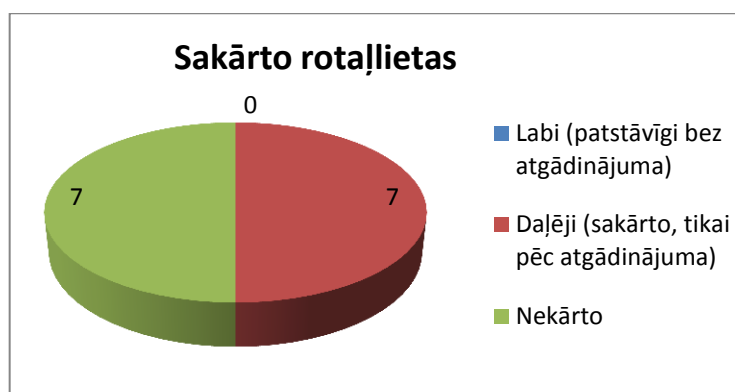
5.attēls. Prasme pogāt pogas

Prasme atpogāt pogas bija 6 bērniem, aizpogāt pogas neprata neviens bērns, 8 bērni neprata ne atpogāt, ne aizpogāt pogas (daži atteicās pat pamēģināt).



6.attēls. Prasme uzvilkt apavus

Pareizi uzvilkt apavus, nesajaukt kājas un aiztaisīt (ar lipekļiem) prata tikai 2 bērni, 7 bērni apavus varēja uzvilkt, taču bieži vien bija jāatgādina, kurā kājā jāvelk, aiztaisīt neprata. Savukārt 5 bērni apavus pat nemēģināja uzvilkt paši.



7.attēls. Prasme kārtot rotaļlietas

Bērniem lielas grūtības sagādāja nolikt vietā ne tikai rotaļlietas, didaktiskās spēles, bet arī savu apģērbu, apavus. Tikai atgādinot par to, ka mantas jānoliek vietā, kārtošana piedalījās 7 bērni. Bieži vien, lai sakārtotu mantas vajadzīgs ne tikai pamudinājums, bet arī atgādinājums, kurā vietā jānoliek attiecīgā lieta. Taču 7 no bērniem iespējās un rotaļlietas kārtot atteicās, ja arī kādu reizi izdevās pierunāt kopīgi sakārtot, tad nākamā reizē atkal bija niķošanās.

Vecākiem tika izsniegta anketa (sk. 1.pielikumu), kā arī tika vērota savstarpēja sadarbība starp bērniem un vecākiem. Vērojot vecākus, kad viņi atved bērnus no rīta uz pirmsskolas izglītības iestādi, varēja novērot, ka lielākā daļa no vecākiem ļoti steidzās. Viņi paši ātri, ātri noģērbta bērnu, nedodot nekādu iespēju bērnam pašam darboties. Pēcpusdienā atnākot pēc bērniem, vecāki vairs tā nesteidzās, taču, tā kā daudzi no bērniem paši neprata apģērbties, tad bija vērojama tāda pati situācija, kā no rīta – vecāki paši apģērbta savu bērnu.

Secinājumi

Apkopojot iegūtos rezultātus, darba autore secināja, ka pašapkalpošanās prasmju apguve starp bērniem ir ļoti atšķirīga. Ar vismaz vienu vai vairākām pašapkalpošanās prasmēm labi tika galā 7 no bērniem. Vislabākos rezultātus uzrādīja prasme bērniem patstāvīgi paēst, tai sekoja podiņa apmeklējums un prasme mazgāties. Salīdzinoši sliktus rezultātus uzrādīja tādas bērnu pašapkalpošanās prasmes, kā apģērbšanās, rotaļlietu sakārtošana. Bērniem ar pogu atpogāšanu veicās nedaudz, taču ar pogu aizpogāšanu galīgi neveicās, jo kā tika novērots, tad ikdienā bērniem bija ļoti maz tāds apģērbs, kurš būtu aizpogājams (gadījās, ka apģērbam pogas ir aizmugurē).

Vērojot vecāku un bērnu savstarpējo sadarbību, darba autore secina, ka vecāku steiga un nepacietība, ir kā „šķērslis”, kas traucē bērniem apgūt pašapkalpošanās prasmes. Apkopojot anketu rezultātus un salīdzinot tos ar vērojuma tabulu, rezultāti tikai nedaudz atšķirās. Dažiem no bērniem nesakrita podiņa apmeklējums – mājās nokārtojas, grupā nē. Daži no vecākiem atzina, ka mantu sakārtošanu uzņemas paši, jo pēc garās darba dienas, bērns ir piekusis un atsakās mantas kārtot.

2.3. Pedagoģiskā darbība pašapkalpošanās prasmju sekmēšanai

Bērnu pašapkalpošanās prasmju veicināšanai, grupas vecāku sapulcē, kā viens no galvenajiem uzdevumiem, tika izvirzīts jautājums par pedagogu un vecāku savstarpēju sadarbību. Tika pārrunāti tādi jautājumi, kā:

- pareiza apģērba izvēle (T-krekls, šorti, svārki, ērtas zeķes), lai veicinātu bērnus pašiem vilkt drēbes. Labāk izvairīties no šaurām, pieguļošām biksēm, tādi apģērbi bērnam pašam ir grūti uzvelkami, tādējādi radot nepatiku pret ģērbšanos;
- vecākiem dot iespēju bērniem pašiem darboties (ģērbties, sakārtot mantas, palīdzēt vienkāršos mājas darbos).

Lai bērns spētu veikt pašapkalpošanos, viņam ir ne tikai jāsaprot kā to izdarīt, bet arī fiziski jāvar to paveikt. Agrīnā vecumposmā bērniem patīk atdarināt pieaugušos, taču ne katreiz tas ir iespējams, tādēļ, ir nepieciešams radīt bērnam tādas apstākļus, kuri sekmētu viņa darbošanos. Kā jau iepriekš teorijā tika minēts, ir jārada bērna vecumam atbilstoša vide.

Bieži vien bērns vēlas kaut ko paveikt, taču pirksti viņu neklausā, tāpēc, viens no būtiskiem uzdevumiem ir attīstīt bērna roku un pirkstu sīko motoriku. Lai veicinātu pirkstu sīkās motorikas attīstību, kā neatņemama sastāvdaļa rotaļnodarbībai bija dažādas pirkstiņu rotaļas (sk. 2.pielikumu), darbošanās ar pirkstiņu krāsām un plastilīnu.

Darbošanās ar pirkstiņu krāsām

Mērķis: bērniem attīstīta pirkstu muskulatūra, veicināta roku un acu savstarpēja koordinācija, orientācija plaknē, veicināta bērnu iemaņa darboties ar krāsām.

Materiāls: pirkstu krāsas, balta lapa, paleta vai trauks uz kura jaukt krāsas.

Nodarbības gaita: pedagogs kopīgi ar bērniem skaita un veic pirkstu kustības:

Tipu tapu, tipu tapu - pirkstus iemērc krāsā, tad pa baltu papīra lapu.

Pirksti iet pa baltu lapu, - pirksti „tipina”, atstājot savus nospiedumus.

Žvīkužvāku, žvīkužvāku - pirkstus iemērc krāsā, velk uz lapas svītras.

Arī es tā zīmēt māku! - dažādos virzienos.



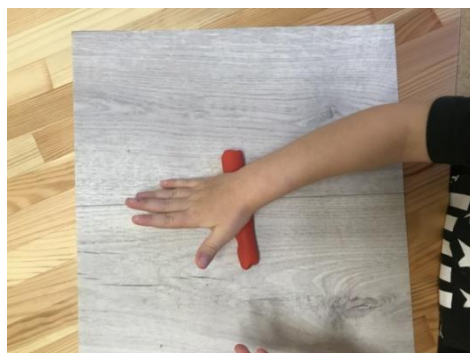
8.,9.attēls. Darbošanās ar pirkstiņkrāsām

Darbošanās ar plastilīnu

Mērķis: veicināt bērna pirkstu muskulatūras un satvēriena attīstību, vingrināt veltnēt plastilīnu ar plaukstu, apgūt pareizu satvērienu noturēt nazi, attīstīt iemaņas no lielāka plastilīna gabala nogriezt mazāku gabalu, radīt emocionālu gandarījumu par darbošanos.

Materiāli: plastilīns, paliktnis, plastmasas nazis.

Nodarbības gaita: pedagogs nedaudz iesāk veltnēt plastilīnu, lai parādītu bērnam, kā pareizi jāveic darbība un viņam būtu vieglāk uzsākt. Bērni veltnē plastilīnu. Ar naža palīdzību nogriež no lielākā gabala mazākus gabalus, kurus atkal var turpināt veltnēt.



10., 11.attēls. Darbošanās ar plastilīnu

Pētījuma darba autore ir izvēlējusies dažādas rotaļas, kuras ne tikai attīsta roku un pirkstu sīko motoriku, bet arī veicina koncentrēšanās spējas, kustību koordināciju, pacietību. Daudzas no iegūtām prasmēm var pārnest uz sadzīvi.

Praktiskās dzīves vingrinājumi

Ikdienā bērniem tika piedāvāti gan dažādi materiāli vēršanai (pogas, caurulītes utt.), gan tādi paņēmieni kā bērsana ar karoti, bērsana ar trauciņiem, uzgriežņu skrūvēšana un darbošanās ar knaģiem.



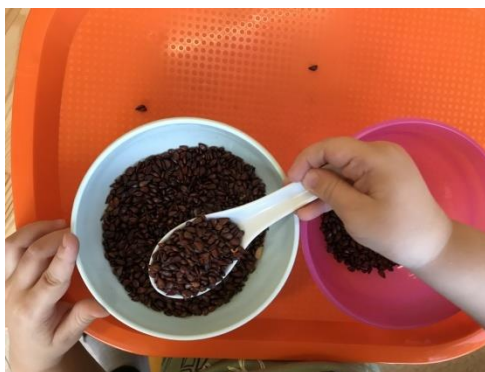
12., 13.attēls Darbošanās ar dažādiem vēršanas priekšmetiem

Bēršana ar karoti

Sasniedzamais mērķis: pārbērt, apgūt prasmi pareizi satvert karoti un izmantot to, attīstīt kustību koordināciju un kontroli, pacietības, gribasspēka un koncentrēšanās attīstība.

Materiāli: paplāte, divi trauciņi, karote, beramais materiāls.

Nodarbības gaita: bērns satver labajā rokā karoti, iegremdē to beramajā vielā un pārber blakus stāvošajā traukā. Darbība notiek no kreisās uz labo pusi (rakstīšanas virzienā).



14.attēls. Pārbēršana ar karoti

Bēršana ar trauciņiem

Sasniedzamais mērķis: Pārbērt, kustību koordinācija, uzmanības treniņš, nostiprina roku un pirkstu muskulatūru, kvantitātes maiņa.

Materiāli: paplāte, divi trauciņi ar osiņām, beramais materiāls.

Nodarbības gaita: pedagogs parāda kā pareizi satvert trauka osiņu ar labās rokas trim pirkstiem. Ar kreiso roku balsta zem trauka snīpīša un paceļ trauku virs tukšā trauka. Ar labo roku sagāž nedaudz trauku un lēnām pārber vielu. Samaina traukus ar vietām. Bērns atkārtoti darbību.



15.attēls. Pārbēršana ar trauciņiem

Uzgriežņu skrūvēšana

Sasniedzamais rezultāts: acumēra treniņš, trīs rakstīšanas pirkstu treniņš, kustību koordinācija, pacietības, gribasspēka un koncentrēšanās attīstība.

Materiāli: koka statīvs kurā ieskrūvētas 5 dažāda izmēra skrūves ar uzgriežņiem.

Nodarbības gaita: pedagogs ar trim rakstīšanas pirkstiem satver skrūves uzgriežņi, un skrūvē to nost, sākot no kreisās puses uz labo. Tālāk to turpina bērns. Kad visi uzgriežņi ir noskrūvēti, var salīdzināt tos pēc lielumiem (lielāks, mazāks). Pedagogs parāda, kā uzgriežņi skrūvēt atpakaļ virsū skrūvei, tālāk turpina bērns.



16.attēls. Uzgriežņu skrūvēšana

Darbošanās ar knaģiem

Sasniedzamais mērķis: atrast atbilstošas krāsas knaģi un piespraust pie attiecīgās krāsas, trīs rakstīšanas pirkstu treniņš, uzmanības treniņš.

Materiāls: laminētas kartona krāsu kartītes, atbilstošas krāsas knaģi.

Nodarbības gaita: pedagogs parāda, kā saspīest ar pirkstiem knaģi, un piestiprināt to pie atbilstošas krāsas. Tālāk turpina darboties bērns.



17.attēls. Darbošanās ar kņāgiem

Lai dotu iespēju savās rotaļās pietuvināties reālām sadzīves situācijām, bērni tiek mudināti sakopt savu darba vietu. Bērniem ir iespēja darboties ar reāliem sadzīves priekšmetiem.



18.attēls. Rūpes par tīru vidi

Bērniem ļoti lielu interesi un prieku sagādāja darbošanās ar ūdens pārlišanu. Lai pārlietu ūdeni tika izmantoti trauciņi un pipete. Šāda veida uzdevumi bērnam veicina trīs pirkstu satvērienu, nostiprina rokas muskulatūru, kustību koordināciju, pacietības un uzmanības koncentrēšanas attīstību. Prasme pārliet ar trauciņiem, sagatavo bērnu, praktiskai darbībai – piemēram, palīdzēt aplaistīt grupā augošās puķes.



19., 20.attēls. Ūdens pārlišana

Lai veicinātu bērnu prasmi attaisīt un aiztaisīt dažādas aizdares (pogas, lipekļus, rāvējslēdzēju) tika piedāvāts daudzveidīgs materiāls, ar kuru bērni labprāt darbojās.



21., 22.attēls. Darbošanās ar dažādām veida aizdarēm

Lai veicinātu bērniem apgūt roku un mutes mazgāšanas prasmi, vairākkārt bērniem tika parādīts, kā pareizi saziņpējam rokas, kā noskalojam ar ūdeni, kā ar plaukstām mazgājam muti. Bērniem mazgāšanās prasmes apguvei, kā palīgs bija B.Brices pirkstiņu rotaļa: „Mazgāšanās” (sk. 2.pielikumu).

Roka roku mazgājas,
Kas mutīti nomazgās?
Tām pašām rociņām
Ir mutīte jāmazgā.

Kā jau iepriekš teorijā tika minēts, liela nozīme bērnu attīstībā ir lomu rotaļām. Bērni spēlējoties ar lellēm apgūst tādas prasmes, kā novilkt un uzvilkt apģērbu. Svarīgi bērniem ir iemācīt secību, kā apģērbties, jo bieži vien bērni no sākuma uzvelk kurpes un tikai pēc tam seko zeķes, bikses.

Spēlējoties ar lellēm bērniem patīk atdarināt podiņa apmeklējumu. Uz podiņa tiek sēdinātas gan lelles, gan rotaļu lāči. Lai veicinātu podiņa apmeklējumu, bija nepieciešams liels atbalsts no vecāku puses. Pēc iepriekš veiktās anketas apkopojuma, tika izvērtēts, ar kuriem no vecākiem ir nepieciešamas individuālas pārrunas. Ar vecākiem tika izrunāts, ka podiņa apmeklējuma apmācībai ir jānotiek gan bērnudārzā, gan arī mājās, kā arī tiem bērniem, kuri jau saprot podiņa pielietojumu, ir nepieciešams atteikties no nepārtrauktas autiņbikšīšu lietošanas (velkam apakšbikses). Īpašu emocionālu prieku bērniem sagādāja, ja bērns tika uzslavēts, samīļots.

Kā neatņemama lomu rotaļa ir ēst gatavošana (šajā rotaļā bērniem īpašu prieku sagādā paēdināt audzinātāju vai auklīti). Bērniem patīk „pagatavot” kādu ēdienu, „piebērt” klāt šķipsniņu sāls, ar karoti samaisīt, uzklāt galdu. Šādas rotaļas veicina bērna izdomu, bērns mācās pareizi satvert karoti, dakšīņu, krūzīti, uzklāt galdu. Rotaļas gaitā bērns apgūst ne tikai

pašapkalpošanās prasmes, viņš paplašina savu vārdu krājumu ar tādiem vārdiem, kā – šķipsniņa, pagatavot, sāļš, skābs utt.



23.,24.attēls. Lomu spēles

Lai veicinātu prasmi bērniem pareizi uzvilkt kājās kurpes vai zābakus, tika izspēlēta rotaļnodarbība „Sajauktās karpītes” (sk. 3.pielikumu).

Ikreiz pirms bērni ir uzvilkuši kājās apavus, vajadzēja pavērot, lai neveidojas „pīrādziņi”. Ja arī gadījās, ka bērns jau ir uzvilcis nepareizā kājā kurpi vai zābaku, tad bija jāizvērtē, kāda pieeja ir pie konkrētā bērna. Bija bērni, kuriem varēja noskaitīt: „Pīlīte iet pliku – plaku, bērni soļo tipu – tapu” un bērni jau paši steidza nomainīt apavus pareizi. Taču bija arī bērni, kurus vienkārši vajadzēja paņemt klēpī, un neko neaizrādot, samainīt pareizi apavus.

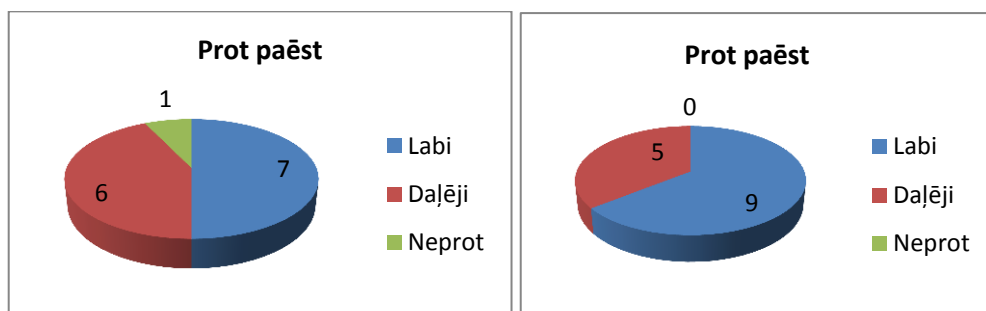
2.4. Pētījuma rezultātu salīdzinošā analīze

Pētījuma beigās darba autore veica atkārtotu vērojumu, kurš tika atspoguļots tabulā. Lai labāk varētu apkopot iegūtos rezultātus, pētījuma autore tos vizuāli attēloja diagrammās.

6.tabula. Bērnu pašapkalpošanās prasmes pētījuma beigās

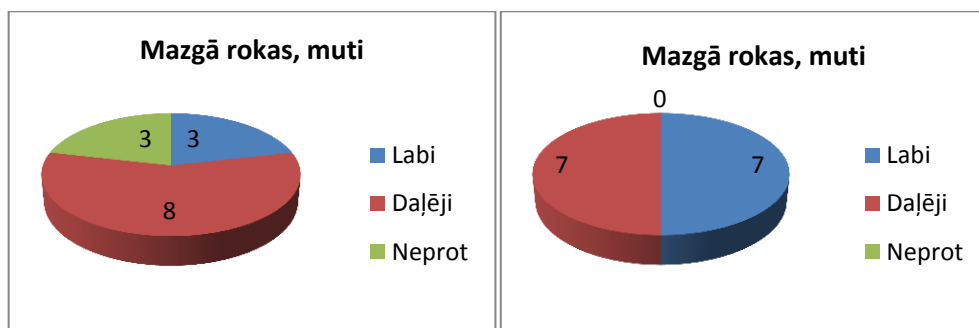
Pašapkalpošanās prasmes	Bērna vārds (vārdi mainīti)														
	Anna	Kārlis	Rinalds	Emīls	Jānis	Jēkabs	Kate	Katrine	Rūdis	Marta	Alise	Mārtiņš	Viktorija	Juris	Kopā
Pats prot paēst	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	37
Mazgā rokas, muti	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	35
Nokārtojas uz podiņa	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	40
Uzvelk vienkāršus apģērba gabalus	2	1	2	3	1	2	3	3	2	3	2	2	1	2	29
Prot atpogāt un aizpogāt pogas	2	1	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	29

Pašapkalpošanās prasmes	Bērna vārds (vārdi mainīti)														
	Anna	Kārlis	Rinalds	Emīls	Jānis	Jēkabs	Kate	Katrīne	Rūdis	Marta	Alise	Mārtiņš	Viktorija	Juris	Kopā
Uzvelk apavus	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	36
Sakārto rotaļlietas	2	2	1	3	1	2	3	2	3	3	3	2	2	2	31
<i>Kopā</i>	16	13	13	18	15	19	21	19	18	21	18	16	14	16	237



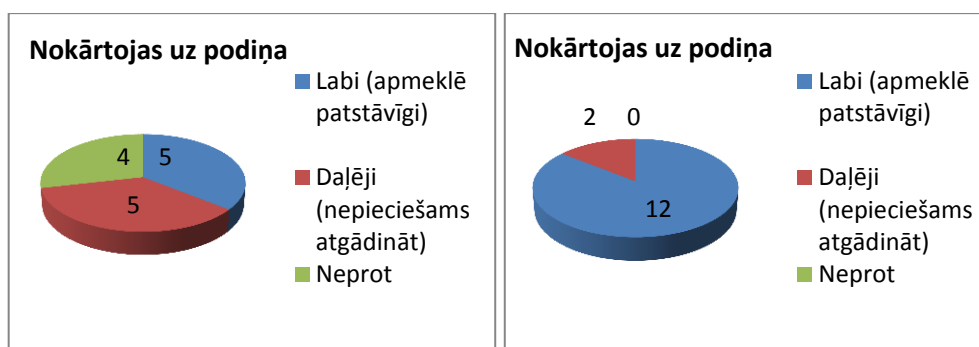
25., 26.attēls. *Prasme paēst pētījuma sākumā un pētījuma beigās*

Iegūtie rezultāti atspoguļo, ka tāda pašapkalpošanās prasme, kā pašiem paēst ir apgūta labi, taču vēl joprojām ir nepieciešams mazliet atgādināt par pareizu karotes satvērienu. Jau pētījuma sākumā tika iegūti 34 punkti, pētījuma beigās 37 punkti.



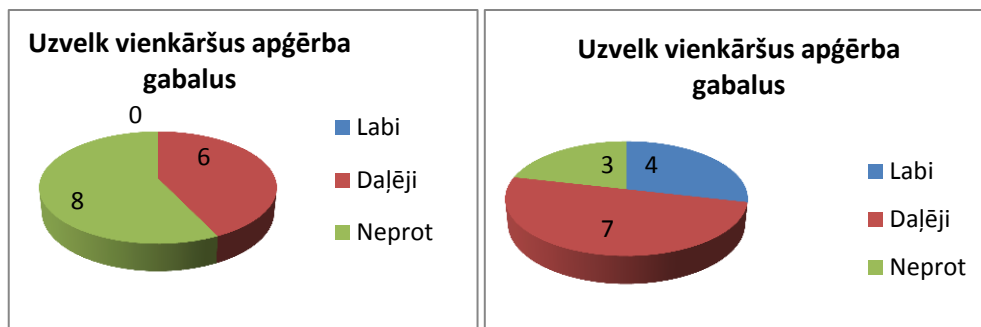
27., 28.attēls. *Prasme mazgāties pētījuma sākumā un pētījuma beigās*

Labus rezultātus bērni ir uzrādījuši, apgūstot prasmi mazgāt rokas un muti. Ja pētījuma sākumā rezultāts bija 28 punkti, tad pētījuma beigās tie jau bija 35 punkti.



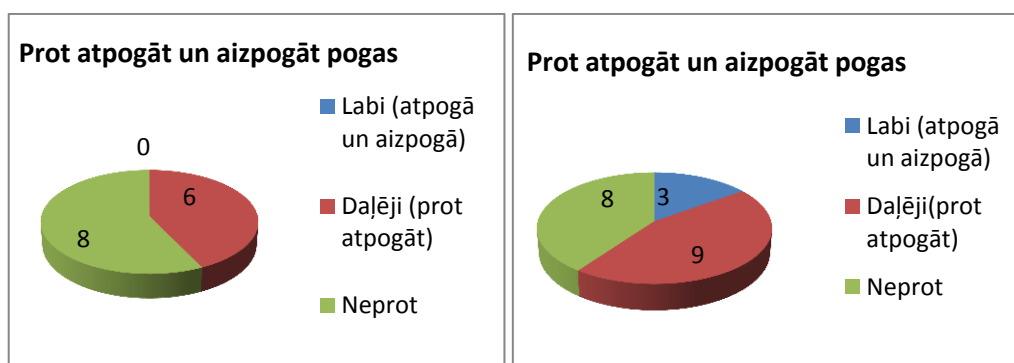
29., 30.attēls. *Prasme apmeklēt podiņu pētījuma sākumā un pētījuma beigās*

Ar tādu pašapkalpošanās prasmi, kā apmeklēt podiņu tika sasniegti ļoti labi rezultāti. Ja pētījuma sākumā tie bija tikai 29 punkti, tad pētījuma beigās jau 40 punkti. No pētījumā izvēlētajiem bērniem, 12 bērni jau patstāvīgi prot apmeklēt podiņu, 2 bērniem ir nepieciešams atgādināt. Lai sasniegtu tik labus rezultātus, bija nepieciešama cieša sadarbība ar bērnu vecākiem (bērns ne tikai grupā, bet arī mājās staigā bez pampera, regulāri atgādinot par podiņa apmeklējumu un neaizmirstot par uzslavām). Diemžēl ar divu bērnu vecākiem sadarbība neizveidojās, kā rezultātā, bērni vēl patstāvīgi neapmeklē podiņu.



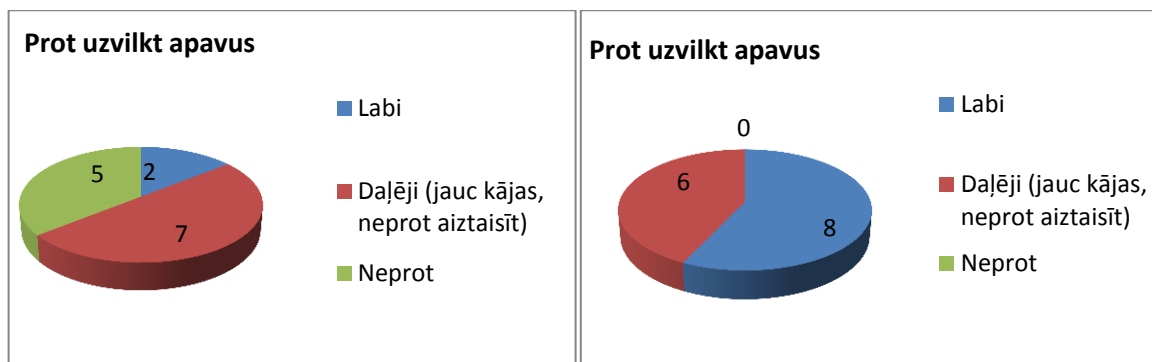
31., 32.attēls. Prasme ģērbties pētījuma sākumā un pētījuma beigās

Prasme apģērbties vai vismaz uzvilkt vienkāršus apģērba gabalus, izrādījās viena no grūtākajām. Pētījuma sākumā tika iegūti tikai 20 punkti, pētījuma beigās 29. Kaut gan ar vecākiem tika vairākkārt pārrunāts, lai viņi dod iespēju bērnam pašam apģērbties, kaut tikai pēcpusdienā (kad nav vairs rīta steigas), bieži vien tika novērots, ka vecāki turpina bērnus ģērbt paši.



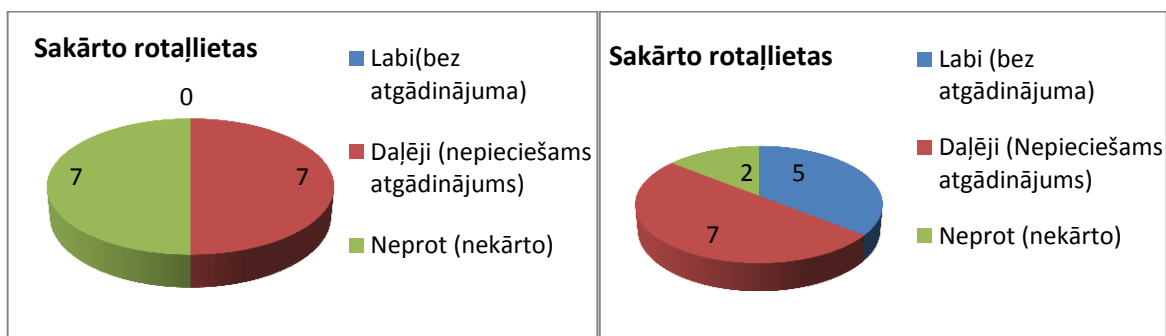
33., 34.attēls. Prasme pogāt pogas pētījuma sākumā un pētījuma beigās

Ar pogu atpogāšanu netika galā tikai 2 no bērniem. Pārējie bērni mācēja atpogāt pogas, kādam no bērniem tas veicās labāk, citam bērnam bija jāpieliek mazliet vairāk pūļu. Taču dažādu pogu aizpogāšana izdevās tikai 3 no bērniem, pārējiem tas sanāca tikai ar liela izmēra pogām. Pētījuma sākumā tika iegūti 20 punkti, pētījuma beigās 29 punkti.



35., 36.attēls. Prasme uzvilkt apavus pētījuma sākumā un pētījuma beigās

Tāda pašapkalpošanās prasme, kā uzvilkt apavus, bērniem veicās labi. 8 bērni prata, gan uzvilkt pareizi, gan aiztaisīt, taču pārējiem no novērotajiem bērniem neveicās, vai nu ar apavu aiztaisīšanu, vai nesaprata, kurā kājā jāvelk. Pētījuma sākumā tika iegūti 25 punkti, pētījuma beigās 36 punkti. Liela nozīme ir pedagogam atgādināt, lai pirms apavu uzvilkšanas bērni saliek apavus cieši blakus un pavēro, vai neveidojas „pīrādziņi”, jo dažiem bērniem ļoti nepatīk, ja viņiem tiek aizrādīts, tad, kad apavi jau ir uzvilkti nepareizās kājās.



37.,38. attēls. Prasme kārtot rotaļlietas pētījuma sākumā un beigās

Prasme nolikt vietā mantas tika apgūta daļēji. No novērotajiem bērniem, tikai 2 bērni nelabprāt iesaistījās mantu sakārtošanā. Lielākā daļa bērnu mantas sakārtoja, taču bieži vien bija vajadzīgs pamudinājums, grūtības sagādāja arī mantu nolikšana tajā pašā vietā, kur to iepriekš paņēma. Vieglāk gāja ar kluču un mašīnu nolikšanu attiecīgajās kastēs. Pētījuma sākumā tika iegūts 21 punkts, pētījuma beigās 31 punkts.

Secinājumi

Darbs tika izstrādāts, lai noskaidrotu vai ar rotaļu palīdzību var sekmēt 2-3 gadus vecu bērnu pašapkalpošanās prasmes. Darba sākumā tika izvirzīta hipotēze, kuras pierādīšanai tika noteikts mērķis un uzdevumi. Pētījuma laikā tika atlasītas rotaļas atbilstoši bērna vajadzībām, rotaļas tika izmantotas ikdienā, bija sadarbība starp pedagogu un vecākiem. Salīdzinot pētījuma tabulas, iegūtie rezultāti liecina, ka bērnu pašapkalpošanās prasmes ir krietni uzlabojušās, tā ka, izvirzītā hipotēze ir pierādīta.

Izstrādājot kvalifikācijas darbu, darba autore nonāca pie šādiem secinājumiem:

1. Izmantojot daudzveidīgas un radošas rotaļas, tiek veicināta bērnu pašapkalpošanās prasmju apguve.
2. Bērnam jādod iespēja attīstīt savu patstāvību, brīvi darboties pēc savas iniciatīvas.
3. Ikviens bērns apgūst pašapkalpošanās prasmes atbilstoši savām spējām.
4. 2-3 gadu vecumā bērnam nepieciešams vecāku un pedagogu saprātīgs iegribu ierobežojums.
5. Rotaļa ir bērna galvenā darbība, caur kuru viņš apgūst jaunas prasmes un zināšanas.
6. Lai veicinātu bērna prasmju attīstību, ir nepieciešama sadarbība starp pedagogu un vecākiem.
7. Bērnam nav vajadzīga tieša palīdzība, ļaujām bērnam darboties pašam.
8. Bērns atdarina ne tikai pieaugušo darbības, viņš cenšas atdarināt arī citus bērnus.
9. Pedagogam organizējot rotaļnodarbību ir jāņem vērā bērna vecumu un bērna personības attīstības likumsakarības.
10. Svarīgi ir likt bērnam saprast, ka tiek novērtēti viņa centieni, nevajag izteikt pārmetumus par viņa neveiksmēm.
11. Ar bērniem jādarbojas ne tikai grupā, bet arī individuāli.
12. Bērniem ir nepieciešams trenēt roku un pirkstu sīko muskulatūru, lai viņš spētu veikt elementārus pašapkalpošanās darbus.

Literatūras un citu avotu saraksts

1. Avaņesova, V. (1986). *Audzināšana un mācīšana dažāda vecuma bērnu grupā*. Rīga: Zvaigzne.
2. Avaņesova, V. (1986). Didaktiskās rotaļas un vingrinājumi bērnu patstāvīgajā darbībā. Poddjakova, N., Avaņesova, V. *Sensoriskā audzināšana bērnudārzā*. Rīga: Zvaigzne, 148.-157.lpp.
3. Avotiņš, V., Prindule, L., Upmane, Z. (1981). *Bērnu attīstība mācību un audzināšanas procesā*. Rīga: Zvaigzne.
4. Bakisa, A. (1999). *Man bērns nebaidās un paļaujas uz sevi*. Rīga: Alberts XII.
5. Bikova, A. (2017). *Patstāvīgs bērns vai kā kļūt par „ideālu mammu”*. Rīga: „Avots”.
6. Brice, B. (2013). *Viss sākas ar rotaļu*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
7. Buivide, A. (2012). *Mācīsimies kopā*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
8. Černova, E. (2003). *Praktikums pirmsskolas sadarbības pedagogijā*. Rīga: SIA Izglītības soļi.
9. Dzintere, D. (1974). *Pirmsskolas vecuma bērna audzināšana darbā*. Rīga: Zvaigzne.
10. Dzintere, D. (1984). *Rotaļa un darbs bērnudārzā*. Rīga: Zvaigzne.
11. Dzintere, D., Boša, R. (1997). *Rotaļspēles*. Rīga: Mācību apgāds NT.
12. Dzintere, D., Stangaine, I. (2007). *Rotaļa – bērna dzīvesveids*. Rīga: RaKa.
13. Eriksons, Ē.H. (1998). *Identitāte: jaunība un krīze*. Rīga: Apgāds Jumava.
14. Filjoza, I. (2015). *Bērns mani neklausā*. Rīga: SIA „J.L.V.”.
15. Gazala, Š. (2004). *Laimīgais bērns*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
16. Golubina, V. (2007). *Pirmsskolas pedagoga rokassgrāmata*. Rīga: SIA Izglītības soļi.
17. Helminga, H. (2006). *Montesori pedagogija*. Rīga: Apgāds Jumava.
18. Holštige, H. (1995). *Bērns, mēs tev palīdzēsim to veikt pašam! Brīvais darbs Montesori pedagogijā*. Rīga: Apgāds Izglītība.
19. Jurgena, I. (2002). *Vispārīgā pedagogija*. Rīga: SIA Izglītības soļi.
20. Kaņepēja, R., Gaugere, Z. (2012). *Pedagoģiskais process pirmsskolā un tā plānošana. Sadarbība ar ģimeni bērna personības veidošanā. Ceļā uz skolu*. Rīga: Zvaigzne ABC.
21. Keltikangasa-Jervinena, L. (2013). *Augsta pašapziņa*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
22. Koemetss, E., Tamma, L., Elango, A., Indre, K. (1984). *Psiholoģijas un pedagogijas pamati*. Rīga: Zvaigzne.
23. Kovaļčuka, J. (1984). *Individuālā pieeja bērna audzināšanā*. Rīga: Zvaigzne.
24. Lieģeniece, D. (1999). *Kopveseluma pieeja audzināšanā*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
25. Likona, T. (1983). *Bērna audzināšana*. Rīga: Avots.

26. Montessori, M. (2019). *Absorbējošais prāts*. Rīga: SIA Jāņa Rozes apgāds.
27. OSHO. (2011). *Grāmata par bērnu*. Rīga: SIA SĒTAVA.
28. Padina, J. (1980). Pašapkalpošanās. Nečajeva, V. *Pirmsskolas vecuma bērnu audzināšana darbā*. Rīga: Zvaigzne, 59-74 lpp.
29. Pērvisa, K., Kross, D., Sanšaina, V.L. (2007). *Bērns jaunā ģimenē*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
30. Plaude, A. (2009). *Bērns starp pieaugušajiem*. Rīga: Zvaigzne ABC.
31. Prudņikova, I. (2004). *Montesori pedagoģija ikdienā*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
32. Pučure, I. (2000). Bērns kā vērtība ģimenē un pirmsskolā. *Rotaļa – pirmsskolas vecuma bērnu pašapziņas sekmētāja*. Rīga: SIA Izglītības soļi.
33. Puškarevs, I. (2001). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
34. Puškarevs, I., Golubeva, A. (1999). *Bērna attīstība*. Lielvārde: Lielvārds.
35. Reņģe, V. (1999). *Psiholoģija. Personības psiholoģiskās teorijas*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
36. Slavina, L. (1980). *Lai bērnu audzinātu, tas jāiepazīst*. Rīga: Zvaigzne.
37. Spivakovska, A. (1989). *Vecāki un bērni*. Rīga: Zvaigzne.
38. Students, J.A. (1935). *Bērna, pusaudža un jaunieša psiholoģija*. Autora izdots.
39. Suhomļinskis, V. (1974). *Sirdi atdošu bērniem*. Rīga: Zvaigzne.
40. Svence, G. (1999). *Attīstības psiholoģija*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
41. Špona, A. (2004). *Audzināšanas process teorijā un praksē*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
42. Špona, A., Čamane, I. (2009). *Audzināšana. Pašaudzināšana*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
43. Šternfelde, I. (2017). *Sīkās motorikas attīstīšana pirmsskolas vecuma bērniem*. Rīga: Pētergailis.
44. Templers, R. (2009). *Bērnu audzināšanas likumi*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
45. Vecgrāve, A. (1996). *Kā man saprast savu bērnu*. Rīga: Apgāds Zvaigzne ABC.
46. Vorobjovs, A. (1996). *Psiholoģijas pamati*. Rīga: Mācību Apgāds.
47. Zelmenis, V. (1991). *Īss pedagoģijas kurss*. Rīga: Zvaigzne.
48. Žukovs, L. (1997). *Ievads pedagoģijā*. Rīga: Izdevniecība RaKa.
49. Д.Б. Эльконин. (1989). *Избранные психологические труды*. Издательство: Педагогика.
50. LSM.lv Bērnu satura redakcija (03.06.2017) *Katram sava rotaļa! Kā rotaļājas dažāda vecuma bērni*. Pieejams: <https://www.lsm.lv/raksts/dzive--stils/vecaki-un-berni/katram-sava-rotala-ka-rotalajas-dazada-vecuma-berni.a238484/>
51. LSM.lv Bērnu satura redakcija (22.10.2018) *Pārārpūti jeb helikoptera bērni – vecāki rūpējas kā traki, bērni no tā cieš*. Pieejams: <https://www.lsm.lv/raksts/dzive--stils/vecaki->

- un-berni/paraprupeti-jeb-helikoptera-berni-vecaki-rupejas-ka-traki-berni-no-ta-cies.a296903/
52. Азбука воспитания. (2017) *Развитие мелкой моторики у детей*. Pieejams: <https://azbyka.ru/deti/razvitiie-melkoj-motoriki-u-detej>
53. ПСИХОЛОГОС — Энциклопедия практической психологии. (n.d.) *Мой ребенок должен быть самостоятельным. Как этого добиться?* Retrieved from <https://www.psychologos.ru/articles/view/moy-rebenok-dolzhen-byt-samostoyatelnyj.-kak-etogo-dobitsya-vop-zn-%20?>
54. Amanda Morin. (n.d.) *Developmental Milestones for 2-Year-Olds*. Retrieved from <https://www.understood.org/en/learning-thinking-differences/signs-symptoms/developmental-milestones/developmental-milestones-for-typical-2-year-olds>
55. AmyMorin. (n.d.) *2-Year-Old Growth and Development Milestones*. Retrieved from <https://www.verywellfamily.com/2-year-old-developmental-milestones-2631964#social-development>
56. GoodtoKnow. (18.09.2019) *Child development stages: Ages 1-5 the early years*. Retrieved from <https://www.goodtoknow.co.uk/family/child-development-stages-ages-1-5-4829>
57. Kristen Goode. (n.d.) *Developmental Milestones in Self-Help Skills for Young Children*. Retrieved from <https://study.com/academy/lesson/developmental-milestones-in-self-help-skills-for-young-children.html>
58. Linda Diproperzio (n.d.) *The Year Ahead: Age 2*. Retrieved from https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/growth/developmental-milestones-age-two/?slide=slide_7a71d798-3998-4bba-a252-c9c523e9107c#slide_7a71d798-3998-4bba-a252-c9c523e9107c
59. MedlinePlus. (n.d.) *Developmental milestones record - 2 years*. Retrieved from [/https://medlineplus.gov/ency/article/002012.htm](https://medlineplus.gov/ency/article/002012.htm)
60. Roni Cohen Leiderman. (n.d.) *12 Fun Activities for 2-Year-Olds*. Retrieved from <https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/activities/indoor/11-fun-activities-for-2-year-olds/>

Pielikumi

Anketa vecākiem

Bērna vārds, vecums _____

Jūsu bērns ēd patstāvīgi?

- a) Ēd patstāvīgi
- b) Ēd pats, bet palīdz
- c) Baroju
- d) _____

Jūsu bērns apmeklē podiņu?

- a) Apmeklē patstāvīgi
- b) Apmeklē tikai pēc vecāku uzaicinājuma
- c) Neapmeklē
- d) _____

Kā Jūs rosināt bērnu apģērbties pašam?

- a) Apģērbjas pats
- b) Ģērbjamies kopā
- c) Es viņu saģērbju
- d) _____

Jūsu bērns mazgā rokas un muti?

- a) Mazgājas pats
- b) Mēģina mazgāt, rotaļājas
- c) Palīdz nomazgāt
- d) _____

Jūsu bērns sakārto savas mantas, rotaļlietas?

- a) Kārto pats
- b) Kārtojam kopā ar bērnu
- c) Nekārto, kad noliekam gulēt, kārtojam paši
- d) _____

Paldies par atsaucību!

Pirkstiņi

Manu roku pirkstiņi Ir kā mammai bērniņi – Sastrīdas un draudzējas, Sastrīdas un draudzējas. (B. Brice)	Grozot rāda izplestus Abu roku pirkstus. Pirkstus izpleš plati, Tad savelk kopā.
---	---

Niķīgie pirkstiņi

Šodien pirksti niķojas, Šodien pirksti niķojas: Negrib zīmēt, negrib līmēt, Tikai klusi klusiņām Deguntiņu urbināt. Paklau, pirkstiņ, nu, nu, nu, Klausī savu saimnieku! (B. Brice)	Bērni pēc savas izjūtas kustina palaidnīgos pirkstiņus. Ar pirkstu veic brīdinājuma kustību.
--	--

Mazgāšanās

Roka roku mazgājas, Kas mutīti nomazgās? Tām pašām rociņām Ir mutīte jāmazgā. (Latviešu tautasdziesma.)	Skandējot tekstu, atdarina mazgāšanās kustības.
---	---

Saulīte

Saulīte siltā, Saulīte jaukā Debesīs zelta Ratiņos braukā ! (B. Brice)	Rokas izstieptas virs galvas, ritmiski groza pirkstus. Brīnās, plaukstas pieliekot pie vaigiem.
--	--

Ko prot rociņas?

Tā ada zeķītes, Viens, divi, trīs; Tā šuj podziņu – Gatavs drīz! Tā vāra putriņu, Viens, divi, trīs; Tā cep kūciņu – Gatavs drīz! (B. Brice)	Ritmiski mainot, savieno abu roku rādītājpirkstus ar īkšķiem. Sit plaukstas. Imitē šūšanas kustības. Runas ritmā sit plaukstas. Ar kreiso roku tur iedomātu katliņu, ar labo – imitē maisīšanu. Sit plaukstas. Grozot sit plaukstas runas ritmā. Pie vārda „drīz” parāda paceltus īkšķus.
--	--

2. PIELIKUMS *Pirkstiņu rotaļas (turpinājums)*

Zaķēni draiskojas

Zaķu bērni – cib –cib-ric, ’

Meža malā draiskojas.

Pēkšņi lietiš – pik – pak – pic,

Zaķu bērni paslēpjas.

(B.Brice)

Ar abu roku otrajiem un trešajiem pirkstiem izveido zaķu ausis. Groza abas rokas – „zaķi lēkā”.

Paceļ rokas un virza no augšas uz leju, ātri kustinot pirkstus.

Rokas paslēpj aiz muguras vai padusēs.

Rudenī

Čibu čabu čab,

Čibu čabu čab,

Lapas čab, lapas čab.

Piku paku pak,

Piku paku pak,

Lietišš līst, lietišš līst.

Klusi, klusi, klusi

Sēnes dīgst.

Klusi, klusi, klusi

Sēnes dīgst.

(B.Brice)

Bērni sēžot skandē tekstu un viegli sit plaukstu pa ceļgaliem.

Paceļ rokas un, ātri kustinot pirkstus, tās nolaiž.

Notupstas, rokas saliek virs galvas kā cepures, lēni ceļas augšā.

Rotaļnodarbība „Sajauktās kurpītes”

Mērķis: sašķirot kurpes pa pāriem, atrast savas un nolikt blakus, tā, lai neveidojas „pīrādziņi”.

Materiāli: grupas laukuma smilšu kaste, bērnu kurpes

Rotaļnodarbības gaita:

Skolotāja ar bērniem dodas uz rotaļu laukumu, kur visi kopīgi rādot kustības skaita J. Petera dzejoli „Vējš” :

Vējam nav kāju,
Un vējam nav roku,
Bet vējš skrien ap māju
Un kokus loka.

Nav vēdera vējam,
Un galvas nav vējam,
Nav deguna vējam
un acu nav vējam.

Bet es jūtu vēju
Un tu jūti vēju.
Kā nu to vēju,
Lai uzzīmēju?

Izstiepjam uz priekšu vispirms vienu kāju, pēc tam otru kāju;
Izstiepjam priekšā rokas.
Skrienam maziem soliņiem uz vietas,
Rokas sānos – liecas uz vienu pusi, uz otru pusi.

Pieliekam rokas pie vēdera,
Pieliekam rokas pie galvas.
Parādām ar pirkstu degunu,
Pieliekam rokas pie abām acīm.

Sakrustojam rokas un pieliekam pie pleciem,
Izstiepjam rokas pret pretī stāvošo,
Paceļam uz augšu plecus,
Rādām izbrīnu.

(kustības darba autore izdomāta)

Skolotāja piedāvā bērniem noaut savas kurpes, lai ar basām kājām varētu spēlēt smilšu kastē, kur smiltīs ar pirkstiem varētu mēģināt uzzīmēt vēju. Kamēr bērni spēlējas, skolotāja neuzkrītoši sajauc visas kurpes. Pirms došanās uz grupu, bērni tiek aicināti atrast savas kurpes, kuras „vējš” ir sajaucis kopā. Kurpes ir jānoliek blakus vienu otrai tā, lai neveidojas „pīrādziņi”.