

# **LAVIJAS UNVERSITĀTE**

Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte

Pirmskolas un sākumizglītības nodaļa

Nepilna laika studijas

1.līmeņa profesionālā studiju programma

“Pirmskolas izglītības skolotājs”

3. kurss 2. grupa

**JOLANDA AUSTRUMA**

**3-4 gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide pirmsskolas izglītības  
iestādes organizētā dienas ritumā**

**Kvalifikācijas darbs**

**Darba vadītājs**

profesore Dr. paed. Maruta Sīle \_\_\_\_\_

RĪGA 2019

# Anotācija

**Darba autore:** Jolanda Austruma.

**Darba vadītāja:** profesore Dr. paed. Maruta Sīle.

**Pētnieciskā darba temats:** 3-4 gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā.

**Pētījuma mērķis:** pētīt 3-4 gadus vecu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveidi pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā.

**Pētījuma hipotēze:** 3-4 gadus vecu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā būs sekmīgāka, ja: tiks ievērota bērna iepriekšējā ģērbšanās prasmju pieredze, tiks ievērotas individuālās attīstības īpatnības, tiks izmantoti vecumposmam atbilstoši pedagoģiskie paņēmieni.

**Pētījuma uzdevumi:** analizēt pedagoģijas un psiholoģijas zinātnieku teorijas par prasmēm, tai skaitā ģērbšanās prasmēm, organizēt empīrisko pētījumu, analizēt empīriskā pētījumā iegūtos datus.

**Pētījuma metodes:** teorētiskās izpētes metodes- literatūras analīze, empīriskās metodes – pārrunas, novērojumi, dzīves gājuma analīze, anketēšana, kā arī matemātiskās metodes – reģistrēšana, ranžēšana.

**Teorētiskais pamatojums:** kompetencēs balstītā izglītības satura redorma aktualizē pirmsskolas pedagoģiskajā procesa dzīves prasmju apguvi. Dokumentā Skola 2030 tiek ieviests jēdziens pratība. Pētījuma teorētisko bāzi veido -Ausmas Šponas, Voldemāra Zelmeņa, Dzidras Meikšānes, Jēkaba Raipuļa, Ārijas Karpovas, Velta Golubinas, Ļeva Vigotska, Vladimira Petrovskis, Ingas Stangaines, Dainas Dzinteres, pētījumi.

**Empīriskā pētījuma kritēriji** - Apģērba izvēle atbilstoši laika apstākļiem; Apģērba izvēle svētkiem vai ikdienai; Apģērba izvēle meitenei vai zēnam; Apģērbs tīrs vai netīrs; Apģērbšanās secība; Apģērbs sportam; Apģērbs miegam.

**Pētījums veikts:** no 2019 gada augusta līdz 2019 gada novembrim X pirmskolas izglītības iestādē.

Atslēgas vārdi –prasmes, ģērbšanās prasmes, dienas ritums.

**Pētījuma** 48 lapaspuses, 3 attēli, 11 tabulas, 61 literatūras un avotu skaits, tai skaitā 10 ārzemju zinātnieku avoti.

## Annotation

**Author:** Jolanda Austruma

**Supervisor:** Professor Dr. paed. Maruta Sile

**Research topic:** Developing of the dressing skills of 3-4 years old children during daily life organized by pre-school educational institution.

**Aim of the research:** to investigate the improvement of dressing skills of children aged 3-4 years during the day organized by pre-school educational institution.

**Hypothesis:** Improvement of developing dressing skills of children aged 3-4 years during days organized by pre-school educational institutions will be more successful in case if: the child's previous dressing experience will be taken into account; the peculiarities of individual development will be taken into account. Will be used appropriate pedagogical techniques for 3-4 years old age group.

**Objectives:** to analyze theories of pedagogical and psychological scientists on skills, including dressing skills, to organize empirical research, to analyze data obtained in empirical research.

**Research methods:** theoretical research methods - literature analysis, empirical methods - interviews, observations, life history analysis, questionnaires, as well as mathematical methods - registration, ranking.

**Theoretical background:** The competency-based curriculum revamps the acquisition of life skills in the pre-school pedagogical process. The concept of skills is introduced in School 2030. The basis of the reasearch part consists of researches by Ausmas Šponas, Voldemāra Zelmeņa, Dzidras Meikšānes, Jēkaba Raipuļa, Ārijas Karpovas, Velta Golubinas, Ļeva Vigotska, Vladimira Petrovskis, Ingas Stangaines and Dainas Dzinteres.

**Criteria for empirical research:** Selection of clothes according to weather conditions; Selection of clothes for festive or casual occasions; Selection of clothes for a girl or a boy; Selection of clean or dirty clothes; Sequence of getting dressed; Sportswear; Sleepwear

**Study conducted:** from August 2019 to November 2019 at pre-school educational establishment X.

**Keywords** - skills, dressing skills, daily rituals.

48 pages of the study, 3 pictures, tables, 11 number of literature and sources, including 10 foreign scientific researches.

## Saturs

levads .....	5
1.Pedagoģijas un psiholoģijas zinātnieku teorijas par prasmēm .....	7
1.1. Prasmju termina skaidrojums .....	7
1.2. Pirmsskolas izglītības iestādes dienas rituma organizācija .....	14
2. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma organizācija.....	22
2.1. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma plāns un izvēlēto metožu pamatojums .....	22
2.2. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma bāzes izvēles pamatojums....	28
2.3 Pētījuma par 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides organizāciju pirmsskolas dienas ritumā .....	36
Secinājumi .....	43
Ieteikumi .....	44
Literatūras un avotu saraksts .....	45

## Ievads

Kompetencēs balstīta izglītības satura reforma aktualizē arī izmaiņas pirmsskolas izglītības procesā. Kompetenču pieejas modelī tiek akcentētas katrā bērnu vecumposmā apgūstamās prasmes. Tomēr nemainās pedagoģiskā nostādne – zināšanas – prasmes- attieksmes. Pēc dokumenta Skola 2030 norādēm termina prasmes vietā ieteicams lietot terminu - pratība.

Ministru kabineta noteikumi Nr.890, (Rīgā 2013 .gada 17. septembrī (prot. Nr.49 85.§)) par higiēnas prasībām bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu. Noteikumi nosaka higiēnas prasības valsts un pašvaldību iestādēm, juridiskajām vai fiziskajām personām, kuras sniedz bērnu uzraudzības pakalpojumu ārpus bērna dzīvesvietas, un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu.

Kompetencēs bāzēta izglītības satura reforma paredz dzīves darbībai nepieciešamo prasmju apguvi jebkurā pirmsskolas izglītības līmenī.

Pirmsskolas izglītības saturs pēc individuālās pieejas norādēm vienmēr tiek piemērots katram konkrētam bērnu vecumposmam un katra bērna individuālajām attīstības īpatnībā.

Bērni sāk apmeklēt pirmsskolas izglītības iestādi katrs ar savu dzīves pieredzi, ko veido gan vecāku sociālais statuss, gan bērnu skaits ģimenē. Viena no prasmēm, kuru nepieciešams apgūt bērnam trīs līdz četru gadu vecumā ir ģērbšanās prasme - atbilstoši laika apstākļiem, atbilstoši ikdienai vai svētkiem, atbilstoši bērnu dzimumam. Nereti bērnu ģimenēs vecāki ne vienmēr velta pienācīgo uzmanību konkrētu dzīves prasmju apguvei konkrētā vecumposmā.

Strādājot pirmsskolas izglītības iestādē, nākas konstatēt, ka trīs līdz četrus gadus veciem bērniem nepieciešams pilnveidot tieši ģērbšanās prasmes.

Pētījuma aktualitāti nosaka:

- ✓ sociālais aspekts- vidējā pirmsskolas vecuma bērniem jau katram ir sava dzīves pieredze, ko nosaka gan ģimenes sociālais statuss, gan bērnu skaits ģimenē, kas ietekmē ģērbšanos, atbilstoši higiēnas prasībām.
- ✓ pedagoģiskais aspekts- skolotājam nepieciešams izvēlēties individuālai pieejai atbilstošus pedagoģiskos paņēmienus;
- ✓ personīgais aspekts - pirmsskolas izglītības skolotājiem nepieciešams sekot līdzi novitātēm pirmsskolas pedagoģijā.

Pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā, septiņi momenti saistīti ar bērnu ģērbšanos. Tātad 7 reizes bērni noģērbjas un 7 reizes bērni apģērbjas, kopā 14 reizes.

Pētījuma objekts - pirmsskolas izglītības iestādes organizētais dienas ritums

Pētījuma priekšmets -3 – 4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide

Mērķis – pētīt 3 – 4gadus vecu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveidi pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā.

Hipotēze – 3 - 4gadus vecu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā būs sekmīgāka, ja:

- ✓ tiks ievērota bērna iepriekšējā ģērbšanās prasmju pieredze;
- ✓ tiks ievērotas individuālās attīstības īpatnības;
- ✓ tiks izmantoti vecumposmam atbilstoši pedagoģiskie paņēmieni.

Pētījuma uzdevumi:

1. Analizēt zinātnieku teorijas par prasmēm.
2. Raksturot 3-4gadīgu bērnu prasmju līmeni problēmas kontekstā.
3. Organizēt empīrisko pētījumu par ģērbšanās prasmēm.
4. Analizēt empīriskā pētījumā par ģērbšanās prasmēm iegūtos datus.

Pētījuma metodes:

Teorētiskās – zinātniskās literatūras analīze;

Empīriskās – novērošana, izmēģinājuma darbība, intervijas, aptauja, dzīves gājuma analīze.

Matemātiskās – reģistrēšana, ranzēšana.

Pētījuma bāze – X pirmsskolas izglītības iestāde.

Pētījumā aptverti – 12 bērni, 6 vecāki, 3 pirmsskolas izglītības iestādes skolotājas.

# 1. Pedagoģijas un psiholoģijas zinātnieku teorijas par prasmēm

## 1.1. Prasmju termina skaidrojums

Pētījuma teorētisko bāzi par prasmēm veido:

- ✓ pedagoģijas zinātnieku - Ausmas Šponas, Voldemāra Zelmeņa, teorijas,
- ✓ psiholoģijas zinātnieku - Dzidras Meikšānes, Jēkaba Raipuļa, Ārijas Karpovas, Velta Golubinas, Ļeva Vigotska, Vladimira Petrovskis atziņas,
- ✓ pirmsskolas pedagoģijas zinātnieku - Ingas Stangaines, Dainas Dzinteres, pētījumi.
- ✓ ārvalstu zinātnieku – Gunnar.M.R., Bryman.A., Burgess.R., Goleman.D., Heckman.JJ., Sawyers.J.K., Rogers.C.S., Gregory.E., Fein.G.G. publikācijas.

Šobrīd, kad realizējas kompetenču pieeja visos izglītības sistēmas līmeņos, aktualizējas arī termina prasmes skaidrojums.

Ministru kabineta noteikumi Nr. 716 “Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības programmu paraugiem”, kuri stājās spēkā no 01.09.2019. nosaka, ka pirmsskolas izglītības satura īstenošanas mērķis ir zinātkārs, radošs un dzīvespriecīgs bērns, kas dzīvo veselīgi, droši un aktīvi, patstāvīgi darbojas, ieinteresēti un ar prieku mācās, gūstot pieredzi par sevi, citiem, apkārtējo pasauli un savstarpējo mijiedarbību tajā. Šie noteikumi 3. punktā paredz pirmsskolas izglītības satura īstenošanas uzdevumus, tostarp - 3.1. sekmēt vispusīgu bērna attīstību, ievērojot viņa vajadzības, intereses, spējas un pieredzi un liekot pamatus vērtībās balstītu ieradumu veidošanai;. Noteikumu 10. punkts paredz, ka “pirmsskolas izglītības nobeigumā bērns ir apguvis šādus pratību pamatus, kas ietver vērtības un tikumus, caurviju prasmes un zināšanas, izpratni un pamat prasmes: 10.7.p. - veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā bērns ar prieku iesaistās nodarbībās telpās un ārā un veido veselīga dzīvesveida ieradumus, apzinoties riskus veselībai un mācoties tos novērst. 11. punkts nosaka, ka “Pirmsskolas izglītības satura īstenošanas principi ir šādi: 11.2. p. galvenā mācību organizācijas forma ir rotaļnodarbība. Lai sasniegtu plānotos rezultātus, tā tiek īstenota: 11.2.1. visas dienas garumā; 11.2.2. telpās un ārā; 11.2.4. nodrošinot vienmērīgu slodzi, atpūtu un bērna darbošanos atbilstoši individuālajām spējām.

Noteikumi orientēti uz dzīves prasmju apguvi tai skaitā, saistība ar mana pētījuma priekšmetu, gērbšanās prasmēm, gērbšanās prasmes – tīrs /netīrs apģērbs, atbilstošs laika apstākļiem un darbības veidam.

Prasmju termina skaidrojums sastopams pedagoģijas, psiholoģijas, logopēdijas un akadēmisko terminu vārdnīcās. Pedagoģijas vārdnīca prasmju termina skaidrojums saistīts ar darbību, psiholoģijas ar spēju ar attīstību, attīstības psiholoģijas ar atšķirībām saistība ar vecumposma attīstības likumsakarībām. Tā prasmes - subjekta apgūtais darbības paņēmiens, ko nodrošina iegūto zināšanu kopums. Prasmes veidojas vingrinājumu ceļā un dod iespēju izdarīt darbību ne tikai pierastos, bet arī izmainītos, jaunos apstākļos. Prasmes ir apzinātas un subjekts tās kontrolē visā darbības laikā. (Logopēdijas terminu skaidrojošā vārdnīca). Pirms pedagoģijas paradigmas maiņas, automatizētas prasmes skaidroja kā iemaņas. Tagad tāds termins pedagoģijā vairs nepastāv.

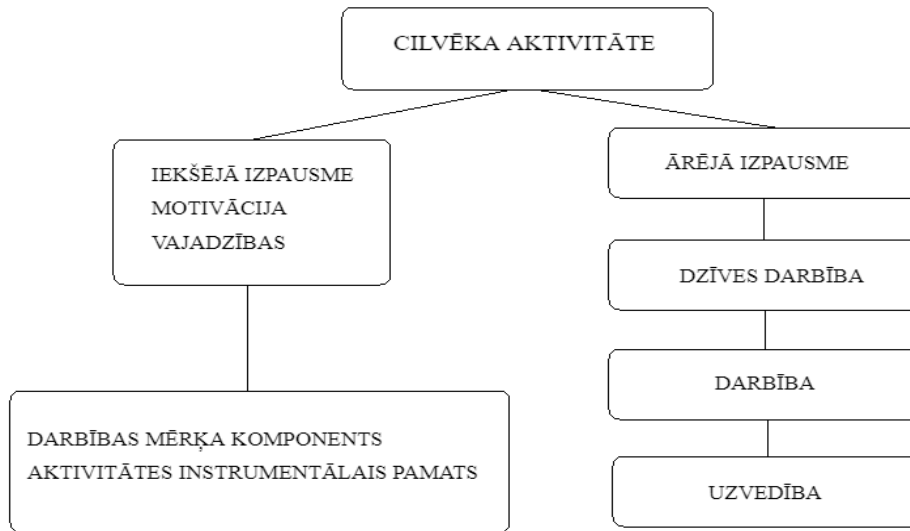
Akadēmisko terminu skaidrojošā vārdnīcā tiek izdalītas 44 prasmes, tai skaitā digitālās un citas prasmes.

Pēc A.Šponas prasmes tiek saistītas ar kompetenču pieeju - kompetence ir prasmes darīt. Prasme tā nav atdalāma no aktivitātes, kurā tā tiek lietota, prasme kļūst konstatējama tikai darbībā. Tātad prasmes tiek apgūtas un pilnveidojas tikai darbībā, vingrinoties. Pēc prasmēm var konstatēt bērnu spēju attīstību.(Špona,2001)

Aktivitāte – darbīgs dzīvu organismu stāvoklis kā priekšnosacījums viņu sekmīgai eksistencei pasaulē (Karpova,1994).

Krievu psihologs V. Petrovskis norāda, ka aktivitāte, kā subjekta darbīgs stāvoklis ir determinēta no iekšienes, no subjekta attieksmes pret pasauli un realizējas uz āru- uzvedības procesos (Petrovskis). Šī pieeja cilvēka aktivitātes skaidrojumam norāda uz iekšējo un ārējo tās raksturojumu, ko uzskatāmāk attēlojam shēmā. (skat.1.attēlu)

1. attēls. *Darbības aktivitātes komponenti.*(Petrovskis 1992)



Tātad, bērnu darbības aktivitāti arī ģērbšanās darbības aktivitāti rosina visi komponenti, bet īpaši, motivācija.

Darbības aktivitāti pētījuši arī Latvijas zinātnieki .V. Zelmenis analizējot cilvēka aktivitāti, izdala četrus tās izpausmes komponentus:

- ✓ ikdienas praktiskā darbība,
- ✓ īstenības izziņa,
- ✓ sociālie kontakti,
- ✓ emocionāls pārdzīvojums (Zelmenis 2000).

Abu autoru pieejā kopīga ir darbības kā cilvēka aktivitātes komponentes skaidrojums un tā ir mērķtiecīga un apzināta cilvēka aktivitātes izpausme. Tajā notiek prasmju pilnveide. Aktivitāte raksturo darbības intensitāti, kuru savukārt ietekmē interese, vajadzības un motivācija.

Darbība - fiziska vai garīga darba, psihiskās aktivitātes un vitālās enerģijas izlietojuma vienība .(Pedagoģijas terminu vārdnīca)

Humānpsihologi par iekšējo cilvēka aktivitātes virzītājspēku uzskata motivāciju, kuru savukārt veido vajadzības. (Psiholoģijas terminu vārdnīca)

Vajadzības – vairāk vai mazāk pastāvīgs darbību, enerģijas vai informācijas trūkums, kas nepieciešams indivīda veiksmīgai funkcionēšanai un attīstībai. (Pedagoģijas terminu vārdnīca)

Cilvēkiem vajadzību apmierināšana ir objektīvi nepieciešama. Šī objektīvā nepieciešamība atspoguļojas cilvēka interesēs un centienos.

Intereses- vērtības izjūta pret attiecīgu objektu. (Pedagoģijas terminu vārdnīca)

Motīvs - darbības vadošā un veicinošā struktūra, kas veidojot darbības priekšmetu, virza cilvēka aktivitāti. (Pedagoģisko terminu vārdnīca)

Raksturojot audzināšanas darbības struktūru no humānās pedagoģijas viedokļa, akcentē A. Špona „, Motīvs ir iekšējais dzinējspēks, subjektīvs komponents, kas katram ir individuāls, atšķirīgs. (Špona 2001)

Vajadzības ir iedzimtas un organizētas hierarhijā pēc to prioritātēm, uzskatīja humānpsihologs A. Maslo. Šīs shēmas pamatā ir pieņēmums, ka vajadzībām, kuras atrodas hierarhijas zemākajos slāņos ir jābūt apmierinātām, lai cilvēku varētu motivēt augstākām vajadzībām, tomēr pieļaujot izņēmumus. (Maslo 2006)

Cilvēka darbību iedvesmo un regulē viens vienīgs, vienojošs motīvs – aktualizācijas tendences – organismam piemītoša tendence attīstīt visas savas spējas, izvirzīja pieņēmumu fenomenoloģiskā humānpsiholoģijas atzara iedibinātājs K.Rodžers. Lai saglabātu un attīstītu personību un katra cilvēka darbība ir specifiska šī motīva izpausmes forma. (Rodžers 1970)

Kā iepriekš konstatējām, tad spējas attīstās darbībā un to attīstību var konstatēt pēc apgūtām prasmēm. tomēr katras darbības veikšanai nepieciešams motīvs kā iekšējais dzinējspēks. Ā. Karpova analizējot motīvu un vajadzību sakarības uzskata: „Pie vienas un tās pašas vai ļoti līdzīgas vajadzības dažādiem cilvēkiem var rasties gan vienādi motīvi, gan tādi, kuri ir individuāli specifiski un pietiekami mainīgi gan atkarībā no ārējiem (audzināšanas, vides ietekme utt.), gan no iekšējiem (refleksija, izziņas īpatnības, uzskatu maiņa utt.) apstākļiem. (Karpova 1994)

Kā viena un tā pati darbība ir atkarīga no daudz motīvu kompleksa, pētījumam būtiska ir psiholoģijas zinātnieku (Ā.Karpova, A.Maklakovs, V. Petrovskis) atziņa, ka – polimotivācijas, pie

kam vienam motīvam vienmēr ir vadošā loma un šis motīvs ir apzināts. Pārējo motīvu kopumu, kas virza šo konkrēto darbību var veidot citi apzināti vai neapzināti motīvi, kā arī motīvi to veidošanās stadijā.

Tātad, lai apgūtu konkrētas prasmes / mūsu pētījumā 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmes/ nepieciešami motīvi, intereses, vajadzības, aktivitāte un darbība.

Ārzemju zinātnieku atziņas par prasmēm, to apguves virzošajiem spēkiem, aktivitāti, darbību nav pretrunā no iepriekš minētajiem Latvijas zinātnieku apgalvojumiem.

Prasmes jēdzienu ar zināšanām ko darīt, saista Ļ.Vigotskis saista ar, pieredzē balstītas zināšanas. Tātad, mēs neesam prasmīgi no dzimšanas, bet gan tādi kļūstam teorētiskas, praktiskas un pieredzē balstītas mācīšanās ceļā. Patiesībā atsevišķi elementi ir tikai viens vai otrs atsevišķs moments, kas veicina kompleksu prasmju apguvi. Cilvēki neiegūst prasmes patstāvīgi. Prasmes tiek apgūtas mācību ceļā. (Vigotskis 2002) Un šīs mācības nevar notikt neatkarīgi no:

- ✓ ārējiem apstākļiem – vides, sociālās attīstības
- ✓ iekšējiem apstākļiem- iedzimtības.

Mēs jau no agras bērnības mācamies atdarinot gan apziņas, gan zemapziņas līmenī, pēc Ļeva Vigotska atziņām. Aktuālā attīstības zona ir tā, kurā bērns darbības spēj veikt patstāvīgi bez pieaugušo palīdzību. (Vigotskis 2002)

Tātad nonākam pie atziņas, ka prasmes apgūst socializējoties.

Prasme ir sociāli atzīts sadarbības rezultāts starp indivīdu un vidi, atziņa no Daniels Golemans (Goleman 2001), Džons Heckmens (Heckman 2006), apvienoja četras zināšanu jomas, kas ietekmē prasmju pilnveidi:

- ✓ teorētiskās zināšanas,
- ✓ procedurālās zināšanas,
- ✓ praktiskās zināšanas
- ✓ zinātību –lietojamas zināšanas.(Heckman 2006)

Atziņa sasaucas ar Logopēdijas terminu skaidrojošas vārdnīcas apgalvojumu, ka prasmju pamatā ir zināšanas.

Zinātnieks M.R. Gunnar (Gunnar, 2003) piesaka šādas prasmju jomas:

- ✓ tehniskās,
- ✓ metodoloģiskās,
- ✓ sociālās,
- ✓ ieguldīšanas prasmes (līdzdalības un iesaistīšanās ziņā).

Akadēmisko terminu skaidrojošā vārdnīca eksistē 44 prasmju izpausmes.

Detalizētāks sadalījums ir pēc Īvs Švarca (Schwartz, 1997) sešas prasmes “sastāvdaļas”:

- 1) konceptualizētas un formalizētas zināšanas;
- 2) pieredzē balstīta zināšanu īstenošana;
- 3) praktiska pieredzē gūto zināšanu praktiska izmantošana;
- 4) spēja savienot kopainā vērtības starp situāciju un indivīdu;
- 5) piederības izjūta,
- 6) spēja ‘spēlēt kopā’.

Zinātnieks pieteiktajā teorijā centies apvienot vairākus jau iepriekš konstatētos prasmju apguves skaidrojumus. Prasmju teoriju papildinājis Žaks Kirī (Curie, 1998) formulējot šādus ārējos faktoros:

- ✓ uzdevuma grūtības līmenis;
- ✓ nestabili ārējie cēloņi – nejaušības, prasmes;
- ✓ nestabili iekšējie cēloņi – piepūle, motivācija

Zinātnieka apgalvojuma akcenta subjekta aktivitātes un darbības izpausmes.

Salīdzinot ārzemju un Latvijas zinātnieku atziņas konstatējam, ka tās savā starpā neatšķiras.

Secinājumi:

Secinām, ka prasmes ir:

- ✓ individuālas;
- ✓ vingrinājumu darbības rezultātā prasmes pilnveidojas,
- ✓ tiek apgūtas no piedzimšanas brīža,
- ✓ tiek apgūtas atdarināšanās ceļā.

Ģērbšanās prasmi radītāji:

- ✓ Apģērba izvēle atbilstoši laika apstākļiem;
- ✓ Apģērba izvēle svētkiem vai ikdienai;
- ✓ Apģērba izvēle meitenei vai zēnam;
- ✓ Apģērbs tīrs vai netīrs;
- ✓ Apģērbšanās secība;
- ✓ Apģērbšanās sportam;
- ✓ Apģērbs miegam.

## 1.2. Pirmsskolas izglītības iestādes dienas rituma organizācija

Ministru kabineta noteikumi Nr.890, (Rīgā 2013 .gada 17. septembrī (prot. Nr.49 85.§)) par higiēnas prasībām bērnu uzraudzības pakalpojuma sniedzējiem un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu. Noteikumi nosaka higiēnas prasības valsts un pašvaldību iestādēm, juridiskajām vai fiziskajām personām, kuras sniedz bērnu uzraudzības pakalpojumu ārpus bērna dzīvesvietas, un izglītības iestādēm, kas īsteno pirmsskolas izglītības programmu.

Tātad pirmsskolas izglītības iestādēs nepieciešams bērnu bioloģiskajam, fizioloģiskajam, psiholoģiskajam ritmam atbilstošs plānojums.

Analizējot zinātnieku atziņas par ritmu, kvalifikācijas darba autore sastādīja tabulu.(skat.1 tabulu)

1.tabula *Ritma izpausme* (autores izveidots)

<b>1. FIZIKĀLĀS:</b> 1.1. Skaņa, 1.2. Gaisma, 1.3. Krāsa.	<b>2. SOCIĀLĀS:</b> 2.1. Simboli,, 2.2. Vārds, valoda, 2.3. Dzeja,
<b>3. FILOZOFISKĀS:</b> 3.1. Pagātne, tagadne, nākotne,  3.2. Gadskārtā ieražas.	<b>4. FIZIOLOĢISKĀS:</b> 4.1. Sirds darbība, 4.2. Elpošana.

Tātad pirmsskolas izglītības iestādes izstrādātajā dienas rituma organizācijā iekļaujas visas ritma izpausmes.

Visās pirmsskolas izglītības iestādes grupās atbilstoši bērnu vecumam ir izstrādāts „Dienas ritms” kurā fiksētas pamata aktivitātes un to norises secība: rīta aplis, rotaļas, fiziskā veselība un izglītība, muzikālās nodarbības, ēdienreizes, miega un nomoda periodi. Par bērna nepieciešamību pēc dzīvošanas ritmiskā, sakārtotā pasaulē, kurā valda kārtība, nevis haoss raksta arī S. Miezīte, kura veikusi pētījumu par dienas ritma ietekmi uz bērna veselību. Pētījuma rezultātā tiek secināts, ka stingri noteikts dienas režīms, kas pamatojas uz ārstu un pedagogu izstrādātajām bērnu vecumposmu īpatnībām un atbilstošiem noteikumiem veicina bērnu: organisma normālu funkciju

izpildi un ir pamatnoteikums bērna pareizai fiziskai un neiropsihiskajai attīstībai, kā arī dinamiska stereotipa veidošanos, ciešu miegu, līdzsvarotu noskaņojumu visai dienai, aktīvu darbošanos. Tāpat tiek uzsvērts, ka dienas ritms, kurā tiek ievērots bērna individuālās attīstības īpatnības, vajadzības, sekmē bērna: drošības sajūtu, pašregulācijas attīstību, nervu sistēmas nostiprināšanos, pašapziņas veidošanos, pašizpaušmi (S. Miezīte, 2000).

Rotaļnodarbību saraksts ir apstiprināts un atbilst licenzētajai izglītības programmai. Tas ir pieejams katrā grupā un iestādes mājaslapā. Skolotāji plāno un vada rotaļnodarbības dažādu vecumu bērniem, mācīšanās process tiek balstīts uz reālo dzīvi un bērnu iepriekšējo dzīves pieredzi, svarīgi, lai bērni tiek iesaistīti daudzveidīgā, praktiskā darbībā.

Katrā pirmsskolas izglītības iestādē var būt nedaudz atšķirīgs dienas režīms. Pēc dienas režīma iznāk, ka bērniem jāpārgērbjas septiņas reizes. Apzināts ir šāds-

3-4gadīgu bērnu dienas režīms kvalifikācijas darba autore pirmsskolas izglītības iestādē.

7.00 – Bērnu sagaidīšana.

Bērni atnākot uz pirmsskolu pārgērbj ielas drēbes un apavus, nomainot tos uz iekštelpu apģērbu.

8.30 – Brokastis.

9.00 – Mācību nodarbības.

9.40 – Sporta nodarbības.

Sporta nodarbībām bērniem ir speciāls apģērbs (pārgērbjas), pēc sporta nodarbībām atkal ģērbj (iekštelpu drēbes)

10.30 – Bērni dodas ārā pastaigā.

Bērni nomaina iekštelpu apģērbu uz ielas apģērbu.

11.30 – Bērni atnāk no pastaigas un pārvelk ielas drēbes uz iekštelpu apģērbu.

12.00 – Pusdienas.

12.30 – Bērni dodas diendusā.

Noģērbj iekštelpu drēbes un apģērbj pidžamas.

15.00 – Bērni mostas no diendusa.

Noģērbj pidžamu un atkal nomaina uz iekštelpu drēbēm.

15.30 – Launags.

16.30 – Dodas pēcpusdienas āra pastaigai.

Bērni nomaina iekštelpu drēbes uz ielas apģērbu.

Konstatējam, ka pirmsskolas izglītības iestādes organizētajā dienas ritumā septiņas reizes dienā bērni maina apģērbu. Tātad, 14 reizes dienā pārgērbjas. Varētu salīdzināt, cik bieži bērni pārgērbjas mājās.

Salīdzinoši Ozolnieku pirmsskolas izglītības iestādes organizētais dienas ritums.

### **Dienas režīms „Jāņtārpiņu” grupā (3 - 4 gadi)**

**12 stundas dienā ar darba laiku no 07.00-19.00**

**2018./2019. mācību gads**

<b>Laiki</b>	<b>Organizācija</b>	<b>Programma</b>
07.00 - 08.30	Bērnu sagaidīšana, sarunas ar vecākiem, rotaļas, individuālais darbs, pārrunas.	Bērnu sagaidīšana, sarunas ar vecākiem, rotaļas, individuālais darbs, pārrunas.
08.30 - 08.50	Gatavošanās brokastīm, brokastis.	Sadzīves prasmju veidošana, kultūrhigiēnisko normu ievērošana.
08.50 - 09.00	Darba vietas sakārtošana, gatavošanās rotaļnodarbībām.	Sadzīves prasmju, saskarsmes kultūras veidošana.
09.00 - 10.20	Rotaļnodarbības. Starp rotaļnodarbībām starplaiki 20 minūtes bērnu patstāvīgai darbībai, rotaļām, atpūtai (4 dienas nedēļā - 4 nodarbības dienā, 1 diena nedēļā - 3 nodarbības dienā).	Attīstošie un izglītojošie uzdevumi no pirmsskolas izglītības programmas atbilstoši bērnu attīstības līmenim. Starplaikos-saskarsmes kultūras un sadzīves prasmju veidošana.

10.20 - 11.35	Gatavošanās pastaigai. Pastaiga, vērojumi, eksperimenti, priekšstatu nostiprināšana, sportiskās aktivitātes, pamat kustību nostiprināšana.	Sadzīves prasmju veidošana. Uzdevumi no pirmsskolas izglītības programmas-zināšanu, iemaņu un prasmju nostiprināšana.
11.35 - 12.15	Gatavošanās pusdienām. Pusdienas.	Sadzīves prasmju veidošana.
12.15 - 15.00	Gatavošanās atpūtai (ģērbšanās, zobu tīrīšana). Atpūta.	Sadzīves, pašapkalpošanās prasmju veidošana, saskarsmes kultūras veidošana.
15.00 - 15.30	Celšanās, gatavošanās launagam.	Sadzīves, pašapkalpošanās iemaņu veidošana.
15.30 - 15.50	Launags.	Sadzīves prasmju veidošana.
15.50 - 16.45	Gatavošanās nodarbībai, nodarbība. Individuālais darbs.	Attīstošie un izglītojošie uzdevumi no pirmsskolas izglītības programmas atbilstoši bērnu attīstības līmenim.
16.45 - 19.00	Rotaļas grupā vai laukumā, bērnu patstāvīgā darbība, pārrunas ar vecākiem, konsultāciju sniegšana vecākiem.	Saskarsmes kultūras veidošana. Uzdevumi no pirmsskolas izglītības programmas prasmju un nostiprināšanai, vingrināšanai. Rotaļas.

Konstatējam, ka Ozolnieku pirmsskolas izglītības iestādē ir izstrādāts detalizētāks 3-4 gadīgu bērnu dienas ritums, kurā paredzēta katras nodarbības programma un akcents tiek likts uz bērnu savstarpējās sadarbības prasmēm un to pilnveidi.

IZM 11. punkts "Pirmsskolas izglītības satura īstenošanas principi ir šādi: 11.7.p. - tiek īstenota bērna, pedagogu, vecāku vai bērna likumisko pārstāvju mērķtiecīga, atbalstoša, uz bērna mācīšanās un attīstības vajadzībām vērsta sadarbība, iesaistot vecākus vai bērna likumiskos pārstāvjus bērna mācīšanās procesā un nodrošinot regulāru atgriezenisko saiti par bērna sniegumu un sasniegumiem.

Tātad, dienas kārtība, ritums pirmsskolas izglītības iestāžu darba organizācijā tiek atšķirīgi pieteikts, bet vienojošais elements ir 3-4gadīgu bērnu bioloģiskais ritms. Bioloģiskais ritms veidojas no konkrētu darbību atkārtotānās. Bērnu bioloģiskie ritmi saistīti ar ritmiem dabā, laikā un cilvēka attīstībā;

Atkārtojamība jeb bioloģiskie ritmi ir viena no dzīvības formas pazīmēm. Organismam ir svarīga spēja izjust laiku, tā ietekmi. Tā nosaka sezonas, gada, mēness, paisuma un bēguma ritmu fizioloģiskajiem procesiem. Pētījumi pierāda, ka praktiski visi dzīvības procesi ir ritmiski. Bioloģiskais ritms regulē daudzas funkcijas. Ikvienam cilvēkam ir savs individuālais bioloģiskais ritms. Šo ritmu dzīves laikā ir visgrūtāk mainīt. Jo jaunāks bērns, jo spēcīgāk darbojas individuālais ritms. Bioloģiskais ritms dzīvam organismam ļauj labāk pielāgoties vides apstākļiem, kas regulē ciklu ilgumu un atsevišķas to fāzes (piemēram, Mēness fāzes, ciklus).

Fizioloģiskie ritmi, kas pakļauti visiem iepriekš minētajiem ietekmējošiem faktoriem, ir viļņveidīgi. Fizioloģiskās ritma formas: sirdsdarbība un elpošana.

Tai pat laikā droši var apgalvot, ka viss cilvēka organisms un dzīvības funkcijas darbojas visprecīzākajā ritmu polifonijā, taču centrālo metra pulsus uzdod sirds un elpošana.

Cilvēka sirds ir ķermeņa metro ritma instruments, kurš veic 60-80 sitienus minūtē. Šis instruments darbojas ar sistoli un diastoli – t.i., sitienus un atsitienu – sirds saraušanos un izplešanos. Sirds metro ritmam iespējams veidot arī dažādas ekstrasistolus – t.i., ritma variācijas, kuras cilvēka dzīvības ritmu harmonijā uztveramas kā disonanses. Proti – hipertermija, galopa ritms, miokards u.c.

Sirds ritms visciešākā veidā polifoniski saistīts ar elpošanu. Cilvēks vienā minūtē izdara 18 ieelpas un izelpas. Cilvēka sirds metrs attiecībā pret elpošanu atrodas sekojošās proporcijās – 3,3 – 4,1 sitieni : 1 elpa, tas ir, 3-4 sitieni uz vienu ieelpu un izelpu.

Organisms uzbudinātības stāvoklī 90% gadījumos cilvēka sirdsdarbība paātrinās. Lai izvairītos no uzbudinātības, no stresa nepieciešams bērniem atrasties ierastā vidē, zināmos apstākļos, pierastā dienas ritmā. To veicina atkārtošana, kas nostiprina bērnu emocionālo stabilitāti, drošības izjūtu. Bērni atrodas emocionālā komforta zonā. Viss ir zināms un pazīstams. Pozitīvā noskaņojumā “ieslēdzas” smadzeņu domāšanas, komunikācijas, koncentrēšanās centri. Aktivizējas 14 smadzeņu reģioni, kas uzlabo spējas koncentrēties, izprast cilvēkus, būt sirsnīgās

attiecībās, komunicēt. Jau pagājušajā gadsimtā daudzi zinātnieki, psihologi ir secinājuši, ka bērna labvēlīga attīstība noris tikai labvēlīgā atmosfērā. Krievu ārsts un pedagogs Radņina ir uzsvērusi, ka bērna vispusīga un kvalitatīva attīstība var notikt tikai mīlestības, prieka, draudzības, radošā atmosfērā, kur mācību process mijās ar spēli. Zinātniece iestājās pret neatbilstošu slodzi un prasībām. Bērniem jābūt aktīviem, viņu dienai jābūt prieka pilnai, ar pozitīvām emocijām, spēlēm, kas dod bērniem enerģiju un spēku, vēlmi darboties un izzināt pasauli. Lielu nozīmi autore piešķir bērna attīstības jomu nepārtrauktībai un pedagoģiskā procesa vienotībai (Радина, 2013). Pirmsskolas izstrādātā dienas rituma organizācijā nepieciešams radīt bērniem labu izjūtu- drošību, piederības sajūtu.

Piederība, drošība - sagaidīšana un sasveicināšanās ar katru bērnu – ar pieskārienu, glāstu, smaidu, acu kontaktu un piedaloties ģērbšanās procesā, rada bērnam pozitīvu noskaņojumu, ka bērns tiek gaidīts, iedrošināts, nomierināts, pozitīvi noskaņots, iegūta pieredze, kā jāveido saskarsme ar citiem bērniem un pieaugušajiem, draudzīgas attieksmes veidošanās, saskarsmes un sadarbības kultūras pieredzes veidošanās šādā aspektā tiek pieteikts Ozolnieku pirmsskolas izglītības iestādes organizētais dienas ritums, pamatojot tieši kādas saskarsmes prasmes varētu tikt pilnveidotas.

Ja bērns atrodas diskomforta zonā, tad atslēdzas domāšanas, komunicēšanās, koncentrēšanās centri un aktivizējas 17 smadzeņu reģioni, kas mazina spējas koncentrēties, izprast cilvēkus, būt sirsnīgās attiecībās, komunicēt. (Goleman, 2001)

Dienas režīma un miega režīma ievērošana akcentēta ārstu ieteikumos. Ikdienā mums katram ir pietiekami daudz stresa, pietiekami liela fiziskā slodze, laika trūkums. Stress rada lielu spriedzi, enerģijas izsīkumu, nogurumu, un var izraisīt dažādas saslimšanas. Vecākiem obligāti jāievēro bērna dienas režīms. Tas nav ārstu izdomājums, bet zinātniski pamatotas rekomendācijas. Tam ir ne tikai fizioloģiska, bet arī psiholoģiska nozīme. (Martinovs, 1991)

Pirmsskolas izglītības iestādes organizētais dienas ritums sekmē pozitīvas bērnu un skolotāju savstarpējās attiecības. Ļoti svarīgs nosacījums katra cilvēka harmoniskam un veselīgam dzīvesveidam ir cieņpilnas, godīgas un veselīgas cilvēku savstarpējās attiecības. Savstarpējās attiecības ģimenē, darbā, sabiedrībā būtiski ietekmē katra cilvēka ikdienas dzīvi, pašapziņu, noskaņojumu, dzīvesprieku, vēlmi augt un attīstīties, sasniegt vēl labākus rezultātus savā dzīvē. Vēl jo lielāku lomu savstarpējās attiecības spēlē ģimenēs, kur aug bērni. Lai bērns izaugtu vesels, ar augstu pašapziņu, emocionāli stabils, ļoti svarīgi ir saņemt no ģimenes visu nepieciešamo atbalstu, mīlestību, rūpes no abiem vecākiem. Par to runā daudzi psihologi un ārsti. Psihologe,

kognitīvi biheiviorālā terapeite G.Puisāne atzīmē, cik svarīga loma katra bērna dzīvē ir emocionālajai veselībai. G. Puisāne skaidro, ka, “ja blakus ir vecāks, kurš iedrošina, atbalsta, izskaidro, tad bērns aug emocionāli veselā vidē un par cilvēku, kurš nākotnē spēs tikt galā ar grūtībām un nebaudīsies meklēt palīdzību pie pieaugušajiem” (Puisāne, 2019, 37). Turpinot, speciāliste norāda, ka “ja attiecības ģimenē ir bijušas stabilas, vecāks ir bijis pieejams, izrādījis rūpes par savu atvasi un uzklusījis viņu, tad arī pusaudža gados bērns zinās, ka grūtā brīdī palīdzību var meklēt savā ģimenē” (Puisāne, 2019, 38). Šāda savstarpēja saskarsme, kas sekmē bērnu attīstību jāturpina arī pirmsskolas izglītības iestādē.

Tāpēc arī nepieciešams organizēt, lai bērniem būtu veselīgs miegs, pietiekams, veselīgs miegs. Pieaugušajiem cilvēkiem ideāls miegs būtu astoņas stundas. Minimālais miega daudzums būtu sešas stundas. Labs, pietiekams miega režīms pozitīvi ietekmē centrālo nervu sistēmu, un tam tiek doti resursi, lai nākamajā dienā cilvēks varētu veselīgi un produktīvi strādāt. Miegā cilvēka organisms atjaunojas. Miegš nodrošina centrālās nervu sistēmas darbības līdzsvaru un stabilitāti. Tādēļ, lai cilvēks būtu vesels, darbaspējīgs, ir nepieciešams pietiekams miega daudzums katru dienu. Pilnvērtīgs miegs ir neatņemama veselīga dzīvesveida sastāvdaļa. Zinātnieces E. Millere - Kainca un B. Šteingašnere norāda, ka veselīgs un pareizs miega ritms veido cilvēka svarīgāko psihisko pamatu (E.Millere-Kainca, B.Šteingašnere, 2010).

Miegš, kvalitatīvs miegs ir cilvēka eksistences un veselības pamats, tāpēc bērnu dienas ritumā, kuru organizē pirmsskolas izglītības iestāde tiek ievērots: gulēt iešanas un celšanās laiks (19:00-20:00 līdz 7:00); gulēt iešanas un celšanās laika ievērošana (dziļās un seklās miega fāzes); psihiskais stāvoklis pirms miega; guļamtelpas kvalitāte; guļamvietas kvalitāte; gulēšanai atbilstošs apģērbs.

Kā nākamais dienas rituma elements, kas saistīts ar pārgērbšanos ir fiziskās aktivitātes, sporta nodarbības gan iekštelpās, gan ārā. Pastaigās rodas kustību prieks – pamat kustību pilnveides iespējas, kustību rotaļās pozitīvas emocijas.

#### Secinājumi

1. Pirmsskolas izglītības iestādes dienas ritums tiek apstiprināts un vecāki tiek iepazīstināti ar pirmsskolas izglītības iestādes darba organizāciju.
2. Pirmsskolas izglītības iestādes organizētajā dienas ritumā tiek ievērots bērnu bioloģiskais, fizioloģiskais, psiholoģiskais dzīves ritms.
3. Analizējot pirmsskolas izglītības iestāžu noteiktos dienas ritumus, konstatējam, ka tur tiek ievēroti bērnu attīstību noteicošie veselīga dzīves veida nosacījumi:

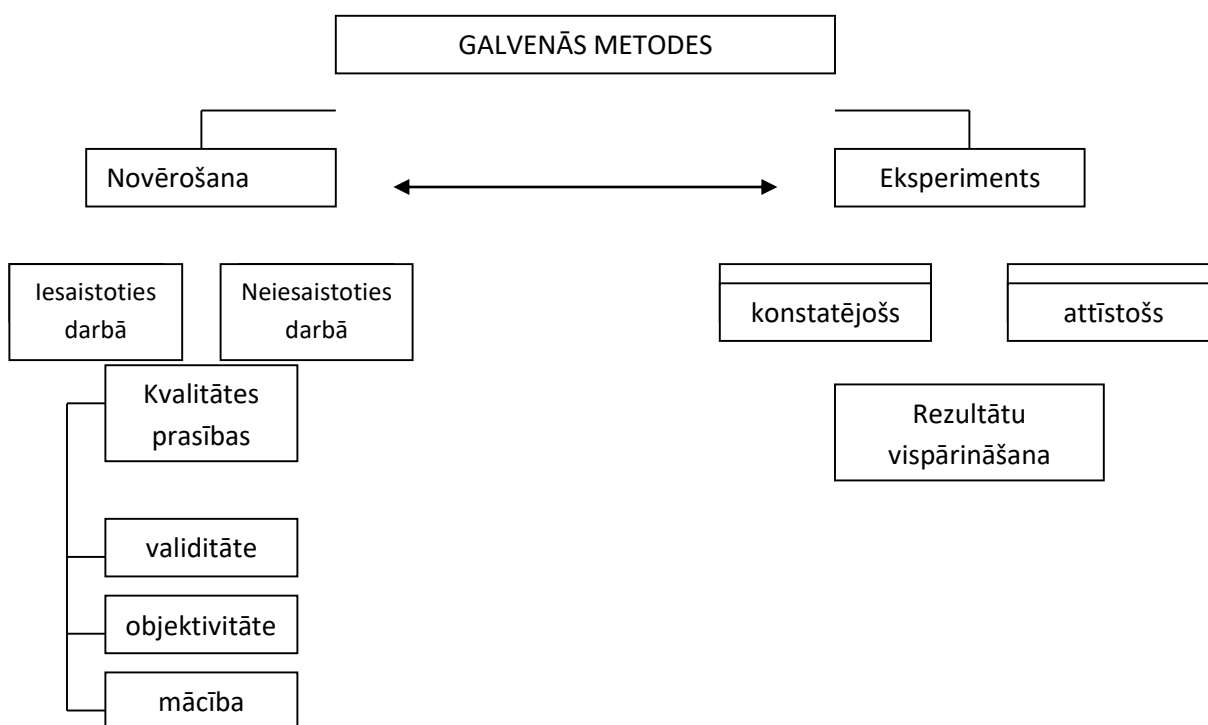
- ✓ vajadzība pēc svaiga gaisa;
  - ✓ ēdienrežu ritmiskums un skaits;
  - ✓ vajadzība pēc miega;
  - ✓ lai apmierinātu šīs vajadzības, ir jāpārgērbjas.
4. Pirmsskolas izglītības iestādes organizētajā dienas ritumā bērniem nepieciešams 14 reizes pārgērbties.
  5. Ģērbšanās prasmes veicināšanai pirmsskolā ikdienā notiek rotaļās un praktiskās nodarbībās. Katrai darbībai ir noteikts mērķis un organizēta darbība, lai bērnam būtu izpratne par ģērbšanās secību un attieksme un izpratne – tīrs, netīrs apģērbs, kā arī ikdienas un svētku apģērbs, ziemas un vasaras apģērbs.
  6. Šajā vecuma posmā ir svarīga personīgā pieredze daudzveidīgās darbībās, ka piemēram pogāt, atpogāt, aizšņorēt, atšņorēt, aizāķēt.
  7. Kompetencēs balstīta izglītības satura maiņa akcentē katram vecumposmam atbilstošu prasmju apguvi. Saistība ar pētījuma priekšmetu tās ir ģērbšanās prasmes.

## 2. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma organizācija

### 2.1. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma plāns un izvēlēto metožu pamatojums

Pētījums tiks plānots pēc tradicionālās metodes, kuru rekomendē A.Geske. (skat.2.att)

2.attēls



Empīriskajai daļai vispirms ir nepieciešams izstrādāt izmēģinājuma darbības plānu. Par izmēģinājuma darbības lietderīgumu var spriest tikai pēc noteiktiem kritērijiem un rādītājiem. Tātad, nepieciešams izstrādāt trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmju vērtēšanas kritērijus. Izmēģinājuma darbības sākumā pēc kritērijiem tiks konstatēta reālā situācija, bet beigās, izmēģinājuma darbības lietderību varēs konstatēt tikai pēc trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmju apguves dinamikas.

Lai sāktu izmēģinājuma darbību, nepieciešams noskaidrot trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmi līmeni. Trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmes nosaka iepriekšēja dzīves pieredze, kas veidojusies ģimenē. Tātad prasmes nosaka:

- ✓ ģimenes sociālais statuss/ praksē novērots, ka ir zēni, kas nāk uz pirmsskolu bez apakšbiksītēm;
- ✓ vai vecāki ir šķīrušies, vai dzīvo kopā, jo vecākiem var būt dažādas prasības;
- ✓ vai bērnu audzina vecmamma, kas visu cenšas darīt bērna vietā;
- ✓ cik bērni ir ģimenē;
- ✓ vai ģimene dzīvo pilsētā, vai laukos.

Trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmes var konstatēt pēc pedagoģiska novērojuma, kas arī tiek atzīts par vienu no empīriskā pētījuma metodēm. Novērošana ir datu vākšanas metode, kas ļauj analizēt sociālo pasauli no ārējā skatītāja perspektīvas, lai pārbaudītu teorijas par parādībām un procesiem, pamatojoties uz izpausmēm un izplatību. Atšķirībā no novērošanas ikdienas apstākļos pētnieciskā novērošana ir fokusētāka un sistemātiskāka. Pētniekam ir jādefinē, ko viņš vēlas novērot un kā to fiksēt. Lai novērošanas datus varētu iekļaut analīzei izmantojamā tekstu kopumā, tie ir jāfiksē rakstiskā formā (Pētniecības terminu skaidrojošā vārdnīca, 2011, 47 – 48).

Nākamā metode trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās paradumu noskaidrošanai ir pārrunas. Pārrunas kā daļa no refleksijas, kas ļauj veidot iegūto zināšanu atgriezenisko saiti, kā arī nostiprina iepriekš redzēto, dzirdētu, sajūsto. Pārruna ir nenoteiktāka struktūra gan organizācijas, gan iegūto rezultātu ziņā, jo tie ir atkarīgi no daudziem, maz kontrolējumiem faktoriem, kas saistīti gan ar pedagoga, gan pētāmā skolēna personības īpatnībām, kas padara sarunu vai nu par atklātu un atraisītu, vai arī par uzspiestu, samocītu. Gatavojoties pārrunai, sevišķi skaidri jāapzinās sava pētījuma mērķi, lai precīzi zinātu, ko pētnieks grib izzināt pārrunā. Ja šis nosacījums netiek ievērots, tad pārruna var pārvērsties par bezmērķīgu (informācijas ieguves ziņā) plāpāšanu (Geske 2006).

Refleksija ir pamatā empīriskajam pētījumam, tā ir pētnieka darbības analīze:

Izvēlēto pedagoģisko paņēmieni lietderības noteikšana - veiksmīgās puses, vai neveiksmes; neizmantotās iespējas un iespējamie riski.

Empīriskā pētījuma par trīs līdz četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveidi, norisei nepieciešams izstrādāt izmēģinājuma darbībai nepieciešamos pedagoģiskos paņēmienus, kuru lietderību iespējams noteikt ar refleksijas palīdzību.

Nākamais plāna punkts ir empīriskā pētījuma par trīs līdz četrus gadu vecu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveidi rezultātu apkopojums. Tā ir ranzēšana un reģistrēšana. Ranzēšana pieder pie matemātiskajām pētīšanas metodēm. Ranzēšana jeb grupēšana, tā vienmēr tiek veikta pret kādu no pazīmēm. Vienkāršākais grupēšanas veids paredz datu sakārtošanu konkrētā secībā, pēc kādā noteikta rādītāja (Geske 2006). Tad, empīriskā pētījumā iegūto rezultātu kvantitatīvā un kvalitatīvā analīze.

Pēc šāda plāna tiks veikts empīriskais pētījums.

Lai izvēlētos empīriskajam pētījumam nepieciešamās metodes tika izmantoti izglītības pētījuma norises ieteikumi .

Empīriskā pētījuma teorētiskā bāze :- Andrejs Geske ,Andris Grīnfelds apgāds, Aivars Lasmanis, Artūrs Kroplis, Malgožata Rašcevska Kristīnes Martinsones, Anitas Piperes, Silvija Kristapsone.

Iepazīstoties ar iepriekš minēto zinātnieku publikācijām par pedagoģisko pētījumu norisi izvēlējamies pirmsskolas izglītības pētījumiem piemērotākās, kas atbilst bērnu vecumposmam.

Novērošana- ieteicama visos pedagoģiskajos pētījumos kā viena no kvalitatīvajām metodēm. Saistībā ar autores pētījumā ietvertu bērnu vecumposmu, kad nav iespējamas citas metodes, novērošana visvairāk atbilst. Novērošana var būt tieša, netieša; ilglaicīga, īslaicīga. Novērošanas norises plāns sasaucas ar prakses nodarbību plānu. Jānoformulē - mērķis, uzdevumi; novērojuma vieta, laiks; novērotāj persona; novērojamo loks; novērojumu biežums; iegūtie dati un cita informācija; rezultātu analīze.

Bērnu un vecāku viedokļu salīdzinošās analīzes nolūkos, tiek izvēlēta intervija vecākiem.

Pēc S.Kristapsones –Intervija -Kvalitatīvajā pētījumu stratēģijā: primāro datu vākšanas – apsekošanas – metode. Tā ir viopusēja iztaujāšana vai uz mijiedarbību balstīts personīgs dialogs starp pētnieku un vienu vai vairākiem pētāmiem, kas norisinās klātienē vai pastarpināti, izmantojot

saziņas līdzekļus. Intervijas laikā intervētājs uzdod vairāk vai mazāk strukturētus jautājumus, lai iegūtu informāciju un atbildētu uz pētījuma jautājumiem vai pārbaudītu hipotēzi.

Intervijas organizēšanā, tā pat kā iepriekš, nepieciešams noteikt mērķi un uzdevumus:

- ✓ kam paredzēta informācija;
- ✓ kāda informācija nepieciešama;
- ✓ kā informācija tiks izmantota;
- ✓ kāpēc informācija nepieciešama.

Ja intervija pēc būtības ir brīvāka pēc formas, tad aptauja ir konkrētāka.

Aptauja ir sākotnējās informācijas ievākšanas metode, kas paredz uzdot pētāmajai kopai mutiskus vai rakstiskus jautājumus, kuri satur pētījuma problēmu empīriskā līmenī, kā arī iegūto atbilžu statistisko apstrādi (Kristapsone, 2008, 221).

Aptaujas var iedalīt pēc aptaujas formas (mutiskās/rakstiskās), distances starp pētnieku un pētāmo (klātienē/neklātienē), aptaujas procedūras (individuālās/grupveida), jautājumu formas (atvērtie/slēgtie/daļēji atvērtie (Pētniecības terminu skaidrojošā vārdnīca, 2011, 6-7).

Aptaujas jautājumi var būt zinātnieku izstrādāti un aprobēri, bet var būt arī pētnieka sastādīti. Visu iepriekš minēto metožu iegūtajiem rezultātiem nepieciešama analīze un iegūto datu skaidrojums.

Analīze – tā ir domāšanas operācija, kurā sarežģītu objektu sadala sastāvdaļās. Tā ir izzināmā objekta dalīšana dažādos komponentos. Piemēram, bērns cenšas izprast mašīnas mehānismu. Iepazīstot to, izjaucot pa detaļām var analizēt un iepazīties ar izzināmajiem objektiem atsevišķi. □ Salīdzināšana – Tā ir operācija, kurā tiek salīdzināti priekšmeti un parādības, to īpašības un sakarības starp tiem. Salīdzināšana ir elementārs process, ar kuru sākas izziņa. Gala rezultātā salīdzināšana noved pie vispārināšanas.

- ✓ Abstrahēšana – Domāšanas operācija, kas pamatojoties uz norobežošanas no priekšmetu, parādību nebūtiskajām pazīmēm un būtiskā, galvenā izcelšanu tajos.
- ✓ Sintēze – Domāšanas operācija, kas ļauj domāšanas procesā pāriet no daļām uz veselo. Analīze un sintēze vienmēr ir savstarpēji saistītas. Analīze un sintēze parasti darbojas vienotībā. Šī nesaraujamā saistība skaidri saskatāma tādā izziņas procesā kā salīdzināšana.

- ✓ Apkopošana – Daudzu priekšmetu vai parādību apvienošana pēc kaut kādas kopīgas pazīmes. Atrodot lietu līdzīgās, vienādās vai kopīgās īpašības un pazīmes, subjekts atklāj lietu līdzību vai atšķirību.
- ✓ Klasificēšana – Kaut kādas zināšanu vai cilvēka darbības jomas savstarpēji pakārtotu jēdzienu sistematizēšana, ko izmanto, lai noteiktu saistību starp šiem jēdzieniem vai objektu klasēm.
- ✓ Kategorizēšana – Tā ir domāšanas operācija, kurā viens atsevišķs objekts, notikums, pārdzīvojums tiek attiecināts uz kādu grupu, izmantojot verbālās un neverbālās nozīmes, simbolus. (Nikiforovs, 2007,232)

Ranzēšana pieder pie matemātiskajām pētīšanas metodēm. Ranzēšana jeb grupēšana, tā vienmēr tiek veikta pret kādu no pazīmēm. Vienkāršākais grupēšanas veids paredz datu sakārtošanu konkrētā secībā, pēc kādā noteikta rādītāja. Nereti parādās jēdziens ranžēta rinda, kas nozīmē- Skaitļu rinda, kas sakārtota pētāmo objektu, pazīmju, faktoru u.c. skaitlisko nozīmju augošā vai dilstošā secībā.

(<http://termini.lza.lv/term.php?term=ran%C5%BE%C4%93ta%20rinda&list=ran%C5%BE%C4%93ta%20rinda&lang=LV>).

Tādējādi – empīriskā pētījumā situācijas konstatēšanas metodes – novērošana, aptaujas rezultāti, kas ar ranzēšanas palīdzību var tikt matemātiski statistiski apkopot.

No x pirmsskolas izglītības iestādes grupiņas empīriskā pētījuma bērnu bāzes izvēlei tiek izmantota ērtuma metode, jo bērnu bāzi veido bērni, kur strādā kvalifikācijas darba autore. Pēc S.Kristapsones kvalitatīvajā un kvantitatīvajā pētījumu stratēģijā: nevarbūtīgā izlase, kas tiek veidota, izlasē nesistemātiski iekļaujot indivīdus, kuri ir gatavi piedalīties pētījumā. Vispieejamāko pētījuma dalībnieku atlase prasa vismazāko laika, piepūles un finansiālo ieguldījumu, bet dažreiz var apdraudēt datu kvalitāti un pētījuma zinātnisko stiprumu.

#### Secinājumi

1. Empīrisko pētījumu teorētisko ieteikumu apzināšana;
2. Empīriskās pētījuma daļas plāns:
  - ✓ empīrisko metožu izvēles pamatojums;
  - ✓ pētījuma bāzes izvēle;
  - ✓ bāzes izvēles metožu pamatojums;

- ✓ empīriskā pētījuma norises plāns:
  - 1.vērtēšanas kritēriju un rādītāju izstrāde;
  - 2.reālas situācijas konstatēšana pēc noteiktajiem kritērijiem pētījuma sākumā;
  - 3.Pedagoģisko paņēmienu aprobācija;
  - 4.Ģērbšanās prasmju pilnveides beigu situācijas konstatācija;
- 3. Empīriskā pētījumā iegūto datu pamatojums un interpretācija.

## 2.2. 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides empīriskā pētījuma bāzes izvēles pamatojums

Pētījuma priekšmeta atklāsmei tiek izmantota dzīves gājuma analīzes metode.

Pētījuma bāzes izvēlei – ērtuma metode, jo pētījumā tiek iekļauti bērni no PII kur strādā kvalifikācijas darba autore.

Katrs bērns atnāk uz pirmsskolas izglītības iestādi ar saviem ģērbšanās paradumiem, kas izveidojušies ģimenē vecāku ietekmē. Tātad ģērbšanās prasmes sākotnējo līmeni nosaka sociālie apstākļi kādos dzīvojis bērns. Tādēļ nepieciešams tos noskaidrot. (skat. 1.tabula)

1.tabula. Sociālie apstākļi zēnu ģimenēs.

Bērna vārds	Pilna/nepilna ģimene	Ģimenes statuss	Ģimenē strādājošie
Uvis	Pilna	Situēta	Abi vecāki
Arsēns	Pilna	Situēta	Tēvs
Emīls	Nepilna	Maznodrošināta	Māte
Lūkass	Pilna	Situēta	Tēvs
Mariss	Pilna	Maznodrošināta	Tēvs
Mīks	Nepilna	Maznodrošināta	Māte

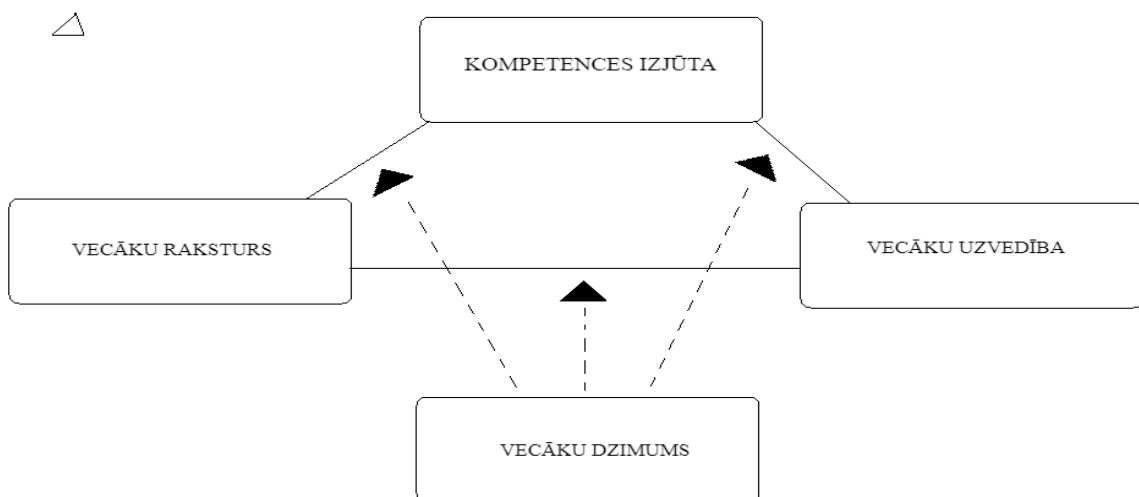
Pētījuma turpinājumā nepieciešams noskaidrot vai eksistē atšķirības zēnu un meiteņu ģimeņu starpā. (skat. 2.tabulu)

2.tabula. Sociālie apstākļi meiteņu ģimenēs.

Bērna vārds	Pilna/nepilna ģimene	Ģimenes statuss	Ģimenē strādājošie
Ketlīna	Nepilna	Maznodrošināta	Tēvs
Aiva	Pilna	Maznodrošināta	Abi vecāki
Beāte	Pilna	Situēta	Abi vecāki
Amēlija	Pilna	Situēta	Tēvs
Zane	Nepilna	Maznodrošināta	Abi vecāki
Madara	Nepilna	Maznodrošināta	Abi vecāki

Konstatējam, ka bērnu ģērbšanās prasmes sākotnēji veidojas ģimenēs vecāku rosinātas. Pirmsskolas izglītības pētījumos rekomendēts bērnu bāzes izvēles pamatojums. To pieprasa individuālā pieeja un saistīta ar dzīves gājuma analīzes metodi. Katrs bērns atnāk uz pirmsskolas izglītības iestādi ar savu individuālo dzīves pieredzi. Neapšaubāmi ir atšķirība vai bērns ir vecākais no maznodrošinātas daudz bērnu ģimenes, vai vienīgais bērns oligarhu ģimenē. Sociālie apstākļi, bērnu skaits ģimenē, pilna vai nepilna ģimene, kas audzina bērnu -vecmāmiņa, tēvs, māte. Vecāku izglītības līmenis nosaka bērna individuālo attīstību un dzīves pieredzi. Tas jāievēro pirmsskolas izglītības skolotājam, izvēloties pedagoģiskos paņēmienus atbilstoši bērnu individualitātei. (Nikiforofs, 2007) Ja vecāki paši atrodas komforta apstākļos, sociāli nodrošināti, tad iespējams, vairāk veltīt laiku bērnam. Ārzemju autori to formulē kā vecāku kompetenci.(skat.3.attēlu)

3.attēls. *Vecāku kompetenci noteicošie faktori.* ( autore izveidots)



Vecāku kompetencēs balstītu bērna attīstības likumsakarību izpratni un atbalstu, iespējams gūt no pirmsskolas izglītības iestādes skolotāja. Tāpēc jau tagad no 2020.gada tiek pirmsskolas izglītības līmeni ieviesta E sistēma. Sadarbība ar pirmsskolas izglītības iestādes skolotāju parāda vecāku ieinteresētību bērna attīstības sekmēšanā. Svarīga veiksmīga sadarbība skolotājam ar ģimeni, jo bērni ir hiperaprūpēti. Bērnām paradumi veidojas 21 dienas laikā, ja sadarbība ir auglīga tā dot stabilu rezultātu, nevis pakļaušanos. Humāna un mijiedarbībā balstīta bērna personības potencionāla atklāšana un attieksmju sistēmas veidošanās sekmēšanu (dzīves prasmēm), veiksmīgā sadarbības rezultātā veidojas līdzatbildība (skat. 3.tabulu).

3.tabula. Skolotāja sadarbība ar vecākiem (*zēnu vecākiem*)

Bērna vārds	Cilvēku skaits ģimenē, bērni, vecāki.	Skolotāja sadarbība ar vecākiem
Emīls	Māte, 3 bērni	Atraisīta interesējas par bērna veiksmēm un neveiksmēm, laba sadarbība ar pedagogu
Uvis	Abi vecāki, 2 bērni	Steidzīgi, mazrunīgi uz pirmskolu nāk vecmāmiņa, sadarbības nav.
Arsēns	Abi vecāki, vienīgais bērns	Atvērta, uzklausu pedagogu un aktīvi iesaistās dialogos
Lūkass	Abi vecāki, 2 bērni	Interese par bērnu, labprāt uzklausu kā bērnam metodiski palīdzēt apgūt ģērbšanās prasmes
Mīks	Māte, vienīgais bērns	Aizņemta, steidzīga, mazrunīga, pedagoga teikto uzklausu
Mariss	Abi vecāki, 6 bērni	Pozitīvi, nepievērš uzmanību, neinteresē informācija par bērnu

Pedagogam kā personībai ir liela loma bērna attīstības procesos un jābūt korektai sadarbībai ar bērna vecākiem. Pārrunas un sadarbība par bērna prasmēm jāveido tā lai neaizskaru bērna un vecāku pašcieņu, korekti jāizturas pret bērna vecāku dažādām iespējām uz sadarbību. (*skat.4.tabulu*)

4.tabula. Skolotāja sadarbība ar vecākiem (*meiteņu vecākiem*).

Bērna vārds	Cilvēku skaits ģimenē bērni, vecāki	Skolotāja sadarbība ar vecākiem
Madara	Māte, vienīgais bērns	Interesējas par bērna ikdienu, laba sadarbība ar skolotāju
Ketlīna	Māte, vienīgais bērns	Aizņemta, nerunīga, grūti iziet uz kontaktu
Amēlija	Abi vecāki, 2 bērni	Atsaucīga, sadarbība teicama, ģimene strādā mijiedarbībā ar skolotāju
Beāte	Abi vecāki, 2 bērni	Atsaucīgi, sadarbība teicama, daudz laika velta bērna prasmju pilnveidošanā
Aiva	Abi vecāki, vienīgais bērns	Interesējas par bērnu, ikdienā ģimenē daudz laika pavada ar bērnu, laba sadarbība
Zane	Māte, 3 bērni	Aizņemta, , nerunīga sadarbība viduvēja

Pirmskolas izglītības pētījumos rekomendēts bērnu bāzes izvēles pamatojums, To pieprasa individuālā pieeja un saistīta ar dzīves gājuma analīzes metodi. Katrs bērns atnāk uz pirmsskolas izglītības iestādi ar savu individuālo pieredzi. Neapšaubāmi ir atšķirība vai bērns ir no maznodrošinātas daudz bērnu ģimenes, vai vienīgais bērns oligarhu ģimenē. Sociālie apstākļi, bērnu skaits ģimenē, pilna vai nepilna ģimene, kas audzina – vecmāmiņa, māte, tēvs. Vecāku izglītības līmenis nosaka bērna individuālo attīstību un dzīves pieredzi.

Strādājot pirmsskolas izglītības iestādē, konstatēts, ka bērnu attīstības likumsakarību ievērošana ģimenēs, saistīta ar bērnu vecāku izpratni, kuras pamatā ir vecāku izglītība. Bērnu vārdi izdomāti. (*skat.5.tab.*)

5.tabula. Vecāku izglītība.

Bērna vārds	Mātes izglītība	Tēva izglītība
Arsēns	Augstāka	Augstākā
Uvis	Vidējā	Vidēja
Lūkass	Vidējā	Vidējā
Emīls	Augstākā	
Mariss	Vidējā	Vidējā
Mīks	Vidējā	
Madara	Vidējā	
Amēlija	Vidējā	Augstākā
Zane	Augstākā	
Beāte	Vidējā	Augstākā
Aiva	Vidējā	Augstākā
Ketlīna	Vidējā	

Lai noteiktu bērna individuālās gērbšanās prasmes, tās tika novērtēti pēc 6 kritērijiem un rādītājiem. Katra rādītāja prasmju apguves līmenis tiek vērtēts – vienmēr, dažreiz, nemaz. V – prasmes apgūtas D – daļēji apgūtas N – ne vienmēr *.(skat.6.tab.)*

6.tabula.

Aizpogāt, atpogāt	Sasiet, aizsiet	Uzvilkt pirkstaiņu cimdus	Aizvilkt rāvējslēdzēju	Patstāvīgi uzvilkt kreklu/kleitu	Pareizi uzvilkt apavus
-------------------	-----------------	---------------------------	------------------------	----------------------------------	------------------------

Šajā vecumposmā bērni bieži lūdz pedagoga vai pedagoga palīga līdzdalību, jo paši nespēj piem: aizpogāt, aizvilkt rāvējslēdzēju, sasiet, nemāk pareizi apavus uzvilkt.

Humāna un mijiedarbībā balstīta bērna personības potenciāla atklāšana un attieksmju sistēmas veidošanās sekmēšana – dzīves prasmēm. Uz jautājumu “vai bērns gērbjas patstāvīgi” saņemtās atbildes.*(skat.7.tabulu)*

7.tabula. 3 -4 gadīgu zēnu ģērbšanās un noģērbšanās prasmes pētījuma sākumā.

Bērna vārds	Aizpogā, atpogā	Sasiet, aizsiet	Uzvilkt pirkstaiņ cimdus	Aizvilkt rāvēslēdzēju	Patstāvīgi uzvilkt, novilkt kreklu	Pareizi uzvilkt apavus
Arsēns	D	D	N	V	V	D
Emīls	N	N	D	D	D	D
Uvis	N	D	V	V	D	D
Mīks	N	N	N	D	D	N
Lūkass	V	D	V	V	D	D
Mariss	N	N	D	N	D	D

Vērojot zēnu iemaņas pētījuma sākumā konstatējam, ka zēniem ir grūtības patstāvīgi apģērbties bez pieaugušā palīdzības. Tas nosaka, ka svarīgs pedagoga uzdevums apzinot bērna attīstības līmeni, iepazīstot viņa individualitāti un ģimeni, personības attīstību, izstrādāt pedagoģisko procesu organizēšanu kopumā, gan darbojoties ar katru bērnu individuāli ikdienā. Uz jautājumu “vai bērns ģērbjas patstāvīgi” saņemtās atbildes.(*skat.8.tab.*)

8.tabula. Kritēriji 3-4 gadīgu meiteņu apģērbšanās un noģērbšanās prasmes pētījuma sākumā.

Bērna vārds	Aizpogāt, atpogāt	Sasiet, aizsiet.	Uzvilkt pirkstaiņ cimdus	Aizvilkt rāvējslēdzēju	Uzvilkt, novilkt kleitu	Pareizi uzvilkt apavus
Aiva	V	V	V	V	V	V
Beāte	V	V	V	V	V	V
Amēlija	V	V	V	V	V	V
Zane	V	V	V	V	V	V
Madara	D	D	V	V	V	D
Ketlīna	V	V	V	V	V	D

## Secinājumi:

Kvalifikācijas darba tapšanas periodā pēc pētījumā konstatētajiem faktiem, bērnu dažādas attīstības problēmas saistās arī ar dzimumu. Meitenes ģērbšanās prasmes apgūst ātrāk ka vienaudži zēni. Šajā empīriskajā pētījumā vērtīgu informāciju sniedza bērnu vecāki, par to kā bērns apģērbjas un noģērbjas mājās. Vairāki zēni mājās prasa pieaugušā palīdzību, bet pirmskolas izglītības iestādē ģērbjas un noģērbjas daļēji patstāvīgi. Ietekmē arī ģimenes materiālais stāvoklis, pētījumā novēroju, ka mazturīgi nodrošinātās ģimenēs bērniem tiek mazāk veltīts laiks. Analizējot reālās situācijas bērnu ģimenēs secinām, ka tās nosaka bērnu prasmes apģērba izvēlei:

- ✓ atbilstoši laika apstākļiem;
- ✓ apģērba izvēle svētkiem vai ikdienai;
- ✓ apģērba izvēle meitenei vai zēnam.

## 2.3 Pētījuma par 3-4gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveides organizāciju pirmsskolas dienas ritumā

Empīriskai pētījums tika veikts X pirmsskolas izglītības iestādē 3-4 gadīgu bērnu grupā. Pētījums tika veikts no 2019. gada septembra līdz 2019. gada oktobrim. Grupā ir 20 bērni, pētījumā piedalījās 12 bērni, kas regulāri apmeklēja pirmsskolas izglītības iestādi. Bērnu vecums no 3 gadiem un 6 mēnešiem līdz 4 gadi un 3 mēnešiem, ar vecāku piekrišanu un X pirmsskolas izglītības atļauju pētīšanas veikšanai.

No visnenākajiem cilvēka darbības veidiem ir rotaļa un spēles. Rotaļas un spēles ir sekmējušas radošās domas, izgudrojumu un zinātnes attīstību. Pirmsskolas izglītības iestādē rotaļām un spēlēm ir noteicoša loma bērna attīstībā, kas pilnveido prātu un gūst noderīgas sociālās prasmes arī ģērbšanās un noģērbšanās prasmes, ko rotaļās un spēlēs izpilda labprātīgi.

Bērnā šajā vecumposmā jau ir radusies minimālā pieredze pašapkalpošanās prasmēs piemēram – lelles apģērbšana un noģērbšana.

**Mērķis** – individuāls un grupas darbs, pareiza izvēle metodiskos materiālus, rotaļu un spēļu organizēšana, didaktiskie vingrinājumi, lai pilnveidotu bērniem ģērbšanās un noģērbšanās prasmes.

Bērni tika novērtēti un novēroti visas dienas ritumā – atnākot uz pirmsskolas izglītības iestādi, ģērbjoties uz sportu, ģērbjoties pastaigai, ģērbjoties diendusam. Individuālas pārrunas ar vecākiem kā bērni ģērbjas mājās. Pārsteidza dažu vecāku teiktais, ka aizņemties un laika trūkuma situācijā, sagērbj bērnus vecāki, jo tā ir ērtāk un ātrāk.

Lai sekmīgi varētu analizēt katra bērna individuālās prasmes, tika izveidots žurnāls kur pierakstīt ikdienas vērojumus, kas bērnam padodas, kas sagādā grūtības. Pārzinot aktuālos pedagogiskos uzdevumus, bērniem tika sastādīti dažādas lomu spēles un didaktisko vingrinājumu uzdevumi:

- ✓ ķermeņa tīrība;
- ✓ ģērbšanās iemaņas veidošana;
- ✓ apģērba kopšanas iemaņu apgūšana.

Ģērbjoties bērns attīsta roku un pirkstu muskulatūru un trenē savas pašapkalpošanās iemaņas. Būtiski rosināt bērnus uzdot jautājumus – mācoties jautāt, bērni mācās komunicēt, mācās izteikties, mācās uzdrošināties.

Darba autore savā brīvajā laikā adīja un tamborēja daudzveidīgus apģērbus grupas lellēm, mīkstajām mantām – bikses, kleitas, jakas, cepures, mēteļi, zeķes, tika uzšūtas vairākas kleitas, zābaki. Bērniem jaunās drēbes sagādāja lielu interesi, ne tikai meitenes spēlējās ar lellēm, bet arī zēnos izraisīja lielu interesi, ģērbt un pārģērbt lelles un mīkstās mantas.

**Rīta cēliens** – bērni ierodas dārziņā, sarunās ar vecākiem esam vienojušies, ka bērns noģērbsies patstāvīgi un patstāvīgi uzvilks apavus. Grupiņā uz galdiem izvietotas papīra lelles ar apģērbu (kleitas, jakas, šorti, bikses, svārki, krekli, mēteļi, cepures, kurpes, zābaki).

Leļļu stūrītī lellēm sagatavotas un saliktas dažādi apģērbi – cepures, cimdi, šalles, kleitas, bikses, jakas un dažādi apavi. Gaidot pārējos bērnus, atnākušie bērni ar interesi spēlējas, ar papīra lellēm un spēļu lellēm. Bērni kopā ar pedagogu ģērbj lelles un pārrunā, kāpēc izvēlas tieši tādu apģērbu. Izmantojot pedagoģiskās metodes, pedagogs izspēlē dažādas spēles un rotaļas, piemēram:

- ✓ saģērbt lelles svētkiem;
- ✓ saģērbt lelles pastaigai;
- ✓ kā saģērbt vasarai;
- ✓ kā saģērbt ziemei;
- ✓ kādus apavus lietus laikā;
- ✓ saģērbt lelles diendusam.

**Rīta aplis** – sasveicināšanās, kopīga dziesma:

*Spīdi, spīdi saulīte, lai ir līksms rīts*

*Teci, teci saulīte, mēs tev ejam līdz*

*Saki, saki saulīte visām tumsām nē*

*Spīdi, spīdi saulīte ikvienā sirsniņā*

*Draudziņam pa labi, draudziņam pa kreisi*

*Saku es labrīt, saku es labrīt*

Atbilstoši tekstam bērni kopā ar pedagogu izpilda vienkāršas kāju un roku kustības.

**Galvenā daļa** – pedagogs izjautā katru bērnu kā bija apģērbies, ar pieaugušā palīdzību vai patstāvīgi. Bērni aktīvi piedalās sarunās, pedagogam ik palaikam jāpalūdz bērnus nerunāt vienlaicīgi. Kautrīgākie bērni maz iesaistās sarunās, tāpēc pedagogs izvēlas individuālu pieeju lai bērnus atvērtu sarunām ar jautājumiem: *Kāpēc šodien uzvilki šo skaisto kleitu?* Pedagogs nodarbībai paņēmis dažādas bērnu drēbes aicinot bērnus nosaukt kādā secībā jāģērbjas. Beāte pirmā atnāk izvēlēties apģērbu un paņem krekliņu, pedagogs aicina Beāti pastāstīt: “Kāpēc izvēlējās krekliņu?” Beāte stāsta, ka katru rītu viņa tā ģērbjas. Bērni tiek mudināti pateikt kādā krāsā ir apģērbs. Nodarbībā aktīvi piedalījās visi bērni, vairākums bērnu zināja ģērbšanās secību, bet bērniem kuri jauca secību pedagogs izskaidroja, piemēram: kāpēc silto jaku, ejot ārā ģērbj pēc zābakiem.

Lai bērnos ilgāk noturētu interesi, pedagogs aicina bērnus izkustināt kājas un rokas.  
Skaitāmpants:

Man ir viena labā kāja (*paceļam labo kāju*)

Man ir kreisā , kāja (*paceļam kreiso kāju*)

Ko tās kopā darīt var? (*pedagogs aicina bērnus domāt, Aiva aicina skriet, Arsens lēkāt, Uvis pietuities. Bērni kopā ar pedagogu izpilda visas kustības*)

Pedagogs parāda vairāku apavu pārus un aicina bērnus parādīt kurš ir labās un kreisās kājas apavs. Daži bērni kļūdījās, bet pārējie bērni nevilcinoties atbildēja pareizi.

Man ir labā roka (*paceļam labo roku*)

Man ir kreisā roka (*paceļam kreiso roku*)

Ko tās abas kopā var? (*bērni atkal tiek aicināti izdomāt roku darbības, Madara aicina lidot kā putniem, Arsēns sasist plaukstu, Aiva samīļot draugu. Pedagogs kopā ar bērniem izpilda visas bērnu nosauktās kustības*)

Pedagogs aicina bērnus uzvilkt pirkstaiņus, vērojot kuriem bērniem tas sagādā grūtības. Vairākiem bērniem sagādāja grūtības, tikai ar pedagoga palīdzību varēja uzvilkt pirkstaiņus.

Man ir labā auss (*paceļam roku pie labās auss*)

Man ir kreisā auss (*paceļam roku pie kreisās auss*)

Ko tās kopā darīt var? (*bērni saka klausīties, visi pieliek rādītājpirkstu pie lūpām un grupā iestājas klusums*)

**Radošā nodarbība** – Bērniem radošajās nodarbībās pedagogs piedāvā izvēlēties no papīra izgriezt jaunas drēbes un pēc saviem ieskatiem tās izkrāsot pašiem izvēloties – ar krītiņiem, flaumasteriem, guaša krāsām vai zīmuļiem.

Bērniem uz galda papīrs, šķēres, zīmuļi, flaumasteri, krītiņi uz otra galda, kas apklāta ar vaskadrānu pakārtots tiem bērniem kas izvēlēsies krāsot savus darbus ar guaša krāsām – otas, trauciņi priekš ūdens, ko paši paņem un vaskadrānas priekšauti.

Bērni paši izdara savu izvēli un patstāvīgi darbojas, pedagogs arī piedalās radošajā nodarbībā, veidojot no papīra dažādas drēbes. Nodarbības laikā katram bērnam pedagogs palūdz pastāstīt: Kāpēc zīmē bikses?

Kāpēc tādā krāsā?

Kādā krāsā tavs kreklis?

Kur ar tādu apģērbu var iet?

Kāpēc izvēlējies krāsot ar flaumasteriem, guaša krāsām, zīmuļiem vai krītiņiem?

Kādu apģērbu šodien lellēm vajag lai varētu iet pastaigā?

Tev ir ļoti interesanta kleita, pastāsti kāpēc tev patīk platas kleitas? Utt.

Uzdodot atvērta tipa jautājumus, bērnam jādomā kāpēc un atbildes ir paplašinātos teikumos.

Kad bērni pabeiguši darboties ir pienācis pastaigas laiks un bērni dodas pārgērbties āra pastaigai. Garderobē pedagogs ar bērniem pārrunā ģērbšanās secību. Bērni vairāk pievērš uzmanību ģērbšanas secībai un bērni kuri biežāk kļūstās velkot apavus ir uzmanīgāki pirms uzvelk. Lūkasam pētījuma sākumā bija grūtības aizvilkt rāvējslēdzēju, bet tagad zēns to dara lēnām

un uzmanīgi, Madarai bija grūti aizpogāt mēteli, bet ar meiteni strādājot ikdienā individuāli ir uzlabojušās prasmes un Madara bez pieaugušā palīdzības var aizpogāt un atpogāt. Pētījuma sākumā Ketlīnai grūtības sagādāja pareizi uzvilkt apavus, bet tagad meitene reti kad kļūdās.

Pastaiga – viena no pirmskolas vecuma bērnu attīstības likumsakarībām ir kustība. Šajā lietainā laika periodā, pastaigas laikā bieži bērni sasmērē bikses, cimdus, jakas, tā mudinot bērnus izprast – netīrs apģērbs, slapjš.

Lai uzlabotu bērna veselību un labsajūtu ir svarīgi pavadīt laiku ārā. Aizraujošas rotaļas un spēles ārā stimulē bērna prātu un veic kognitīvo attīstību. Tas ir dabisks līdzeklis, lai bērni attīstītu elastīgumu, mācītos sadarboties, jautra vide, kas palīdz atbrīvoties no spriedzes un stresa.

Lai bērniem būtu pozitīva emocionālā gaisotne, pedagogs piedāvā fiziskās aktivitātes – stafeti. Lai būtu nodarbināti visi bērni, pedagogs sadala bērnus divās komandās. Katrai komandai ir viens riņķis, desmit metri tālāk riņķis ar mazām, krāsainām bumbām.

Noteikumi:

1. Pēc signāla pirmais bērns no komandas, skrien pie riņķa ar bumbām.
2. Paņem vienu bumbu un skrien atpakaļ pie savas komandas novietojot bumbu tukšajā riņķī.
3. Nākošais dalībnieks sāk skriešanu, pēc pirmā dalībnieka pieskāriena.
4. Pēc skrējiena dalībnieks nostājas komandas beigās.
5. Rotaļu atkārtoti 3 reizes.
6. Uzvar tā komanda, kura to izdara ātrāk un vairāk bumbas.

Izspēlējot stafeti bērni jūtas atraisītāki un emocionāli pozitīvi, jo kustība un aktivitātes bērnos rosina prieku.

Empīriskā pētījuma beigās 3 – 4 gadīgu zēnu prasmes pēc tādiem pašiem kritērijiem, kā pētījuma sākumā. (skat. 9.tab.)

9.tabula. Kritēriji 3-4gadīgu zēnu ģērbšanās prasmes pētījuma beigās.

Bērna vārds	Aizpogāt, atpogāt	Sašņorēt, atšņorēt	Uzvilkt cimdus, novilkt cimdus	Aizvilkt rāvējslēdzēju	Uzvilkt kreklus	Pareizi uzvilkt apavus
Uvis	V	D	V	V	V	V
Arsēns	V	V	V	V	V	V

Emīls	V	D	V	D	D	V
Lūkass	V	V	V	V	V	V
Mariss	D	V	V	V	D	D
Mīks	V	V	V	V	V	V

Pirmsskolas izglītības iestādes ikdienas ritumā iekļaujot veiksmīgi izvēlētus metodiskos paņēmienus un praktiskās pedagoģiskās darbības, veicina bērna pašapkalpošanās prasmes ģērbties, noģērbties patstāvīgi. Rotaļas un spēles rada bērnam komfortu un ļauj apjaukt savu darboties varēšanu. Empīriskā pētījuma beigās kvalifikācijas autore, pēc tādiem pašiem 6 kritērijiem kā pētījuma sākumā, salīdzina meiteņu ģērbšanās pilveidi. (skat.10.tab.)

10.tabula. Kritēriji 3-4 gadīgu meiteņu ģērbšanās prasmes pētījuma beigās.

Bērna vārds	Aizpogāt, atpogāt	Sašņorēt, atšņorēt	Uzvilkt cimdu, novilkt cimdu	Aizvilkt rāvējslēdzēju	Uzvilkt kleitu	Pareizi uzvilkt apavus
Aiva	V	V	V	V	V	V
Beāte	V	V	V	V	V	V
Amēlija	V	V	V	V	V	V
Zane	V	V	V	V	V	V
Madara	V	D	V	V	V	V
Ketlīna	V	V	V	V	V	V

- ✓ Apģērba izvēle atbilstoši laika apstākļiem.
- ✓ Apģērba izvēle svētkiem vai ikdienai
- ✓ Apģērba izvēle meitenei vai zēnam
- ✓ Apģērbs tīrs vai netīrs
- ✓ Apģērbšanās secība
- ✓ Apģērbs sportam
- ✓ Apģērbs miegam

Balstoties uz kritērijiem un vadoties kādas pašapkalpošanās prasmes jāapgūst 3-4 gadīgiem bērniem pirmskolas periodā. Kritēriji vērtēti 5 baļļu skalā, salīdzinot prasmes pirms un pēc pētījuma.

5 balles – vienmēr

4 balles – ne vienmēr

3balle – neatbilstoši (*skat.11.tab.*)

11. tabula. 3 -4 gadīgu bērnu ģērbšanās pilnveides vērtēšana pētījumā beigās.

Bērna vārds	Atpogāt, aizpogāt	Sašņorēt, atšņorēt	Uzvilkt cimdus	Aizvilkt rāvējslēdzēju	Patstāvīgi apģērbties	Pareizi uzvilkt kurpes
Uvis	5	4	5	5	5	5
Arsēns	5	5	5	5	5	5
Emīls	5	4	5	4	4	5
Lūkass	5	5	5	5	5	5
Mariss	4	5	5	5	4	4
Mīks	5	5	5	5	5	5
Aiva	5	5	5	5	5	5
Beāte	5	5	5	5	5	5
Amēlija	5	5	5	5	5	5
Zane	5	5	5	5	5	5
Madara	5	4	5	5	5	5
Ketlīna	5	5	5	5	5	5

Pēc pētījumā konstatētajiem faktiem, bērnu dažādas attīstības problēmas saistās arī ar dzimumu. Meitenes ģērbšanās prasmes apgūst ātrāk ka vienaudži zēni. Šajā empīriskajā pētījumā vērtīgu informāciju reālās situācijas konstatācijai sniedza bērnu vecāki, kā bērns apģērbjas un noģērbjas mājās. Vairāki zēni mājās prasa pieaugušā palīdzību, bet pirmskolas izglītības iestādē ģērbjas un noģērbjas patstāvīgi. Ietekmē arī ģimenes materiālais stāvoklis, pētījumā novēroju, ka mazturīgi nodrošinātās ģimenēs bērniem tiek mazāk velēts laiks, lai mijdarbībā ar pirmskolu veicinātu ģērbšanās un noģērbšanās prasmes. Bērni kuri dzīvo nelabvēlīgās ģimenēs, arī ģērbšanās un noģērbšanās prasmes apgūst pirmskolas iestādē. Bērni no agrīnas bērniības tiek radināti pie noteiktas kārtības, arī pirmskolas ikdienu bērniem katru dienu sekmē pašapkalpošanās prasmes, bērni apģērbjas 7 reizes un noģērbjas 7 reizes, arī nākot uz pirmskolas iestādi, bērns no rīta noģērbjas un atkal apģērbjas ejot uz pirmskolu, atnākot no pirmskolas bērns atkal pārģērbjas.

## Secinājumi

Pētot pedagogijas un psiholoģijas zinātnieku atziņas par ģērbšanās prasmēm secinām:

1. Kompetencēs balstīta izglītības satura reforma un dokuments “Skola 2030” akcentē jebkurā izglītības posmā dzīves prasmju apguvi. Atbilstoši pētījuma priekšmetam četrgadīgu pirmsskolas vecuma bērniem apgūstamām prasmēm viena no tām ir ģērbšanās.
2. Četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmju apguves aktualitāti nosaka fakts, ka bērniem pirmsskolas izglītības iestādes dienas ritumā jāpārgērbjas 14 reizes.
3. Pirmsskolas izglītības iestādēs organizētais dienas ritums atbilst četrgadīgu bērnu attīstībai atbilstošām vajadzībām.
4. Empīriskā pētījuma organizācijas norises izstrādātais plāns tiek uzskatīts par lietderīgu, jo empīriskā pētījuma rezultāti apliecināja, ka četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmes ir pilnveidojušās, apģērba izvēle atbilstoši laika apstākļiem, apģērba izvēle svētkiem vai ikdienai, apģērba izvēle meitenei vai zēniem.
5. Empīriskā pētījumā tika izstrādāti četrgadīgu bērnu ģērbšanās prasmju kritēriji - – apģērbties, noģērbties, aizpogāt, atpogāt, aizšņorēt, atšņorēt, atsiet, aizsiet- kas tika pilnveidoti un pārbaudīti pirmsskolas izglītības iestādes organizēta dienas ritumā.
6. Teorētiskais un empīriskais pētījums apstiprināja un tika izvirzīta pamatota hipotēze - 3-4 gadīgu bērnu ģērbšanās prasmju pilnveide pirmsskolas izglītības iestādes organizētā dienas ritumā.
7. Empīriskā pētījuma gaitā izvirzītā hipotēze tika pārbaudīta un apstiprinājās.
8. Pētījuma sākumā pieteiktās empīriskās pētījuma metodes tiek atzītas par lietderīgām pētījuma norisei, lai sekmētu bērnu attīstību un noteiktu tās dinamiku. To var konstatēt pēc veiktā pētījuma rezultātiem.

## Ieteikumi

1. Lai uzlabotu 3-4 gadīgu bērnu ģērbšanās prasmes ikdienas ritumā ir jāizvēlas pareiza darba organizācija un pedagoģiskās metodes.
2. Atbilstošas spēles un rotaļas atbilstoši vecumposmam rosina bērnu darboties patstāvīgi.
3. Attīstīt sīko pirkstu motoriku attīstošās rotaļās, spēlēs piemēram: aizpogāt, atpogāt, sasiet, aizsiet.
4. Sekmēt bērna vēlmi līdzdarboties patstāvīgas ģērbšanās praktiskās darbībās un radot pozitīvi emocionālu noskaņojumu bērnos par paveikto.
5. Rast iespēju vadoties pēc katra bērna individuālām prasmēm, atrast piemērotāko individuālo pedagoģisko metodi.
6. Iesaistot ģimeni un iesakot pareizus pedagoģiskos paņēmienus un metodes, veiksmīgai pašapkalpošanās prasmju pilnveidei.

## Literatūras un avotu saraksts

1. Baldiņš, A., Raževa, A. (2001). *Skolas un ģimenes sadarbība*. Rīga: Pētergalis.
2. Bērziņa, D.(2005). *Kā mācās pirmsskolnieks*. „Izglītība un kultūra” Nr.13.
3. Bibliogrāfiskās norādes un atsauces(2005).-R.:LU akadēmiskais apgāds.
4. Boulbjijs, Dž.(1998). *Drošais pamats*. Rīga: Rasa ABC.
5. Bryman A. and Burgess R.(1994). *Analyzing qualitative data*.-London Rauledge.
6. Černova, E. (2003). *Praktikums. Pirmsskolas sadarbības pedagoģijā*. Rīga: Latvijas Universitāte, SIA Izglītības soļi.
7. Domens, G., Domens, D., Heigijs, B. (2015) *Aktīvs mazulis – gudrs mazulis. No dzimšanas līdz 6 gadu vecumam*. Rīga: Zvaigzne ABC.
8. Dzintere, D., Kaņepēja,R., Lieģeniece, D., Mangule, I., Ukstiņa, R., Stangaine, I., Miķelsone, I., Millere,I., Platpers, A., Gaugere, Z. (2012). *Ceļā uz skolu*. Rīga: Zvaigzne ABC.
9. Eko U. (2006). *Kā uzrakstīt diplomdarbu*.-R.:Jāņa Rozes apgāds.
10. E-veselība. Latvijas Republikas e-veselības sistēma.  
<https://www.eveseliba.gov.lv/sakums/informativie-raksti/veselibas-veicinasana>
11. Fein, G.G.(1985).*The Affective psychology or Play. Play Interactions*. USA, Publisher Johnson&Johnson Baby, 23-29p.
12. Garleja, R. (2003). *Darbs, organizācija un psiholoģija*.-R.:RaKa.
13. Geske A.,Grinfelds A (2006). *Izglītības pētniecība*.-R.:Lu Akadēmiskais apgāds.
14. Geske, A.,Grinfelds, A. (2001). *Izglītības pētījumu metodoloģija un metodes*.- R.:RaKa.
15. Goleman ,D., (2001). *Tava emocionālā inteliģence*. Jumava.
16. Goleman, D.,(1995). *The Nature of Emotional Intellgence*.New York: Bantam Books.
- 18.Golubeva, A., Puškarevs, I. (2008) *Veselības veicināšana skolā. Mācību līdzeklis*. LU Akadēmiskais apgāds.
19. Golubina V.(2007) *Pirmsskolas pedagoga rokasgrāmata* Rīga: SIA Izglītības soļi.
20. Gregory, E., Long,S.&Volk,D.(2004). *Manypathways to literacy: Children learning with siblings, grandparents peers, and communities*. New York: Routledge Falmer.
21. Gunnar, M.R.(2003). *Geneted social words im perschool*. Social Develapment, 12.
22. Hansena, K.A., Kaufmane, R.K., Saifers, S. (2002). *Bērncentrētu grupu veidošana*. Rīga: Izglītības iniciatīvu centrs.

23. Heckman, J.J.(2006). *Skill formation and the economics of investing in disadvantaged children.* Crossref, Medline. Google Scholar.
24. Iesmiņa, I., Lezdiņa, D. (2019) *Kāpēc bērnam būtu jāmacās ārā. Bērnudārznieks.* Mammām un tētiem. Nr.3.
25. Ivanova, S. (2014) *Bērnu veselīga dzīvesveida komponentu esamība pirmsskolas izglītības iestādē un ģimenē.* Referāts ikgadējā starpaugstskolu maģistrantu lasījumos „Izglītība ilgtspējīgai attīstībai”. Rēzeknes Augstskola, 2014.g. 12.februārī.
26. Ivanova, S., (2014). *Pedagoģiskā vide bērna veselības stiprināšanai.* Proceeding of the International Scientific Conference May 23th – 24th , 2014., Sandra Ivanova Latvijas Universitāte Pedagoģijas, psiholoģijas un mākslas fakultāte
27. Izglītības likums.
28. Jurgena, I. (2002). *Vispārīgā pedagoģija.* Rīga: SIA Izglītības soļi.
29. Karpova, Ā. (1994). *Personība un individuālais stils.-* R.: LU, 300 lpp.
30. Krinkele, V.(2002). *Bērna attīstības vērtēšanas pedagoģiski psiholoģiskie nosacījumi pirmsskolas izglītības iestādē.* RPIVA ģimenes un pirmsskolas pedagoģijas katedra. *Bērns kā individualitāte pirmsskolas izglītības iestādē.* Rīga: SIA Izglītības soļi, 9.-42.lpp.
31. Kristapsone, S. (2003). *Zinātniskā pētniecības studiju procesā.* Turība.
32. Kroplis A.Raščevska M.(2004). *Kvalitatīvās pētniecības metodes sociālajās zinātnēs.-*R.:RaKa.
33. Kustību prieks dienai. Metodiskais materiāls pirmsskolas izglītības pedagogiem, Rundāle, 2011. [http://www.rundale.lv/uploads/filedir/kustibu\\_prieks\\_dienai930.pdf](http://www.rundale.lv/uploads/filedir/kustibu_prieks_dienai930.pdf) 01.07.2019.
34. Lasmanis, A. (1999). *Datu ieguves, apstrādes un analīzes metodes pedagoģijas pētījumos.* SIA Mācību apgāds.
35. Latvijas Republikas Veselības ministrija <http://www.vm.gov.lv/lv/tava-veseliba/veseligs-un-aktivs-dzivesveids/> 02.07.2019.
36. Lieģeniece, D. (1999). *Kopveseluma pieeja bērnu audzināšanā.* Rīga: RaKa.
37. Lieģeniece, D.(1998). *Kopveseluma pieeja audzināšanā.-* RaKa, - 262 lpp.
38. Lino,D.(2016). *Early childhood education: key competences in Teacher education.* Journal Plus Education. Volume Special Issue 11-23.p.
39. Martinsone, K., Piperes, A. (2001). *Ievads pētniecībā stratēģijas, dizains metodes.* Rīga: RaKa.
40. Maslo, I. (2006). *Mācīšanās kāintegratīvs antropiskais process. No zināšanām uz kompetentu darbību.* Rīga: Latvijas Unversitāte 22.-27lpp.
41. Meikšāne, Dz.(1998). *Psiholoģija mums pašiem.-* Raka, 166 lpp.

*Metodes, to pielietošana sociālā pedagoga un sociālā darbinieka darbā.- R.:Attīstība.2002.*

42. Miezīte, S. (2000). *Dienas ritms kā bērna attīstības sekmētājs agrajā bērnībā. RPIVA Ģimenes un pirmsskolas pedagoģijas katedra, Bērns kā ērtība ģimenē un pirmsskolā.* Rīga: SIA Izglītības soļi, 75.-87.lpp.
43. Millere-Kainca E., Šteingašnere B. (2010). *Ceļš uz atveseļošanu.* Rīga: Avots
44. MK noteikumi nr. 716., Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām un pirmsskolas izglītības programmu paraugiem.(21.11.2018.)
45. MK noteikumi Nr.533 (2012) Noteikumiem par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām *n sākumskolas pedagoģiskā procesa pēctecība.* ATEE Spring University Changing education in a changing society: Teachers, Students and Pupils in a Learning Society. II. SIA „Izglītības soļi”.
46. Noteikumi par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām. (2012) Ministru Kabineta noteikumi Nr. 533., 2012.g. 31.jūlijā.
47. Nucko A.,M.Vidnere, M.(2003) *Intervēšanas prasme.- R.: RaKa.*
48. Nīkiforovs, O. ( 2007 ). *Pedagoģija pedagogam.*R.: Latvijas Unversitāte, SIA Izglītības soļi.
49. Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca. (2000) Rīga: Zvaigzne ABC.
50. Psiholoģijas vārdnīca (1999). G.Breslava redakc. – R. : Mācību grāmata, 157 lpp.
51. Pučure, I. (2000). *Rotaļa – pirmsskolas vecuma bērnu pašapziņas sekmētāja. RPIVA Ģimenes un pirmsskolas pedagoģijas katedra, Bērns kā ērtība ģimenē un pirmsskolā.* Rīga: SIA Izglītības soļi, 37.- 45.lpp.
52. Puisāne, G. (2019). *Kā audzināt emocionāli veselu bērnu un kāpēc tas ir svarīgi. Bērnam droša bērnība.* Bezmaksas izdevums vecākiem. 36-41.
53. Raituma, I. (2012) *Skolas iekšējās un ārējās vides mijiedarbība.* Rīga: RaKa.
54. Raščevska M.,Kristapsone S.(2000). *Statistika psiholoģijas pētījumos.-R.:Izglītības soļi.*
55. Raščevska, M.(2005) *Psiholoģisko testu un aptauju konstruēšana un adaptācija.-R.:RaKa.*
56. Rogers, C.S., Sawyers,J.K.(1988). *Play inthe lives of children.*National Association for the Education of Young Children.
57. Rogers,C.R.(1970). *Towards a theory of creativity.* Creativity. P.E.Vernon.
58. Skolas un ģimenes sadarbība. Metodiskais līdzeklis. VISC,  
[https://visc.gov.lv/audzinasaana/dokumenti/metmat/audz\\_vjic\\_rik55.pdf](https://visc.gov.lv/audzinasaana/dokumenti/metmat/audz_vjic_rik55.pdf) 01.07.2019.
59. Smith,M.B.(1979). *Humanizing Psychology.*San Frascisco. Josey-Bass.
60. Svešvārdu vārdnīca.(1978)- R.: Liesma, 771 lpp.

61. Špona, A. (2006). *Audzināšanas process teorijā un praksē*. Rīga: RaKa.
62. Špona, A.(2001). *Audzināšanas teorija un prakse*. RaKa,-162 lpp.- ISBN 9984-15-352-5.
63. Vecāku loma - bērni mācās arī mājās. <https://www.youtube.com/watch?v=HudN8c8bxw8>  
01.07.2019.
64. Vecāku loma - bērni priecājas, kad vecāki iesaistās.  
[https://www.youtube.com/watch?v=h0n\\_83YOEbU](https://www.youtube.com/watch?v=h0n_83YOEbU) 01.07.2019.
65. Veselīgs dzīvesveids. <https://luizikm.wordpress.com/kas-ir-veseligs-dzivesveids/> 02.07.2019.
66. Vigotskis, L.(2002). *Domāšana un runa*. Rīga: Eva
67. Vispārējās izglītības likums.
68. Vorobjovs, A.(1996). *Psiholoģijas pamati*. R. : Mācību apgāds, 323 lpp.-IBN- 9984-572-17-X.
69. Zelmenis, V.(1991). *Īss pedagogijas kurss*. Pedagogiem pašizglītbai.- Rīga : Zvaigzne, - 214 lpp.- ISBN 5-405-00638-6.
70. Мартынов, Ц.М.,(1991). *Здоровье ребёнка ваших руках*. Москва, Просвещение.
71. Петровский А.В., Ярошевский М.Г.(1992). *Психология* / А.А.В. Брушлинский- гл.13.