

Metodiskie ieteikumi drošības jautājumu mācīšanai 1.–4. klasē klases stundās

Metodiskais materiāls

VISC redakcija

Metodiskā materiāla «Drošība. Metodiskie ieteikumi pamatskolai» (Rīga: Izglītības satura un eksaminācijas centrs, 2004.) pirmās daļas «Metodiskie ieteikumi drošības jautājumu mācīšanai 1.–4. klasē audzinātāja stundās» pilnveidotais izdevums.

SATURS

Ievads	4
1. klase	6
2. klase	22
3. klase	37
4. klase	48

Ievads

Metodiskā materiāla mērķis ir sekmēt skolēnu izpratni par drošības jautājumu mācīšanās nepieciešamību un ievērošanu ikdienā savas un citu drošības un veselības saglabāšanā.

Šajā materiālā apkopoti metodiskie ieteikumi drošības jautājumu mācīšanai 1.–4.klases klases stundās. Materiālā iekļauti ceļu satiksmes drošības, gāzes un elektrības lietošanas drošības, ugunsdrošības, pirmās palīdzības sniegšanas un citi jautājumi.

Metodiskajā materiālā ir norādītas apgūstamās tēmas, skaidrots šo tēmu apguves mērķis, uzdevumi un vēlamie rezultāti, kā arī sniegti metodiski komentāri stundu norisei.

Klases stundu mērķtiecīgai un pēctecīgai plānošanai un īstenošanai ieteicams izmantot metodisko līdzekli «Klases stundu programmas paraugs» (Rīga: Valsts jaunatnes iniciatīvu centrs, 2006.). Tam ir rekomendējošs raksturs, tas paredzēts izglītības iestāžu 1.–4. klašu audzinātājiem. Nosakot drošības jautājumu mācīšanai nepieciešamo klases stundu skaitu, jāņem vērā, ka saskaņā ar Izglītības un zinātnes ministrijas 2008. gada 5. septembra rīkojuma Nr. 703 «Par grozījumiem Izglītības un zinātnes ministrijas 2005. gada 24. augusta rīkojumā Nr. 611. «Par pamatizglītības programmu paraugu apstiprināšanu»» 1. pielikumu un «Klases stundu paraugu» tēma «Drošība» ir viena no klases stundu plānojumā iekļaujamām tēmām.

Drošības jautājumu apguvei ieteicams izmantot papildinformāciju no interneta vietnēm, piemēram, www.csdd.lv, www.energo.lv, www.lg.lv, www.vp.gov.lv, www.ldz.lv, www.vugd.lv.

Drošības jautājumu apguves mērķi un uzdevumi 1.–4. klasē:

- mācīties pareizi uzvesties uz ielas un sadzīvē;
- iegūt zināšanas par ceļu satiksmes noteikumiem, kuros skolēns darbojas kā gājējs, pasažieris un velosipēda vadītājs;
- mācīties atbilstoši rīkoties nelaiemes gadījumos un izsaukt attiecīgos palīdzības dienestus;
- mācīties, kā aizsargāt sevi un savu īpašumu;
- apgūt prasmes pareizi izmantot dažādas sadzīves elektroierīces;
- apgūt zināšanas, kā pareizi rīkoties dabas stihiju un katastrofu gadījumos;
- mācīties izprast dažādos dokumentos noteikto normu ievērošanas nepieciešamību, prast atrast informāciju par pareizas uzvedības normām drošības jautājumos;
- apzināties personisko atbildību savas drošības un veselības saglabāšanā.

Klase	Tēma
1. klase	Kas mūsdienās palīdz cilvēkam ikdienā? Kāpēc jāievēro piesardzība un drošības noteikumi mājās? Kāpēc jāizvēlas visdrošākais ceļš no mājām līdz skolai? Kāpēc ir izstrādāti drošības noteikumi? Ko darīt, ja noticis negadījums? Kā izvairīties no negadījumiem?
2. klase	Kāpēc ir izdomāti drošības noteikumi? Kāpēc dabas un cilvēku radītā vidē jāievēro drošības noteikumi? Kā palīdzēt nelaiemes gadījumos? Kā pasargāt sevi no nevēlamiem svešiniekiem? Kas jāievēro, lai tu vasarā būtu laimīgs?

Klase	Tēma
3. klase	Kāpēc jābūt piesardzīgam, lai justos droši? Kas jādara, lai augtu vesels? Kas jāievēro rotaļājoties? Esi drošs, bet piesardzīgs!
4. klase	Kuri no transporta līdzekļiem ir visērtākie un kuri – visdrošākie? Kā rīkoties bīstamos apstākļos un situācijās?

1. klase

1. tēma

KAS MŪSDIENĀS PALĪDZ CILVĒKAM IKDIENĀ?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni par transporta līdzekļu veidiem un lietošanu.

Transports

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot pārvietošanās veidus, izmantojot dažādus transporta līdzekļus;
- 2) iepazīties ar dažādiem transporta līdzekļiem;
- 3) apzināties, ka visos transporta līdzekļos ir noteikumi, kas jāievēro;
- 4) apzināties drošības noteikumu neievērošanas sekas.

Jēdzieni:

transports, lidmašīna, autobuss, trolejbuss, tramvajs, vilciens, automobilis, kuģis, laiva, jahta, uzvedības noteikumi, sabiedriskais un personiskais transporta līdzeklis.

Skolēnam jāprot:

- 1) pārzināt transporta līdzekļu veidus;
- 2) ievērot atbilstošos uzvedības noteikumus sabiedriskajos un personiskajos transporta līdzekļos.

Norise

1. Prāta vētra. Skolēni atbild uz jautājumiem:
 - kādus transporta līdzekļus skolēni pazīst,
 - ko dara katrs no šiem transporta līdzekļiem,
 - kādus transporta līdzekļus cilvēki izmanto visbiežāk?
2. Darbs grupās.
 - Katra grupa saņem attēlu ar kādu transporta līdzekli un pārrunā uzvedības noteikumus, kas jāievēro, pārvietojoties tajā.
 - Katra grupa prezentē uzvedības noteikumus attiecīgajā transporta līdzeklī.
3. Stundas nobeigumā skolēni izdara secinājumus, kāpēc ir jāievēro drošības noteikumi, uzsverot personisko atbildību savas veselības saglabāšanā.

Uguns. Degšana

Uzdevumi:

- 1) mācīties aizdedzināt sērskociņus un pārtraukt to degšanu;
- 2) iegūt izpratni, ka sērskociņi vai šķiltavas izmantojami, tikai aizdedzinot sveci, gāzes plīti vai iekurinot krāsni;
- 3) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro, izmantojot sērskociņus vai šķiltavas.

Jēdzieni:

sērskociņi, plīts, krāsns, kamīns, svece, šķiltavas.

Skolēnam jāprot:

- 1) aizdedzināt, nodzēst sērskociņus;
- 2) apzināties, kādu postu var radīt, neuzmanīgi lietojot sērskociņus vai šķiltavas;
- 3) izmantojot sērskociņus vai šķiltavas, ievērot drošības noteikumus.

Norise

1. Prāta vētra. Kāpēc cilvēkiem nepieciešami sērkociņi vai šķiltavas?
2. Kā aizdedzināt un nodzēst sērkociņu? Pārrunas par darbību secību.
3. Praktiska darbība. Sveces aizdedzināšana un nodzēšana, izmantojot sērkociņus vai šķiltavas.
4. Darbs grupās. Skolēni, strādājot grupās, uzraksta instrukciju, kā pareizi aizdedzināt gāzi, izmantojot gāzes plīti, vai iekurt malkas plīti. Skolēni izstrādātos noteikumus noformē, lai tos piestiprinātu mājās pie gāzes vai malkas plīts redzamā vietā.

Elektrība

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādam nolūkam cilvēki ikdienā izmanto elektrību;
- 2) iepazīties ar elektroierīcēm, kas tiek izmantotas sadzīvē;
- 3) mācīties izprast elektroierīču lietošanas instrukcijās norādīto informāciju.

Jēdzieni:

instrukcija, mikseris, fēns, mikroviļņu krāsns, elektriskais sildītājs, gludeklis, elektriskā plīts.

Skolēnam jāprot:

- 1) skaidrot, kādas funkcijas pilda dažādas elektroierīces;
- 2) lietojot elektroierīces, ievērot drošības noteikumus;
- 3) raksturot lietošanas instrukciju nozīmi.

Norise

1. Skolotāja informācija par elektroierīču lietošanas instrukcijām.
2. Darbs pāros. Uzzīmēt elektroierīces, kuras lieto ģimenē. Noskaidrot, kādus darbus veicot, izmanto šīs elektroierīces. Pārrunāt, kādi noteikumi jāievēro, lietojot tās.
3. Diskusija par lietošanas instrukciju nepieciešamību.

Gāze

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kur cilvēki ikdienā izmanto gāzi;
- 2) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro, izmantojot gāzi.

Jēdzieni:

gāze, dabasgāze, sašķidrinātā gāze, gāzes balons, gāzes plīts, gāzesvads, gāzes avārijas dienests.

Skolēnam jāprot:

- 1) lietojot gāzes plīti, zināt drošības noteikumus;
- 2) izsaukt nepieciešamo palīdzību gāzes noplūdes gadījumā – zvanot uz AS «Latvijas gāze» avārijas dienestu 04 vai 112.

Norise

1. Skolotājs pastāsta par dabasgāzes un sašķidrinātas gāzes lietošanas iespējām, raksturo gāzes plīts lietošanas drošības noteikumus.
2. Individuāls darbs. Uzzīmēt situāciju, kurā tiek lietota gāzes plīts.
3. Diskusija. Kā rīkoties, ja jūtama gāzes smaka?

2. tēma

KĀPĒC JĀIEVĒRO PIESARDZĪBA UN DROŠĪBAS NOTEIKUMI MĀJĀS?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni par drošības noteikumu ievērošanu mājās, apzināties piesardzības un drošības noteikumu neievērošanas sekas.

Televizors

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar laikrakstos publicētajām TV programmām;
- 2) noskaidrot, kas jāievēro, skatoties TV;
- 3) apzināties sekas, ja TV pārraides skatās ilgu laiku.

Jēdzieni:

TV programma, televizors, raidījums, distance, apgaismojums, skatīšanās ilgums.

Skolēnam jāprot:

izvēlēties vecumam atbilstošus raidījumus un skatīšanās ilgumu.

Norise

1. Pārrunas klasē par televizora nepieciešamību. Visas idejas skolotājs fiksē uz tāfeles.
2. Darbs grupās. Plakāta «Kas jāievēro, skatoties TV?» veidošana.
3. Plakātu izstāde klasē. Skolotājs organizē pārrunas par plakātos paustajām idejām.
4. Klasē iespējams veikt pētījumu projekta nedēļas garumā «Ko mēs un cik ilgi skatāmies». Skolēni iegūtos datus salīdzina un izsaka viedokļus par tiem.
5. Skolotājs var uzaicināt skolas medicīnas personālu uz sarunu par TV ietekmi uz bērnu veselību.

Datora lietošana

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar datora lietošanas instrukcijas pamatprasībām;
- 2) noskaidrot datora lietošanas drošības noteikumus.

Jēdzieni:

dators, instrukcija.

Skolēnam jāprot:

- 1) lietojot datoru, ievērot drošības noteikumus;
- 2) iegaumēt, kā pareizi jāstrādā ar datoru;
- 3) lietojot datoru, ievērot laika limitu.

Norise

Mācību stunda jāorganizē informātikas kabinetā.

1. Skolotājs sniedz informāciju par datora uzbūvi un darbību.
2. Praktiskā darbība:
 - iepazīšanās ar datora lietošanas instrukciju;
 - datora ieslēgšana un izslēgšana, precīzi ievērojot instrukciju.
3. Pārrunas par datora lietošanas ilgumu. Datora ietekme uz skolēna veselību.

Sadzīves priekšmetu lietošana

Uzdevumi

- 1) apgūt prasmi piesardzīgi rīkoties ar sadzīves priekšmetiem;
- 2) noskaidrot, kādas traumas var iegūt, izmantojot sadzīves priekšmetus;
- 3) noskaidrot, kā rīkoties, ja iegūta trauma.

Jēdzieni:

nazis, šķēres, adata, āmurs, īlens.

Skolēnam jāprot:

- 1) piesardzīgi lietot un glabāt asus priekšmetus;
- 2) zināt, kā pareizi rīkoties, ja iegūta trauma.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolotājs pirms mācību stundas sagatavo darba lapu «Kas ir šie priekšmeti?». Var izmantot gan zīmētus, gan fotografētus attēlus. Skolēni zem katra priekšmeta uzraksta tā nosaukumu (piemēram, adata, īlens, cirvis, āmurs, zāģis, adāmadatas, nazis, šķēres).
2. Pārrunas klasē. Kāpēc šie priekšmeti ir bīstami?
3. Darbs pāros. Skolēni uzzīmē, kāda trauma var gadīties, neuzmanīgi lietojot kādu no sadzīves priekšmetiem.
4. Pāris izstāsta par attiecīgo sadzīves priekšmetu klasē.
5. Individuāls darbs. Kā izvairīties no šādas traumas? Kā rīkoties, ja iegūta trauma?
 - Ar āmuru uzsists pa pirkstu.
 - Mēģinot izdurt zīlē caurumu, īlens iedūries plaukstā.
 - Griežot maizi, iegriezts pirkstā.
 - Šujot lācim jaciņu, sadurts pirksts.
 - Nesot tētim cirvi, tas izkrīt no rokām un sāsīt nesēja pēdu.

3. tēma
**KĀPĒC JĀIZVĒLAS VISDROŠĀKAIS CEĻŠ
NO MĀJĀM LĪDZ SKOLAI?**

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni un atbildību par droša ceļa izvēli.

Ceļš

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kā sadalīta iela, kādi ceļu satiksmes noteikumi jāievēro uz ielas;
- 2) izprast, kāpēc brauktuve ir bīstama zona un tās tuvumā jābūt disciplinētam;
- 3) iemācīties lietot atstarotājus un izprast to nozīmi;
- 4) iemācīties izvēlēties visdrošāko ceļu no mājām līdz skolai.

Jēdzieni:

iela, trotuārs, brauktuve, atstarotājs, ceļš, ceļa nomale, krustojums, ceļu satiksmes noteikumi.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvēlēties drošāko maršrutu no mājām līdz skolai un atpakaļ;
- 2) pareizi pārvietoties pa izvēlēto ceļu;
- 3) pareizi šķērsot ielu savas mājas vai skolas tuvumā.

Norise

1. Skolotāja stāstījums par jēdzieniem: iela, trotuārs, brauktuve, atstarotājs, ceļš, ceļa nomale, krustojums, ceļu satiksmes noteikumi.
2. Individuāls darbs. Skolotājs pirms mācību stundas var sagatavot darba lapu ar šādiem jautājumiem:
 - kā sauc to ceļa daļu, pa kuru pārvietojas cilvēki,
 - kas atdala ietvi no pārējās ielas daļas,
 - pa kuriem brauc mašīnas,
 - kā sauc vietu, kur krustojas divi vai vairāki ceļi vai ielas,
 - kā sauc īpaši apzīmētu vietu, kur apstājas sabiedriskais transports,
 - kā sauc brauktuves malu, pa kuru drīkst iet gājējs, ja nav ietves?
3. Individuāls darbs. Uzrakstīt divos stabiņos, kam paredzēta ietve un kam brauktuve.
4. Pārrunas klasē. Kāpēc tumšā diennakts laikā gājēji pamana automobiļus jau no liela attāluma, bet automobiļu vadītāji gājējus tikai tad, kad piebraukuši ļoti tuvu?
5. Skolotāja informācija, kāpēc nepieciešami atstarotāji un kur vislabāk tos piestiprināt (pie apgērba, apaviem, somas).

Sabiedriskais un personiskais transports

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kā droši iekāpt sabiedriskajā transporta līdzeklī un izkāpt no tā;
- 2) iepazīties ar uzvedības noteikumiem sabiedriskajā transporta līdzeklī;
- 3) iepazīties ar noteikumiem, kas jāievēro, braucot personiskajā transporta līdzeklī.

Jēdzieni:

uzvedības noteikumi, drošības josta, bērnu sēdekļi.

Skolēnam jāprot:

- 1) pareizi iekāpt transporta līdzeklī un izkāpt no tā;
- 2) apzināties, kā pareizi jāuzvedas personiskajā transporta līdzeklī.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolēni uzzīmē, ar kādu transporta līdzekli nokļūst no mājām līdz skolai.
2. Skolotājs sniedz informāciju par svarīgākajiem noteikumiem, kas jāzina pasažieriem, iekāpjot transporta līdzeklī vai izkāpjot no tā:
 - transporta līdzeklī drīkst iekāpt/izkāpt tikai pēc tā apstāšanās;
 - kad atveras transporta līdzekļa durvis, pasažieri vispirms izkāpj, pēc tam iekāpj;
 - iekāpj transporta līdzeklī pa aizmugurējām vai vidējām durvīm, izkāpj – pa priekšējām;
 - pēc izkāpšanas no autobusa un trolejbusa ceļš jāšķērso tam no mugurpuses, bet, izkāpjot no tramvaja, – no priekšpuses;
 - visdrošāk ceļu ir šķērsot tad, kad transporta līdzeklis ir aizbraucis un ceļš ir brīvs.
3. Bieži skolēni uz skolu nebrauc ar sabiedrisko transportu, viņus atved vecāki. Pārrunas:
 - kāds ir drošības jostas uzdevums,
 - kādos transporta līdzekļos lieto drošības jostas,
 - kā pareizi lietot drošības jostu?
4. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu ar dažādiem apgalvojumiem. Skolēnu uzdevums ir izvēlēties pareizo atbildi. Apgalvojumu piemēri:
 - braucot personiskajā automobilī, nedrīkst novērst vadītāja uzmanību – jā/nē;
 - braucot personiskajā automobilī, bērnam vienmēr jāpiesprādzējas ar drošības jostu – jā/nē;
 - no personiskā automobiļa drīkst izkāpt tikai uz ietves vai stāvlaukumā – jā/nē;
 - vedot mazu bērnu automobilī, jālieto bērnu sēdekļītis, kuru piesprādzē pie aizmugurējā sēdekļa – jā/nē.
5. Pārrunāt izvēlētās atbildes ar klases biedriem.

Skrituļslidas un skrejritenis

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādam jābūt aprīkojumam, lai izvairītos no savainojumiem, braucot ar skrituļslidām vai skrejriteni;
- 2) apzināties, kādas ir iespējamās bīstamās situācijas, ja neievēro drošības noteikumus, un kā no tām izvairīties;
- 3) apzināties, ka bērni paši bieži rada riska situācijas, un mācīties izvairīties no tām, ievērojot drošības noteikumus.

Jēdzieni:

aizsargķivere, ceļu un elkoņu sargi, plaukstu aizsargi, bīstama situācija, skrituļslidas, skrejritenis.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvēlēties pareizās vietas, kur drīkst vizināties ar skrituļslidām vai skrejriteni;
- 2) novērtēt bīstamās situācijas, kas var rasties nepareizas uzvedības gadījumā;
- 3) izvairīties no savainojumiem, vizinoties ar skrituļslidām vai skrejriteni;
- 4) apzināties pārdrošas uzvedības un noteikumu neievērošanas sekas.

Norise

1. Darbs pāros. Skolotājs pirms mācību stundas sagatavo darba lapu ar dažādu situāciju aprakstiem. Skolēnus aicina izvērtēt katru situāciju, atbildot uz jautājumu, kā rīkoties šajās situācijās?
 - Zēns brauc ar skrituļdēli, pieķēries drauga motorolleram.
 - Zēna skrituļdēļa ritenis iestrēgst asfalta plaisā.
 - Lielveikals. Vairāki bērni vizinās ar skrituļslidām.
 - Mājas pagalms. Bērni vizinās ar skrejriteni, skrituļdēļiem, skrituļslidām.
 - Ielas braucamā daļa. Bērns brauc ar skrejriteni, no mugurpuses viņam tuvojas automobilis.
 - Iela. Brauc kravas automobilis. Vairāki skrituļotāji pieķērušies pie automobiļa borta.
2. Pārrunas ar klasi. Kas būtu jāvelk mugurā, lai izvairītos no savainojumiem, braucot ar skrituļslidām vai skrejriteni?

3. Darbs pāros:

- uzrakstīt noteikumus, kas noteikti jāievēro skrituļotājiem;
- izvēlēties vienu noteikumu un ilustrēt to.

Tests «Esi drošs!»

Mērķis:

pārbaudīt skolēnu zināšanas par ceļu drošības jautājumiem.

Norise

Skolotājs sagatavo darba lapas ar testa jautājumiem. Skolēnu uzdevums ir atzīmēt pareizo atbildi.

Testa uzdevumu piemēri

1. Šķērsojot brauktuvi

- paskatīšos pa kreisi;
- skriešu, cik vien ātri varu.

2. Brauktuvi šķērsošu

- pa gājēju pārejām;
- tur, kur īsāks ceļš.

3. Brauktuvi nešķērsošu

- ja ar ieslēgtu gaismas un skaņas signālu tuvojas speciālais transports;
- ja visi automobiļi ir apstājušies.

4. Tumšajā diennakts laikā

- rūpēšos, lai mani visi pamana;
- skaļi kliegšu, lai visi mani dzird.

5. Ar skrituļslidām drīkst

- braukt pa ietvi;
- braukt pa brauktuvi.

KĀPĒC IR IZSTRĀDĀTI DROŠĪBAS NOTEIKUMI?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni par drošības noteikumu ievērošanu ikdienā, mācīties pazīt dažas brīdinājuma un aizlieguma zīmes.

Ceļu satiksmes noteikumi

Uzdevumi:

- 1) iegūt priekšstatu par transporta līdzekļu un gājēju kustību pa ielām un ceļiem;
- 2) iepazīties ar luksofora gaismas signāliem un to nozīmi;
- 3) noskaidrot, cik droši ir rotaļāties ielu tuvumā un kur to darīt būtu drošāk.

Jēdzieni:

gājēju noteikumi, gājēju pāreja, luksofors, gaismas signāls, atstarotājs, brīdinājuma zīme, aizlieguma zīme, ceļu satiksme.

Skolēnam jāprot:

- 1) šķērsot ielu, ņemot vērā luksofora signālu;
- 2) ievērot luksoforu signālus;
- 3) izvērtēt situāciju, ko drīkst, ko nedrīkst darīt ielu tuvumā;
- 4) šķērsot ielu pa gājēju pāreju.

Norise

Luksofors

1. Skolotājs uzdod jautājumu klasei: kas cilvēkiem palīdz šķērsot ielu? Skolēnu atbildes fiksē uz tāfeles.
2. Individuāls darbs. Skolēni uzzīmē luksoforu, izkrāso un iegaumē, ko nozīmē katra krāsa.
3. Skolotājs sniedz informāciju par brīdinājuma zīmi «Satiksmi regulē luksofors» un par luksoforu veidiem.
4. Pārrunas klasē par īpašajiem gājējiem paredzētajiem luksoforiem, kurus regulē paši gājēji. Ar ko šie luksofori ir īpaši un kāpēc tie ir nepieciešami.
5. Uzmanības spēle. Skolotājam rokās ir trīs krāsu lapiņas. Skolēni brīvi izkārtājušies pa visu telpu. Ja skolotājs rāda sarkano lapiņu, skolēni stāv uz vietas, ja dzelteno lapiņu – drīkst kustēties, bet nedrīkst pārvietoties. Ja skolotājs rāda zaļo lapiņu, skolēni drīkst brīvi pārvietoties.

Gājēju pārejas

1. Pārrunas klasē. Skolotājs kopā ar skolēniem atkārto svarīgākos ielas un ceļa šķērsošanas noteikumus. Skolotājs pastāsta par brīdinājuma zīmi «Gājēju pāreja».
2. Darbs grupā. Katrai grupai tiek dots uzdevums izdomāt vairākus iemeslus, kāpēc gājēju pārejas apzīmējums ir baltas joslas pāri visai brauktuvei.
3. Grupas uzstāšanās.
4. Vienoties klasē par trim svarīgākajiem gājēju pārejas īpašā apzīmējuma iemesliem.

Ceļa zīmes

1. Darbs pāros. Skolotājs noskaidro, kādas ceļa zīmes skolēni pazīst. Skolotājs skolēnus lūdz raksturot, kā izskatās šīs ceļa zīmes un aicina tās uzzīmēt.
2. Skolotājs ar skolēniem pārrunā, kuras no autobraucējiem domātajām zīmēm ir svarīgas arī gājējiem, kāpēc.
3. Skolotājs pastāsta par divām līdzīgām, bet nozīmes ziņā atšķirīgām ceļa zīmju grupām: brīdinājuma un aizlieguma zīmēm.
4. Darbs pāros. Skolēni uzzīmē krustojuma attēlu un noskaidro, kā var droši šķērsot ielu.

Rotaļas uz ielas

1. Individuāls darbs. Skolēni zīmē zīmējumu «Kur es rotaļājos?».
2. Individuāls darbs – situācijas novērtējums. Skolotājs pirms mācību stundas var sagatavot darba lapu ar situāciju aprakstiem; skolēni novērtē, kura darbība ir pareiza, kura nepareiza, precizējot, kādas sekas var būt, tā rīkojoties. Situāciju piemēri:
 - stumt divriteni pa ceļa malu,
 - spēlēt sunīšus tuvu brauktuvei,
 - grūstīties ielas vai ceļa malā,
 - iet pa pašu ietves malu,
 - lēkt ar lecamauklu, atrototies uz trotuāra
 - gaidīt sabiedrisko transportu tā pieturā.

Ugunsdrošība

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kāpēc rotaļas ar uguni ir bīstamas;
- 2) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro, izmantojot uguni;
- 3) iepazīties ar drošības (brīdinājuma) zīmēm.

Jēdzieni:

drošības zīme, uguns, ugunskurs.



Smēķēšana un atklāta liesma aizliegta.



Nekurināt ugunsgrākus.

Skolēnam jāprot:

- 1) neizmanto uguni rotaļām;
- 2) zināt, kur uguni izmanto sadzīvē;

3) ievērot ugunsdrošības zīmes.

Norise

1. Pārrunas klasē. Kad un kur drīkst kurināt ugunsroku?

Drīkst, ja:

- esi kopā ar kādu pieaugušo;
- tuvākā apkārtnē nav neviena uzraksta, kas aizliedz kurināt ugunsroku;
- nevar aizdegties tuvumā esošais mežs, salmi;
- nav spēcīga vēja;
- ir pieejams ūdens vai smiltis uguns dzēšanai.

2. Iepazīšanās ar brīdinājuma zīmēm: «Nekurināt ugunsroku!», «Smēķēšana vai atklāta liesma aizliegta».

3. Pārrunas klasē par šo zīmju nozīmi un izvietojumu.

4. Individuāls darbs. Zīmēt plakātu par skolotāja piedāvātām situācijām: smēķēšana mežā; ugunsroks meža tuvumā; iešana pa mežu ar degošu lāpu tumšā diennaktī laikā; kūlas dedzināšana; ugunsroku kurināšana, izmantojot degšķidrumus. Plakātā attēlot, kas var notikt, šādi rīkojoties.

Elektrodrošība

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar drošības zīmēm, kuras saistītas ar elektrodrošību;
- 2) noskaidrot, kāpēc jāievēro elektrodrošības noteikumi;
- 3) analizēt iespējamās elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.

Jēdzieni:

elektrība, drošības zīme.



Kustība aizliegta – elektrobīstamība.



Kustība aizliegta – elektrobīstamība.



Bīstami – elektrība.

Skolēnam jāprot:

- 1) pastāstīt, par ko brīdina elektrodrošības zīmes;
- 2) apzināties elektrodrošības noteikumu neievērošanas sekas.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolotājs var sagatavot darba lapu «Elektrība» vai arī nolasīt turpmāk tekstā minētās situācijas. Skolēni atzīmē, ko viņi jau zina, kas ir jaunā informācija.

Situāciju piemēri.

- Zibens uzplaiksnījums pie debesīm pērkona negaisa laikā ir viena no redzamākajām elektrības izpausmēm. Gandrīz visos citos gadījumos elektrība ir neredzama, kaut gan tā strādā mūsu labā.
 - Elektrība pie cilvēkiem nonāk pa kabeļiem un vadiem.
 - Kabeļi un vadi ir gan redzami, gan apslēpti. Redzami vadi iekārti stabos, apslēptie vadi stiepjas zem zemes. Mājās vadi apslēpti sienās un griestos.
 - Elektrība dod arī signālus, kas liek darboties telefoniem, radioaparātiem, televizoriem un datoriem.
 - Elektrību ražo elektrostacijās.
 - Elektrostacijas elektrības ražošanai izmanto strauji plūstošu upju ūdeni.
 - Elektrību var ražot arī vējā.
 - No elektrības var saņemt bīstamu triecienu. Tāpēc nedrīkst rotaļāties ar kontaktdakšām, sienas kontaktligzdām un tām pieslēgtajām ierīcēm.
 - Nedrīkst tuvoties pārrautiem elektrolīniju vadiem, kas nokrituši uz zemes.
 - Nedrīkst vērt vaļā transformatoru durvis un iet šajos namiņos arī tad, ja durvis ir atvērtas.
2. Darbs grupā. Skolēni grupās izvērtē situācijas.
- Meitene stāv pārāk tuvu elektrības stabam, no kura nokarājas elektrības vads.
 - Tuvu pie augstsprieguma vadiem aug ābele. Zēns kāpj ābelē, lai norautu dažus ābolus.
 - Bērni sapulcējušies ap elektrības stabu. Sacenšas, kurs ātrāk uzrāpsies stabā.
 - Transformatora skapis vaļā, kaķis tajā lien iekšā. Meitene kaķi mēģina notvert.

KO DARĪT, JA NOTICIS NEGADĪJUMS?

Mērķis:

mācīties izsaukt drošības dienestus.

Drošības dienesti

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar svarīgākajiem drošības dienestiem, to pienākumiem;
- 2) noskaidrot, kā izsaukt drošības dienestus, ja radusies nepieciešamība;
- 3) raksturot situācijas, kad nepieciešama dienesta palīdzība.

Jēdzieni:

neatliekamā palīdzība, policija, glābšanas dienests, gāzes avārijas dienests, ūdens avārijas dienests, tālrunis – 113,110,112. 04.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties, kādu palīdzību var sniegt dažādi drošības dienesti;
- 2) izsaukt drošības dienestu;
- 3) raksturot notikušo, ja izsauc drošības dienestus.

Norise

1. Individuāls darbs. Darba lapa ar situāciju aprakstiem «Drošība un risks».

Situāciju piemēri.

- Meitene uz gāzes plīts grib uzlikt tējkannu.
 - Pa brauktuvi brauc automobilis. Blakus brauc zēns ar divriteni un uz bagāžnieka ved stāvošu meiteni.
 - Vasara. Zēns stāv uz akmens un gatavojas lēkt ūdenī.
 - Zēns meistaro putnu būrīti. Atlicis vēl tikai pienaglot jumtu.
 - Iela. Tuvu braucoša automobiļa priekšā ceļu šķērso skrituļotājs.
2. Pārrunas klasē. Kurās situācijās var justies droši, bet kurās var notikt nelaimes?
 3. Skolotājs ar bērniem pārrunā dažādo drošības dienestu funkcijas.
 4. Pārrunas. Kādam dienestam var piezvanīt, zvanot pa parasto tālruni – 02, 01, 03, 04 vai zvanot pa mobilo tālruni – 112, 113, 110, 118?
 5. Darbs pāros. Lomu spēles, ja nepieciešams izsaukt kādu drošības dienestu.

Ugunsdzēsēji

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādos gadījumos jāizsauc Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienests;
- 2) iegūt izpratni, ka svarīgākais ir glābties pašam un saukt pēc pieaugušo palīdzības;
- 3) mācīties izprast aizdegšanās cēloni un veidu, kādā tas tiek likvidēts.

Jēdzieni:

ugunsgrēks, dabas katastrofa, nelaimes gadījums, avārija.

Skolēnam jāprot:

- 1) izsaukt ugunsdzēsējus, sniegt precīzu informāciju par notikušo nelaimes gadījumu;
- 2) meklēt nelaimes gadījumos tuvinieku un citu pieaugušo palīdzību

Norise

1. Darbs grupā. Uzzīmēt, kādi drošības noteikumi jāievēro, izmantojot uguni
 - apsildīšanai (krāsns, kamīns),
 - apgaismošanai (svece, lāpa, lampa ar abažūru, lukturis),
 - ēdiena gatavošanai (plīts, ugunskurs, grils).
2. Pārrunas klasē. Kā rīkoties, ja izcēlies ugunsgrēks?
3. Situācijas inscenēšana «Kā izsaukt ugunsdzēsējus?».
4. Diskutēt, kā rīkoties, ja tuvākā vai tālākā apkārtnē skolēns ir pamanījis ugunsgrēku.

Pirmā palīdzība

Uzdevumi:

- 1) mācīties pareizi rīkoties nelaimes gadījumā;
- 2) izprast, kāpēc nelaimes gadījumos jālūdz pieaugušo palīdzība.

Jēdzieni:

apdegumi, saindēšanās, asiņošana.

Skolēnam jāprot:

- 1) pareizi rīkoties, ja iegriezis sev pirkstā, applaucējies, apdedzinājies, saindējies;
- 2) ielāgot, ka jāmeklē un jāinformē par negadījumu pieaugušais.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu un aicina skolēnus uzrakstīt, ko darīt dažādās situācijās?
 - Iela. Saskrējušies divi automobiļi.
 - Iela. Meitene nokritusi, nobrāzusi elkoni un sasitusi galvu.
 - Virtuve. Uz gāzes plīts ir panna, tauki sprakšķ, un ap pannu paceļas liesmas.
 - Istaba. Bērni uz paklāja rotaļājas ar sērkociņiem. Šķīst dzirksteles.
2. Savas un blakussēdētāja atbildes salīdzinājums.

KĀ IZVAIRĪTIES NO NEGADĪJUMIEM?

Mērķis:

mācīties izsargāties no nelaimes gadījumiem.

Drošība mājās

Uzdevumi:

- 1) izprast, ka nedrīkst rotaļāties uz lodžijas vai balkona;
- 2) mācīties būt piesardzīgam, atrodoties pie vaļēja loga;
- 3) noskaidrot iemeslus, kādēļ svarīgi aizslēgt durvis un neatvērt tās nevienam svešiniekam;
- 4) iemācīties mājās izvēlēties rotaļām drošu vidi.

Jēdzieni:

durvis, logi, lodžija, balkons, virtuve, plīts, rotaļas, drošība, piesardzība.

Skolēnam jāprot:

- 1) zināt, ka rotaļāties uz balkona vai lodžijas ir bīstami;
- 2) apzināties pārgalvības iemeslus un sekas (kāpšana uz palodzes, izliekšanās pa atvērtu logu u. c.);
- 3) neizmantojot rotaļām virtuvi;
- 4) pareizi rīkoties, ja svešinieks grib ienākt dzīvoklī.

Norise

1. Darbs grupā. Skolēni uzzīmē rotaļas, kurās var rasties bīstamas situācijas.
2. Katra grupa stāsta, kāpēc rotaļas attiecīgajās vietās ir bīstamas.
3. Pārrunas klasē, kādēļ svarīgi aizvērt dzīvokļa ārdurvis un neatvērt tās nevienam svešiniekam.

Lifts un kāpņu telpas

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar lifta lietošanas instrukciju;
- 2) noskaidrot, kādos gadījumos izmanto liftu;
- 3) mācīties būt uzmanīgam un piesardzīgam kāpņu telpās.

Jēdzieni:

lifts, lifta lietošanas instrukcija, evakuācijas noteikumi, piesardzība.

Skolēnam jāprot:

- 1) lietojot liftu, ievērot drošības noteikumus;
- 2) ievērot piesardzību un personisko drošību kāpņu telpās.

Norise

1. Ja iespējams, pirms mācību stundas apmeklēt daudzstāvu namu, kurā ir lifts.
2. Pārrunas klasē. Kāpēc nepieciešams lifts?
3. Iepazīties ar lifta lietošanas instrukciju (uzmanība pievērsta jau ekskursijas laikā).
4. Darbs grupā. Vai liftu var izmantot rotaļām? Cik tas ir droši? Katras grupas viedokli skolotājs fiksē uz tāfeles.
5. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu ar dažādu situāciju un iespējamās rīcības variantu aprakstiem.

6. Pārrunas. Kā rīkoties?

- Tumša kāpņu telpa.
- Pie ārdurvīm drūzmējas par tevi vecāki, nepazīstami bērni.
- Kāpņu telpā tu satiec svešus cilvēkus.

Piemēri situāciju variantiem

1. Nekāp liftā, ja tajā brauc

- piedzērušies cilvēki;
- svešs cilvēks;
- par tevi vecāki bērni.

2. Ar liftu drīkst braukt, ja tajā brauc

- kaimiņu ģimene;
- klasesbiedri;
- tavi draugi.

2. klase

1. tēma

KĀPĒC IR IZDOMĀTI DROŠĪBAS NOTEIKUMI?

Mērķis:

sekmēt izpratni par drošības noteikumu ievērošanas nepieciešamību.

Drošības noteikumi

Uzdevumi:

- 1) iemācīties izprast drošības noteikumus un tos ievērot;
- 2) noskaidrot, kādās situācijās skolēns jūtas droši;
- 3) izprast noteikumu ievērošanas priekšrocības.

Jēdzieni:

drošība, piesardzība, drošības noteikumi.

Skolēnam jāprot:

- 1) zināt, kas var apdraudēt skolēna drošību;
- 2) zināt noteikumu ievērošanas priekšrocības.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolēni uzraksta, kādās situācijās jūtas drošībā.
2. Darbs pāros. Salīdzināt uzrakstītos viedokļus, ar vienas krāsas zīmuli pasvītrojot kopīgo!
3. Pārrunas klasē. Kas var apdraudēt bērna drošību? Skolotājs bērnu idejas fiksē uz tāfeles.
4. Darbs pāros. Pāris izlozē kartītes ar dažādu lietu nosaukumiem (adata, īlens, gāze, ūdens, svešinieks, uguns, elektrība, zibens, ledus, suns, nazis, automobilis, ērce u. c.). Kāpēc nepieciešama piesardzība, darbojoties vai rotaļājoties ar dažādām lietām?
5. Pāris izstāsta savas atziņas par nepieciešamo piesardzību, darbojoties vai rotaļājoties ar nosauktajām lietām.

Kārtības noteikumi klasē

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādi kārtības noteikumi jāievēro klasē un kādus pienākumus tie nosaka;
- 2) apzināties klases kārtības noteikumu neievērošanas sekas.

Jēdzieni:

kārtības noteikumi klasē, skolēna pienākumi un tiesības.

Skolēnam jāprot:

- 1) aktīvi iesaistīties klases kārtības noteikumu izstrādāšanā;
- 2) būt atbildīgam par šo noteikumu ievērošanu.

Norise

1. Pārrunas klasē, kādi pienākumi katram skolēnam ir ģimenē. Kas notiek, ja par tiem aizmirst? Kas notiek, ja tos veic kārtīgi?
2. Skolotāja informācija, ka arī klasē ir nepieciešami noteikumi, kas jāievēro, lai būtu kārtība, būtu ērti kopā atrasties un mācīties.
3. Pārrunas klasē. Kādi noteikumi nepieciešami klasē? Klases kārtības noteikumu izstrāde. Ideju tirdziņš.

4. Kopīgais darbs. Noteikumu apspriešana (trīsdaļīga tabula: noteikums/kas notiek, ja to pilda?/kas notiek, ja to nepilda?) Darbu ieteicams veikt uz tāfeles.

5. Piedāvāto noteikumu rediģēšana, nosakot, kuri ir svarīgākie.

Uzvedības noteikumi skolā

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādi skolas noteikumi saistīti ar drošību;
- 2) apzināties bezatbildīgas rīcības seku nopietnību;
- 3) iemācīties ievērot ikdienas noteikumus skolā.

Jēdzieni:

skolas iekšējās kārtības noteikumi, drošība.

Skolēnam jāprot:

pārzināt skolas un klases iekšējās kārtības noteikumus un ievērot tos.

Norise

1. Darbs pāros. Katram pārim izdalīti skolas iekšējās kārtības noteikumi. Skolēni izpēta un atrod tos skolas iekšējās kārtības noteikumus, kuru ievērošana garantē skolēnu drošību.

2. Individuālais darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu ar situāciju aprakstiem vai attēliem. Skolēni izsaka savu viedokli par situācijām.

- Gaitenis. Skolēni spēlē sunīšus.
- Kāpnes. Bērni skraida un dauzās.
- Skolas ārdurvis. Vecākās klases skolēns ieiet pa ārdurvīm un neievēro pēc viņa nākošo 2. klases skolēnu.
- Ēdamzāle. Apgāzti vairāki krēsli. Pusdienu starpbrīdim beidzoties, bērni steidzas uz klasi un klūp.

3. Pārrunas klasē. Vienoties, kurās situācijās/vietās skolas kārtības noteikumu ievērošana var novērst traumu iespējamību.

4. Pamatojoties uz katra pieredzi, ierosināt papildināt skolas iekšējās kārtības noteikumus.

2. tēma

KĀPĒC DABAS UN CILVĒKU RADĪTĀ VIDĒ JĀIEVĒRO DROŠĪBAS NOTEIKUMI?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni un atbildību par savas drošības un veselības saudzēšanu.

Ceļš uz skolu

Uzdevumi:

- 1) precizēt maršrutu no mājām līdz skolai, ko veic kājām;
- 2) pārliecināties, vai tas ir īsākais un drošākais ceļš;
- 3) noskaidrot un raksturot izmantojamā sabiedriskā transporta maršrutu.

Jēdzieni:

ceļš, iela, transporta līdzeklis, maršruts.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvēlēties drošāko ceļu uz skolu;
- 2) izmantojot sabiedrisko transportu, zināt ar kādu transportu braukt, kādā pieturā iekāpt/izkāpt;
- 3) braucot personiskajā transporta līdzeklī, ievērot nepieciešamos drošības noteikumus.

Norise

Kopīgi ar vecākiem izpētīt maršrutu, pa kuru skolēns katru rītu dodas uz skolu. Pārrunāt ar vecākiem, vai tas ir īsākais un drošākais ceļš.

1. Skolēni sadalās grupās pēc principa, kurš uz skolu dodas kājām, sabiedrisko transportu un personisko transporta līdzekli. Katrai grupai skolotājs izsniedz shematisku skolas apkārtnes plānu.
2. Darbs grupā. Skolēni atzīmē ceļu līdz skolai atšķirīgās krāsās:
 - tie, kas dodas kājām, izvēlas un atzīmē to ceļu, kur mazāk jāšķērso ielas,
 - tie, kas dodas uz skolu ar sabiedrisko transportu, atzīmē ar kādu transporta līdzekli brauc, kurā pieturā iekāpj/ izkāpj.
 - tie, kas no mājām uz skolu brauc ar personisko transportu, atzīmē braukšanas ceļu un apstāšanās vietu skolas tuvumā tā, lai nav jāšķērso iela.
3. Pārrunas klasē. Kāpēc ir tik svarīgi pārzināt ceļu no mājām līdz skolai?

Ceļu satiksmes drošība

Uzdevumi:

- 1) pilnīgot skolēnu izpratni par ceļu satiksmes noteikumu ievērošanas nozīmi savas drošības un veselības saglabāšanā;
- 2) nostiprināt ceļu satiksmes drošības noteikumu ievērošanas prasmi;
- 3) pilnīgot gājēja kā ceļu satiksmes dalībnieka prasmes un kultūru.

Jēdzieni:

ceļu satiksmes drošība, iela/ceļš, trotuārs, ceļa nomale, brauktuve, regulējams/neregulējams krustojums, dzelzceļa pārbrauktuve.

Skolēnam jāprot:

- 1) ievērot ceļu satiksmes noteikumus ikdienā;
- 2) šķērsot ielu regulējamā/neregulējamā krustojumā;
- 3) šķērsot ceļu;
- 4) šķērsot dzelzceļu;
- 5) ievērot gājēja drošības noteikumus.

Norise

1. Darbs pāros. Skolēni pārrunā un atkārtoti iepriekš mācītos ceļu satiksmes noteikumus.
2. Skolotājs rosina skolēnus uz diskusiju par ceļu satiksmes noteikumu ievērošanas nepieciešamību savas drošības un veselības saglabāšanā.
3. Ieteicama filmas «Lai dzīvo bērni!» noskatīšanās.
4. Skolotājs organizē pārrunas par filmā redzēto. Viena mācību stunda ieteicama praktiskas nodarbības veidā. Regulējams/neregulējams krustojums, ceļa šķērsošana.
5. Stundu vērtējumā skolēnus aicina dalīties ikdienas pieredzē, ievērojot ceļu satiksmes noteikumus.

Uzvedība pie/uz ūdens

Uzdevumi:

- 1) analizēt dažādas situācijas, kad rotaļas notiek ūdens tuvumā;
- 2) noskaidrot, kuras zīmes norāda, ka peldēt šajā vietā ir droši;
- 3) apzināties, ka tikai pieaugušie var sniegt palīdzību kritiskās situācijās.

Jēdzieni:

rotaļas, pludmale, peldvieta.

Skolēnam jāprot:

- 1) rotaļām izmantot drošas vietas pieaugušo uzraudzībā;
- 2) izvēlēties peldēšanai tikai atļautas vietas, ko norāda īpašas zīmes.

Norise

1. Darbs grupā. Uzrakstīt un ilustrēt noteikumus, kas jāievēro dažādās situācijās, piemēram,
 - bērni ceļ smilšu pilis jūras krastā;
 - ezera krastā bērni rotaļājas ar bumbu;
 - zēns stāv uz laipas un makšķerē;
 - bērni peldina laiviņas, liecoties no laipas;
 - bērni peldas bez pieaugušo uzraudzības.
2. Katra grupa izstāsta savu veikumu.
3. Skolotāja informācija par zīmi, kas norāda, ka peldēt šajā vietā ir droši.
4. Skolēnu stāstījums par negadījumiem uz ūdens (piedzīvotiem un dzirdētiem).

Daudzveidība dabā

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar iespējamajām brīdinājuma zīmēm, kas izvietotas mežā, parkā u. tml.;
- 2) noskaidrot šo zīmju nozīmi;
- 3) analizēt postījumu sekas, kas rodas nepareizas uzvedības rezultātā.

Jēdzieni:

mežs, parks, brīdinājuma zīme, nožogojums.

Skolēnam jāprot:

- 1) zināt, par ko brīdina zīmes mežos, parkos utt.;
- 2) izprast un raksturot postījumu rašanās cēloņus;
- 3) veidot pozitīvu attieksmi pret dabu.

Norise

1. Darbs grupā. Katra grupa saņem darba lapu (trīsdaļīga tabula: noteikumi/ja tos ievēro/ja tos neievēro). Izstrādāt trīs noteikumus, kas jāievēro attiecīgajā situācijā (mežā, parkā, birzī).
2. Grupas izstāsta savu veikumu.
3. Skolotāja informācija par brīdinājuma zīmēm: «Suņus nevest!», «Nepiegružot!».

4. Katra grupa veido brīdinājuma zīmes savai videi.
5. Izstāde.

Uzvedība pagalmā

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kas var pievērst uzmanību pagalmā;
- 2) iepazīties ar dažāda veida nožogojumiem;
- 3) apzināties, kādas var būt drošības noteikumu neievērošanas sekas.

Jēdzieni:

elektrosadales skapis, gāzes padeves ierīce/ventilis, elektrības stabs, brīdinājuma zīme.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties elektrosadales skapju, gāzes padeves ierīču bīstamību un nožogojumu nozīmi;
- 2) sargāt sevi un citus no pārdrošas rīcības.

Norise

1. Prāta vētra. Kas var pievērst bērnu interesi pagalmā (skolotājs nosauktās lietas fiksē uz tāfeles). Kas var apdraudēt bērnu drošību (sekot, lai, veidojot sarakstu, būtu pieminēti elektrības skapji, gāzes padeves ierīces, ventiļi, transformatoru mājas).
2. Individuāls darbs. Uzzīmēt savas mājas pagalmu, izmantot brīdinājuma zīmi «Uzmanību – elektrība!», kur tas nepieciešams.

3. tēma

KĀ PALĪDZĒT NELAIMES GADĪJUMOS?

Mērķis:

mācīties sniegt sev vai citam pirmo palīdzību, mācīties izsaukt palīdzības dienestus.

Pirmā palīdzība sev

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kā sev palīdzēt nelaimes gadījumā;
- 2) uzzināt, kur griezties pēc palīdzības, ja noticis nelaimes gadījums.

Jēdzieni:

asiņošana, kodiens, brūce, zobu sāpes, apdegums, ērce.

Skolēnam jāprot:

- 1) neapjukt un nekrīst panikā, ja gadījusies kļūme vai noticis nelaimes gadījums,
- 2) palīdzēt sev un prast izmantot citu palīdzību.

Norise

1. Darbs grupā. Katra grupa saņem skolotāja sagatavotu kartīti ar zīmējumu vai priekšmeta nosaukumu. Kādam nolūkam ir nepieciešamas šīs lietas?

- dažāda platuma marles saites sterilā iepakojumā
- marles kompreses sterilā iepakojumā
- dažāda izmēra brūču plāksteri sterilā iepakojumā
- tīklveida pārsējs
- leikoplasts spolē
- šķēres ar noapaļotiem galiem
- vienreizējās lietošanas cimdi

Aptiekās ir iespējams nopirkt gatavas pirmās palīdzības aptieciņas.

2. Grupu stāstījums. Diskusija klasē.

3. Skolotāja stāstījums par brūces apkopšanu.

Palīdzības dienesti

Uzdevumi:

- 1) iemācīties ziņot atbildīgajiem dienestiem par nelaimes gadījumu;
- 2) mācīties pareizi sniegt informāciju, ja noticis negadījums;
- 3) noskaidrot, kā rīkoties nelaimes gadījumos.

Jēdzieni:

neatliekamā palīdzība, policija, gāzes avārijas dienests, ugunsdzēsības un glābšanas dienests, palīdzības dienests.

Skolēnam jāprot:

- 1) izprast negadījuma cēloņi;
- 2) apzināties, kuram atbildīgajam palīdzības dienestam zvanīt, kādu informāciju sniegt.

Norise

1. Darbs grupā. Izvērtē situāciju!

- Uz gāzes plīts tējkanna atstāta bez uzraudzības. Liesma zem tējkannas nodzīsusi, slēdzis nav aizgriezts. Gāze plūst.

- Ziemassvētku eglīte. Bērni aizdedzina svecītes egles zaros. Eglīte atrodas tuvu logam, un sveces liesma skar aizkarus.
 - Mazā māsa rotaļājoties apēdusi vecmāmiņas zāles.
 - Pagalmā vecāki zēni mēģina mazākajam atņemt divriteni.
2. Situāciju spēle, kurā skolēni apgūst, kā izsaukt nepieciešamo palīdzības dienestu un kāda informācija jāsniedz palīdzības vai drošības dienestam.

Skolas evakuācijas plāns

Uzdevumi:

- 1) apgūt drošības noteikumus ekstremālās situācijās;
- 2) iepazīties ar evakuācijas zīmēm, kas palīdzēs ātrāk nokļūt drošībā;
- 3) vienoties par evakuācijas rīcības plānu.

Jēdzieni:

evakuācija, evakuācijas zīmes, trauksme, trauksmes signāls.

Skolēnam jāprot:

- 1) rīkoties atbilstoši izstrādātajai evakuācijas shēmai;
- 2) orientēties pēc evakuācijas zīmēm.

Norise

1. Pārrunas: kas jādara, ja skolā atskan īpašs zvans?
2. Skolotāja skaidrojums, kāpēc ir izstrādāti evakuācijas plāni.
3. Darbs grupā. Katrai grupai tiek uzdots iepazīties ar vienu skolas stāvu (spārnu, korpusu) un noskaidrot, kur izvietoti skolas evakuācijas plāni.
4. Grupa izpēta evakuācijas plānu un iezīmē evakuācijas ceļu no iedomātās atrašanās vietas skolā līdz tuvākajai izejai no skolas ēkas.
5. Mācību trauksmes simulācija. Evakuēšanās, ievērojot evakuācijas zīmes.

KĀ PASARGĀT SEVI NO NEVĒLAMĪEM SVEŠINIEKIEM?

Mērķis:

mācīties pasargāt sevi dažādās situācijās mājās un uz ielas.

Ja mājās esi viens

Uzdevumi:

- 1) apgūt drošības pasākumus, kas ievērojami, ja mājās esi viens;
- 2) iegūt izpratni, ka pašam jā rūpējas par savu drošību.

Jēdzieni:

slēdzene, drošība mājās, signalizācija.

Skolēnam jāprot:

- 1) aizslēgt durvis pēc vecāku aiziešanas;
- 2) prast sazināties ar vecākiem, ja viņu nav mājās;
- 3) neatstāt dzīvokli bez uzraudzības.

Norise

1. Pārrunas klasē. Kādus padomus dod vecāki, ejot prom?
2. Darbs grupā. Katra skolēnu darba grupa izstrādā vienu rīcības plānu un ilustrē to.
 - Kas noteikti jāizdara vecākiem pirms došanās projām, lai bērns būtu drošībā?
 - Ko darīt, ja pie durvīm kāds zvina vai klauvē?
 - Ko darīt, ja svešinieks neiet prom?
 - Ko darīt, ja vecāki bērni grib nākt ciemos vecāku prombūtnes laikā?
3. Individuāls darbs. Skolēni pastāsta, ko viņi noteikti ievēros, paliekot mājās vieni.

Drošība ārpus mājas

Uzdevums:

iemācīties, kā uzvesties nepatīkamās situācijās, atrodoties vienam uz ielas.

Jēdzieni:

pagalms, iela, ceļš, huligāns, laupītājs, cilvēks ar atkailinātām ķermeņa daļām (ekshibicionists).

Skolēnam jāprot:

- 1) rīkoties, ja parādās huligāni, svešinieks, svešs suns;
- 2) izvairīties no nepatīkamām situācijām;
- 3) zvanīt un meklēt palīdzību, ja nokļūst nepatīkamā situācijā.

Norise

1. Pārrunas klasē. Vai kādam skolēnam ir nodarīts pāri? Kam skolēni stāsta par savām problēmām?
2. Darbs grupā «Ja tas notiek». Izstrādāt rīcības plānu dažādām situācijām.
 - Ja tu satiec huligānus.
 - Ja tev uzbrūk laupītājs.
 - Ja ieraugi cilvēku, kurš rāda atkailinātas ķermeņa daļas.
 - Ja nepazīstams cilvēks mēģina tevi cienāt ar gardumiem.
 - Ja nepazīstams cilvēks saka, ka viņš tev parādīs kaut ko interesantu vai slepenu.
3. Grupas izstāsta savu situācijas risinājumu.
4. Individuāls darbs. Skolēni uzzīmē, kādas izskatās bailes. Pārrunas.

Rotaļu laukums

Uzdevumi:

- 1) izprast dažādas situācijas, ja rotaļu laukumā skolēns ir viens;
- 2) meklēt risinājumus sevis pasargāšanai, lai izvairītos no nelaimes gadījumiem rotaļu laukumā.

Jēdzieni:

svešinieks, rotaļa, drošība.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvairīties no sastapšanās ar svešiniekiem;
- 2) aizstāvēt sevi pret vecākiem bērniem un svešiniekiem;
- 3) zināt, kā rīkoties, ja notikusi sastapšanās ar svešu suni.

Norise

1. Darbs grupā. Katra grupa saņem skolotāja sagatavotu attēlu vai situācijas aprakstu. Meklē risinājumu!
 - Meitene izgājusi pagalmā. Viņai pēkšņi uzbrūk svešs suns.
 - Vienaudzis uzbrūk zēnam.
 - Gados vecāki bērni draud un pieprasa naudu.
 - Svešinieks mēģina uzsākt sarunu ar meiteni/zēnu.
2. Grupas stāsta savu situācijas risinājumu.
3. Pārrunas klasē. Kur meklēt palīdzību?
4. Individuāls darbs. Zīmējums «Mans sapņu rotaļu laukums».

Ja transporta līdzeklī esi viens

Uzdevumi:

- 1) uzzināt, kā uzvesties bīstamās situācijās;
- 2) apgūt drošības noteikumus sabiedriskajā transporta līdzeklī.

Jēdzieni:

transporta līdzeklis, sabiedriskais transporta līdzeklis, konduktrs, kontrolieris, transporta līdzekļa vadītājs, policists.

Skolēnam jāprot:

- 1) pareizi rīkoties bīstamās situācijās sabiedriskajā transporta līdzeklī;
- 2) meklēt nepieciešamo palīdzību nelaimes gadījumā (pie sabiedriskā transporta līdzekļa vadītāja, konduktora, policista).

Norise

1. Skolotājs organizē pārrunas, kādi drošības noteikumi ir jāievēro, braucot sabiedriskajā transportā. Kā jāsargā savas mantas? Kur meklēt palīdzību, ja kas atgadījies? Skolēni izlasa izteikumus, kur visdrošāk vai bīstami atrasties sabiedriskā transportā.
 - Tuvāk pie vadītāja/konduktora.
 - Vadītājam aiz muguras.
 - Tramvaja/trolejbusa pirmajā vagonā.
 - Tramvaja/trolejbusa otrajā vagonā.
 - Vilciena pirmajā vagonā.
 - Vilciena vagonā, kurā ir daudz cilvēku.
 - Vilciena vagona vidū.

- Tukšā vilciena vagonā.
 - Pēdējā vilciena vagonā.
2. Darbs pāros. Salīdzināt atbildes ar blakussēdētāju. Pārrunāt atšķirīgās atbildes, vienoties par drošāko variantu.
 3. Pārrunas klasē. Ko darīt, ja transporta līdzeklī parādās huligāns? Kam lūgt palīdzību?

5. tēma
KAS JĀIEVĒRO, LAI TU VASARĀ BŪTU LAIMĪGS?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni par uzvedības noteikumu ievērošanas nepieciešamību vasarā.

Ugunsdrošība

Uzdevumi:

- 1) analizēt dažādas situācijas, kad tiek kurināti uguns kuri;
- 2) noskaidrot, kā rīkoties un uzvesties pie Jāņuguns.

Jēdzieni:

ugnskurs, liesma, ogles, ugunsgrēks.

Skolēnam jāprot:

- 1) ievērot drošības noteikumus uguns kuru kurināšanā;
- 2) ievērot drošības noteikumus Līgo vakarā pie Jāņuguns;
- 3) apzināties, ka uguns kuru drīkst kurināt tikai pieaugušo uzraudzībā.

Norise

1. Diskusija. Kad cilvēki kurina uguns kuru? Kas jāievēro, izvēloties uguns kura vietu?
2. Darbs grupā. Plakātu zīmēšana par uguns kura vietas izvēli un noteikumu ievērošanu.
 - Līgo vakars.
 - Atpūta vasaras vakarā pie ezera vai upes.
 - Pārgājiens. Tūristi pēc izmirkšanas lietū.
3. Plakātu izstāde.
4. Individuāls darbs. Uzzīmēt sevi pie uguns kura, ievērojot nosacījumus!
 - Nedrīkst stāvēt tuvu atklātai ugunij.
 - Nedrīkst rotaļāties uguns tuvumā.
 - Jāizvēlas atbilstošs apģērbs.
 - Nedrīkst lēkt pāri uguns kuram.

Atpūta pie ūdens

Uzdevumi:

- 1) saprast, ka ūdens tuvumā var atrasties tikai pieaugušo uzraudzībā;
- 2) apzināties, kas apdraud drošību pie ūdens;
- 3) apzināties pārgalvīgas rīcības sekas;
- 4) noskaidrot, kā pareizi sauļoties, lai negūtu apdegumus.

Jēdzieni:

peldvieta, saules apdegums, uzvedības noteikumi.

Skolēnam jāprot:

- 1) peldēšanai izvēlēties pazīstamu un drošu vietu;
- 2) izsargāties no saules apdegumiem;
- 3) apzināties, ka, ievērojot drošības noteikumus, būs vesels.

Norise

1. Darbs grupā. Uzrakstīt īsu stāstu par peldēšanos un ilustrēt to.
 - Zēni jūrā peld ar piepūšamo matraci/ automobiļa riteņa kameru.
 - Rotaļas ūdenī, bērni cits citu ķer.
 - Zēns lec no paaugstinājuma.
 - Pēc ilgstošas gulēšanas saulē draudzenes strauji skrien ūdenī.
2. Grupas dalās pieredzē, pastāstot par drošības noteikumiem, kas jāievēro katrā situācijā.
3. Pārrunas klasē. Kas var notikt ar cilvēku, ja tas pārsauļojas?
4. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu, kurā vārdi jāsakārto pareizā secībā, lai veidotu teikumu. Piemēram:
 - a) gaisma, spilgta, sabojāt, nopietni, redzi, var, tavu;
 - b) sauļojoties, apdegumus, ilgi, gūt, var;
 - c) saulē, lieto, uzturoties, galvassegu.

Elektrodrošība

Uzdevumi:

- 1) apzināties, ka pastāv darba drošības noteikumi katrā darba veidā.
- 2) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro, strādājot dārzā.

Jēdzieni:

drošības noteikumi, vadi, bojāta ierīce.

Skolēnam jāprot:

- 1) pareizi rīkoties, ja dārza laistīšanai izmanto ūdens sūkņus;
- 2) ievērot drošības noteikumus, pļaujot zāli ar zāles pļāvēju.

Norise

Situācija. Vasara. Bērni atbraukuši brīvlaiku pavadīt laukos pie vecmāmiņas un vectētiņa. Bērniem tiek uzdots palīdzēt dažādos dārza darbos.

1. Darbs grupās. Skolēni tiek sadalīti grupās, un tiem ir jāilustrē attiecīgā situācija. Uzdevumi grupām.

- Ko un kā drīkst darīt, laistot dārzu?
- Ko un kā nedrīkst darīt, laistot dārzu?
- Ko un kā drīkst darīt, pļaujot zālāju ar zāles pļāvēju?
- Ko un kā nedrīkst darīt, pļaujot zālāju ar zāles pļāvēju?

2. Grupu uzstāšanās.

3. Pārrunas klasē. Kādi elektrodrošības noteikumi jāievēro, strādājot dārzā?

Ceļu satiksmes noteikumi

Uzdevumi:

apgūt uzvedības noteikumus uz ielas vai ceļa, pilsētā, laukos: ielas šķērsošana, gājēju pārvietošanās pa ceļu.

Jēdzieni:

ceļš, gājējs, divritenis, iela, gājēju pāreja, luksofors, brauktuve, brauktuves šķērsošana.

Skolēnam jāprot:

- 1) ievērot drošības noteikumus uz ielas, ceļa, ejot vai šķērsojot to;
- 2) nepieciešamības gadījumā lūgt palīdzību pieaugušajiem.

Norise

1. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapas ar situāciju aprakstiem, skolēni raksturo tās situācijas, kurās tiek pārkāpti bērnu pārvadāšanas noteikumi. Situāciju piemēri.

- Traktors ar piekabi. Piekabē sēž vairāki bērni.
- Motocikls. Aizmugurē sēž mazs bērns.
- Pilns autobuss ar bērniem.
- Divritenis. Māmiņa iesēdinājusi zēnu speciālajā sēdekļīti.
- Autobuss ar bērniem. Pie stikla ir brīdinājuma zīme «Uzmanību – bērni!»
- Personiskais automobilis. Ģimene brauc uz ciemos. Bērni sēž, piesprādzēti aizmugurējā sēdekļī.

2. Pārrunas klasē par paveikto darbu.

3. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu, kurā skolēni atzīmē tos noteikumus, kurus ievēro.

- Esmu disciplinēts uz ielas.
- Ievēroju satiksmes noteikumus, šķērsojot ceļu, ielu.
- Pareizi šķērsoju krustojumu.
- Eju pareizi pa ietvi vai ceļa nomali.
- Izmantoju brauktuvi spēlēm.
- Pareizi novērtēju tuvojošos transporta līdzekļu braukšanas ātrumu
- Ja jūtos nedrošs, lai šķērsotu ceļu, ielu vai krustojumu, lūdzu palīdzību.
- Brīdinu draugus par bīstamām situācijām.
- Atgādinu vecākiem, ka, braucot personiskajā automobilī, noteikti jāpiesprādzējas.

4. Pārrunas klasē. Noteikumu ievērošana patīkamai un drošai vasaras atpūtai. Skolotāja rosina skolēnus apzināties personisko atbildību drošības noteikumu ievērošanā.

Tests

Mērķis:

novērtēt skolēnu zināšanas un prasmes drošības noteikumi apgūvē.

Darba lapas piemērs

1. Rīkojoties ar zāles plāvēju,

- varu mierīgi braukt pāri vadiem;
- pārliccināšos, ka pļaujot netiks bojāti vadi.

2. Aplaistot puķu/dārzeņu dobes

- ūdens strūklu virzīšu tikai uz dobi;
- mēģināšu ar strūklu aizsniegt elektrības vadus.

3. Kurinot Līgo vakarā Jāņuguni

- varu tāpat kā pieaugušie lēkt tai pāri;
- līgošu, turoties drošā attālumā.

4. Ugunsroku kurināt drīkst

- tam speciāli paredzētās vietās;
- kur patīk.

5. Peldēšanai izvēlēšos

- jebkuru ūdens tilpni;
- pazīstamu peldvietu.

6. Ejot pa ceļu vai ielu tumšā diennakts laikā

- iešu gar ceļa malu un pielikšu atstarotājus;
- iešu pa ceļa vidū novilktajām baltajām līnijām, lai mani visi pamana.

7. Šķērsot ielu drīkst

- krustojumos vai speciāli atzīmētās vietās;
- pa visīsāko ceļu.

8. Ceļa šķērsošana atļauta

- tikai labi pārredzamā vietā, ja nebrauc transporta līdzekļi;
- jebkurā vietā, ja neredz tuvojamies transporta līdzekli.

9. Ja pagalmā būšu viens

- noskumis iešu mājās un mēģināšu sazināties ar draugiem;
- iešu uz citu pagalmu, meklēšu rotaļu biedrus.

10. Ja mājās esmu viens

- aizslēgšu ārdurvis;
- aicināšu ciemiņus un rīkošu ballīti.

11. Ja transportā esmu viens

- klausīšos skaļu mūziku;
- apsēdīšos tuvāk vadītājam, konduktoram.

3. klase

1. tēma

KĀPĒC JĀBŪT PIESARDZĪGAM, LAI JUSTOS DROŠI?

Mērķis:

mācīties pasargāt sevi un citus. Apzināties drošības noteikumu neievērošanas sekas.

Elektroierīces

Uzdevumi:

- 1) iemācīties pareizi lietot elektroierīces;
- 2) noskaidrot, kas jāievēro, lietojot dažādas elektroierīces.

Jēdzieni:

drošības noteikumi, lietošanas instrukcija, kontaktligzda.

Skolēnam jāprot:

- 1) izmantot elektroierīces atbilstoši instrukcijām;
- 2) iemācīties analizēt lietošanas instrukciju informāciju.

Norise

1. Prāta vētra. Kur izmanto elektrību?
2. Darbs pāros. Katrs pāris saņem darba lapu ar uzdevuma aprakstu. Skolēni sagatavo atbildes, kā veikt uzdevumu un kādi drošības noteikumi jāievēro.
 - Jānomaina izdegusi spuldzīte.
 - Jāizgludina krekls.
 - Jāizžāvē slapjie mati.
 - Jāuzsilda pusdienas mikroviļņu krāsnī.
3. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu, kurā skolēni atzīmē, vai aprakstītā rīcība ir pareiza vai nepareiza.
 - Pēc slēpošanas, ienākot telpās, žāvē drēbes uz elektriskā sildītāja.
 - Cenšoties ātrāk atkausēt ledusskapi, izmanto fēnu.
 - Tējkannā uzsilda zupu, lai pacienātu nogurušo māti.
 - Veicot remontu istabā, ar putekļu sūcēju vienmērīgi izsmidzina uz sienām krāsu.
 - Ejot gulēt, izslēdz elektrisko sildītāju, atvienojot to arī no kontaktligzdas.
 - Galda lampai pārklāj pārsegu, lai spilgtā gaisma netraucētu guļošajam bērnam.
4. Pārrunas. Skolotājs ar skolēniem pārrunā elektroierīču lietošanas pareizību dažādās situācijās.
5. Darbs grupā. Plakāta veidošana «Esi piesardzīgs ar elektroierīcēm!».
6. Darbs klasē. Plakātu izstāde.

Uguns un gāze

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro, lietojot gāzi un uguni;
- 2) apgūt, kā jārikojas gāzes vai uguns izraisītā nelaimes gadījumā.

Jēdzieni:

uguns, ugunsdrošība.

Skolēnam jāprot:

- 1) nerādīt bīstamas situācijas, ievērojot ugunsdrošības noteikumus;
- 2) saskaroties ar problēmsituāciju, prast atbilstoši rīkoties, lai pasargātu sevi un citus no dzīvības draudiem.

Norise

1. Prāta vētra. Kādam nolūkam tiek izmantota dabasgāze?
2. Diskusija. Diskusija klasē, kā rīkoties, ja mājās sajūt gāzes smaku.
3. Individuāls darbs. Skolēni uzraksta gāzes plīts lietošanas instrukciju. To noformē, lai varētu mājās piestiprināt pie gāzes plīts redzamā vietā.
4. Darbs pāros. Skolēni izveido un aizpilda tabulu, kurā uzskaita gāzes izmantošanas «labos darbus» un «sliktos darbus».
5. Darbs grupā. Ko jāizmanto uguns dzēšanai?
6. Darbs klasē. Grupu uzstāšanās.
7. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu ar situāciju aprakstiem, kā rīkoties ugunsgrēka gadījumā.

Situāciju piemēri.

- Atvēršu logu.
 - Centīšos no dzīvokļa iznest vērtīgākos priekšmetus.
 - Centīšos uguni apdzēst ar ūdeni.
 - Aizklāšu degunu un muti ar mitru drānu.
 - Nogulšos uz grīdas.
 - Steigšos ar liftu nobraukt līdz izejai.
 - Pa atvērtu logu saukšu pēc palīdzības.
 - Zvanīšu pa tālruni 112.
8. Darbs pāros. Salīdzināt savas un blakussēdētāja atbildes.

Drošības noteikumi skolā

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādi drošības noteikumi jāievēro mācību stundās;
- 2) apzināties personisko atbildību par savu un citu drošību.

Jēdzieni:

starpbrīdis, drošības instruktāža, mācību stunda, sporta stunda, mājturības un tehnoloģijas stunda.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvairīties no riska situācijām skolā;
- 2) raksturot drošības noteikumus, kas obligāti jāievēro skolā.

Norise

1. Darbs grupā. Kāda drošība jāievēro starpbrīžos, rokdarbos, sporta stundās un citās mācību stundās? Katra grupa sagatavo informāciju par vienu mācību priekšmetu, sniedzot informāciju, kādi drošības noteikumi ir jāievēro.
2. Grupu uzstāšanās.
3. Darbs grupās. Skolēni izstrādā drošības noteikumus, kā rīkoties ar norādītajiem priekšmetiem, lai novērstu traumu rašanos. Situāciju piemēri.
 - Starpbrīdis. Atkritumi uz grīdas, pusviru durvis, atvērts logs.
 - Rokdarbu stunda. Šķēres, sērkokčiņi, galda piederumi.
 - Sporta stunda. Bumba, hantele, lecamaukla, nestandarta ierīces.
4. Skolotāja rosina skolēnus izteikt viedokļus par kārtības un uzvedības noteikumu nepieciešamību, kā arī apzināties personisko atbildību izstrādāto noteikumu ievērošanā.

Ceļā uz skolu

Uzdevumi:

- 1) apzināties dažādus negadījumus, kas var notikt ceļā uz skolu;
- 2) mācīties izprast, kāpēc iekāpšana sabiedriskajā transportā un izkāpšana no tā bieži paredzēta pa dažādām durvīm;
- 3) mācīties kājāmgājēju un braucēja kultūru;
- 4) mācīties skolēnu uzvedības noteikumus skolēnu autobusos, iekāpšana/izkāpšana un ceļa/ielas šķērsošana pēc izkāpšanas no transporta līdzekļa;
- 5) pilnīgi skolēnu zināšanas par satiksmes dalībnieku gājēju noteikumiem un kultūru;
- 6) mācīties izvēlēties drošāko ceļu uz ārpuskolas nodarbībām (sporta skolu, mūzikas skolu u. c.).

Jēdzieni:

sabiedriskais transporta līdzeklis, ietve, gājējs, satiksme, iela, brauktuve, ceļš, gājēju un braucēju kultūra, skolēnu autobuss.

Skolēnam jāprot:

- 1) paredzēt bīstamas situācijas un izvairīties no satiksmes negadījumiem;
- 2) ievērot uzvedības noteikumus sabiedriskajos transporta līdzekļos;
- 3) pārvietoties kājām, neradot ierobežojumus citiem;
- 4) pareizi iet pa ceļu;
- 5) pareizi izvēlēties drošāko ceļu uz ārpuskolas nodarbībām un ievērot atbilstošos noteikumus.

Norise

1. Darbs pāros. Katrs pāris saņem skolotāja sagatavotu darba lapu (vēlams ar attēliem: iela, tramvajs, ceļš). Skolēni izlasa apgalvojumu un izvēlas pareizo teikuma nobeigumu!

1. darba lapas piemērs

Pirms šķērso brauktuvi, ļauj aizbraukt _____ .

Bērniem vieglajā automobilī jābūt piesprādzētiem un jāsēž _____ .

Braukšanas laikā nedrīkst _____ .

Pasažieriem atļauts izkāpt no autobusa, kad tas ir _____ .

Izmantojamie vārdi:

traucēt vadītāju, pilnīgi apstāties, bērnu auto sēdeklītī, autobusam.

2. darba lapas piemērs

Puisēns droši var iekāpt tramvajā, kad tas ir _____ .

Autobusu un trolejbusu drīkst apiet _____ .

Sabiedriskie transporta līdzekļi apstājas tikai _____ .

Sabiedriskajā transporta līdzeklī ir pieklājīgi veciem cilvēkiem _____ .

Izmantojamie vārdi:

no aizmugures, pilnīgi apstāties, pieturvietās, piedāvāt vietu

Zēns pieturā gaida _____ .

Gājēji drīkst šķērsot ceļu _____ .

Ārpus pilsētas jāiet pa _____ .

Ceļu nedrīkst šķērsot, ja tuvojas automobilis _____ .

Izmantojamie vārdi:

autobusu, trolejbusu, tramvaju, labi pārredzamā ielā, ceļa kreiso pusi

2. Darbs grupās. Grupas apmainās ar darba lapām un novērtē paveikto.

3. Pārrunas klasē. Kā pareizi jāšķērso ceļš/ielā un jāiet pa to.

4. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapas ar ceļa un ielas shematiskiem attēliem. Skolēni uzraksta, kā sauc katru ceļa vai ielas daļu.

5. Darbs grupās. Uzvedība sabiedriskajā transporta līdzeklī. Skolēni izlasa apgalvojumus un pārrunā to saturu.

- Nedrīkst izbāzt galvu pa sabiedriskā transporta līdzekļa logu.
- Sabiedriskajā transporta līdzeklī nedrīkst bļautīties, apzīmēt krēslus, skraidīt.
- Iekāpjot tramvajā un izkāpjot no tā, jābūt īpaši uzmanīgam.
- Sabiedriskajā transporta līdzeklī pasažierus apgrūtina skolēnu mugursomas.
- Sabiedriskajā transporta līdzeklī iekāpšana paredzēta pa aizmugurējām vai vidējām durvīm.

Grupu uzstāšanās. Katra grupa izlasa apgalvojumus un pastāsta, kāpēc jāievēro drošības noteikumi un jābūt piesardzīgam. Skolotāja rosina skolēnus izteikt viedokļus par personisko atbildību attiecīgajā situācijā.

6. Skolēni uzzīmē ceļu, pa kuru viņi dodas uz ārpusskolas nodarbībām.

7. Vienu stundu ieteicams organizēt praktiskas nodarbības veidā. Ielas/ceļa šķērsošana.

KAS JĀDARA, LAI AUGTU VESELS?

Mērķis:

sekmēt skolēnu izpratni un atbildību par personīgās veselības saglabāšanu.

Veselīgs dzīvesveids

Uzdevumi:

- 1) izprast cilvēka personiskās higiēnas ievērošanas nepieciešamību;
- 2) apgūt prasmi plānot un veidot dienas režīmu;
- 3) plānot savu brīvo laiku.

Jēdzieni:

personiskā higiēna, dienas režīms, veselība.

Skolēnam jāprot:

- 1) rūpēties par savu personisko higiēnu;
- 2) veidot dienas režīmu, plānojot laiku gan fiziskajām aktivitātēm, gan pastaigām svaigā gaisā;
- 3) apmeklēt savām interesēm un fiziskajai sagatavotībai atbilstošas sporta nodarbības.

Norise

1. Trīs dienas katrs bērns pieraksta visas savas brīvā laika nodarbības ārpus stundām. Darba lapa «Kā es pavadu brīvo laiku» (trīsdaļīga tabula – diena/laiks/nodarbība).
2. Diskusija. Kāpēc jā rūpējas par savu personisko higiēnu?
3. Darbs pāros. Pāri vienojas par trim atziņām, kāpēc jāievēro personiskā higiēna. Savus secinājumus skolēni nolasa klasei.
4. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu «Es daru tā!» Skolēni parakstās pretī paradumam, ko ievēro!
 - Divreiz dienā tīru zobus.
 - Pēc tualetes apmeklējuma mazgāju rokas.
 - Pirms ēšanas vienmēr mazgāju rokas ar ziepēm.
 - Vakaros un no rītiem kārtīgi nomazgājos dušā.
 - Nekad nelietoju dzeršanai krāna ūdeni.
 - Vakaros ilgi skatos TV.
 - Vakaros laikus eju gulēt.
 - Katru dienu atrodu laiku pastaigai svaigā gaisā.
5. Skolēni veic klasē pētījumu »Brīvais laiks«. Skolēni ieraksta tabulā, kādas nodarbības apmeklē brīvajā laikā.
6. Pārrunās noskaidro, kādas ir skolēnu iecienītākās brīvā laika pavadīšanas iespējas
7. Darbs pāros. Darba lapa «Ieguvumi» (divdaļīga tabula – nodarbība/ ieguvumi). Piemēram, nodarbība sporta skolā, basketbola sekcijā. Ieguvums – kustību attīstība, sadarbības prasmju apguve, veselības nostiprināšana.
8. Diskusija klasē «Vai ārpusstundu nodarbības palīdz skolēnam labāk mācīties?». Diskusiju veidojot, izmantot darba lapas rezultātus.
9. Stundas nobeigumā skolotājs rosina skolēnus izteikties par lietderīga laika pavadīšanas iespējām un to nozīmi veselības nostiprināšanā.

Veselīgs uzturs

Uzdevumi:

- 1) mācīties izvēlēties veselīgu un drošu uzturu;
- 2) noskaidrot, kurus pārtikas produktus ieteicams lietot uzturā vairāk un kuru lietošanu ieteicams ierobežot;
- 3) noskaidrot, kas obligāti jāņem vērā, iegādājoties pārtikas produktus.

Jēdzieni:

uzturvērtība, pārtikas produkts, pārtikas produkta kvalitāte, uzturs, higiēna, lietošanas termiņš.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties, kāpēc nav ieteicams iegādāties nepazīstamas izcelsmes pārtikas produktus;
- 2) pirms lietošanas uzturā rūpīgi nomazgāt augļus un dārzeņus;
- 3) izlasīt informāciju par pārtikas produktu kvalitāti un derīgumu.

Norise

Individuāls darbs. Skolēni uzzīmē, kas vislabāk garšo. Pēc tam iepazīstina klasesbiedrus un pamato, kāpēc šie produkti ir iecienīti. Skolotājs rosina skolēnus pievērst uzmanību, vai uzzīmētie pārtikas produkti ir veselīgi.

1. Darbs pāros. Izmantojot veikala informatīvo materiālu par akcijas precēm, skolēni izvēlas veselīgus pārtikas produktus. Stāstot skolēni pamato savu izvēli.
2. Darbs grupā. Ieteicamie un mazāk ieteicamie pārtikas produkti – sagrupēt dažādus produktus, pamatojot, kāpēc.
3. Grupu uzstāšanās. Katra grupa pamato, kāpēc pārtikas produkti ir sagrupēti tieši tā.
4. Pārrunas klasē. Kāpēc mēs pērkam preces, kurām:
 - nav zināms izgatavotājs;
 - nav zināms sastāvs;
 - nav norādīts derīguma termiņš;
 - nav atbilstoša iepakojuma;
 - ir aizdomīgs izskats vai smarža.
5. Praktiskā nodarbība. Darbs grupās pa 3. Skolēni dodas uz tuvāko pašapkalpošanās veikalu, pārtikas produktu nodaļā izvēlas trīs produktus un, aplūkojot tos, noskaidro:
 - vai uz iepakojuma ir norādīts derīguma termiņš, svars, cena;
 - vai produktam ir pievilcīgs izskats;
 - vai iepakojums nav bojāts.
6. Individuāls darbs. Uzrakstīt radošo darbu «Kāpēc es centīšos izvēlēties veselībai nekaitīgus pārtikas produktus?»

Atkarība

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar brīvā laika pavadīšanas iespējām (lietderīgām un nelietderīgām);
- 2) apzināties, ka garlaicība mudina uz palaidnībām;
- 3) izprast, ka atkarība rada smagu ietekmi uz veselību.

Jēdzieni:

televīzija, dators, datorspēles, apreibinoša viela, intereses.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties, ka ilga datorspēļu spēlēšana slikti ietekmē redzi, miegu, stāju;
- 2) apzināties, ka apreibinošas vielas atstāj neatgriezeniskas sekas uz smadzeņu un visa organisma attīstību;

- 3) izvēlēties sev interesējošu lietderīga brīvā laika pavadīšanas veidu;
- 4) neeksperimentēt ar veselību apdraudošām vielām ziņkārības pēc.

Norise

Apreibinošas vielas

1. Prāta vētra. Kas ir atkarība? Skolotājs bērnu idejas fiksē uz tāfeles. Individuāls darbs. Skolotājs pirms stundas sagatavo darba lapas ar dažādiem attēliem «Izvēlies!» (dažādu priekšmetu attēli, piemēram, grāmata, konfekts, ābols, zīmuli, puķe, ampula, limonāde, šļirce, tabletes, nauda, benzīns, glāze, cigaretes).
 - Apvilkt tās lietas/vielas, kuras bērni nedrīkst aizmigt, ostīt, nogaršot!
 - Ar krāsainu zīmuli pasvītrot tās lietas, kuras bērni drīkst aizmigt un nogaršot!
2. Darbs pāros. Skolēni salīdzina darba lapā atzīmēto ar blakussēdētāju. Skolēni pārrunā iegūtos rezultātus un pamato savu izvēli.
3. Ekskursija vai tikšanās ar Narkoloģijas centra (ambulances, slimnīcas, ātrās palīdzības nodaļas) speciālistiem vai skolas medicīnas māsu.

Televīzija, datorspēles

1. Individuāls darbs. Skolēni tiek mudināti uzrakstīt skaidrojumu jēdzienam «brīvais laiks». Pēc tam viņi iepazīstina ar veikumu klasesbiedrus.
2. Darbs grupā. Katrai grupai tiek izdalīta divās daļās sadalīta darba lapa: lietderīgi pavadītais laiks un nelietderīgi pavadītais laiks. Skolēni katrā ailē min vismaz četrus piemērus.
3. Grupu uzstāšanās klasē.
4. Pārrunas klasē. Kāpēc jādodomā par brīvā laika lietderīgu pavadīšanu? Skolēni veido plakātu «Es brīvajā laikā».
5. Darbs pāros. Skolēni raksturo dažādas situācijas.
 - Skolēns līdz pusnaktij skatās TV, viņš vēro filmas ar vardarbības ainām.
 - Bērns stundām ilgi pavada laiku pie datora, nespējams atrauties no aizraujošas spēles.
6. Pārrunas klasē. Skolotājs apkopo situāciju raksturojumu.
7. Darbs grupās. Skolēni intervē skolas skolotājus.
 - Kā uzvedas skolēni, kuri iepriekšējā vakarā ilgi skatījušies TV pārraides?
 - Kāpēc skolēniem nav ieteicams skatīties filmas par noziegumiem un cietsirdību?
 - Kā datorspēļu atkarība ietekmē skolēna uzvedību?
8. Darbs grupās. Apkopot interviju rezultātus uz liela plakāta.
9. Saruna ar skolas psihologu un medicīnas māsu par atkarības rašanās iemesliem.

Saindēšanās

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar Latvijā sastopamajiem indīgajiem augiem (kodīgā gundega, maijpuķīte, latvāņi, vilkogas, velnarrutks) un sēnēm;
- 2) noskaidrot, kuru kukaiņu dzēlumi rada alergiskas reakcijas un kuru kukaiņu dzēlumi rada inficēšanās draudus ar smagām, grūti ārstējamām slimībām;
- 3) iepazīties ar pirmajām saindēšanās pazīmēm;
- 4) noskaidrot, kāda ir pirmā palīdzība saindēšanās vai dzēlumu gadījumā.

Jēdzieni:

kukainis, inde, augs, sēne, alergija, alergiska reakcija, pote, pirmā palīdzība, ārstniecības augi.

Skolēnam jāprot:

- 1) pazīt Latvijā un savā tuvākajā apkārtnē sastopamos indīgos augus un sēnes;
- 2) ievērot ģērbšanās prasības, dodoties sēņot, makšķerēt, ogot, ejot pārgājienos;
- 3) mācēt sniegt pirmo palīdzību dzēlumu un saindēšanās gadījumos un meklēt pieaugušo palīdzību.

Augi un sēnes

1. Skolotāja stāstījums, ka daba cilvēkam ir draudzīga. Taču cilvēks, nepazīstot un neatšķirot nekaitīgas sēnes un augus no indīgajiem, bieži pakļauj sevi briesmām, kas apdraud veselību vai pat dzīvību. Ja ieēd kāda indīga auga ogu vai kādu citu šī auga daļu, var pat nomirt. Ja sēni vai augu labi nepazīst un nav pārlicības, ka tas nav indīgs, to nedrīkst aiztikt.
2. Individuāls darbs. Darba lapa «Vai mani pazīsti?». Apvilkt augus, par kuriem ir pārlicība, ka tie nav indīgi!
 - Driģene, mālļēpe, maijpuķīte, gundega.
 - Baldriāns, čūskoga, biškrēsliņš, kurpīte.
 - Kliņģerīte, kumelīte, piparmētra, mellene.
3. Individuāls darbs. Salīdzini savas atbildes ar informāciju uzziņu literatūrā!
4. Darbs pāros. «Sēņu grozs». Katram pārim jāuzraksta trīs padomi sēņotājiem. Pēc tam klasē veido plakātu «Padomi sēņotājiem».
5. Individuāls darbs. Saliekamo kartīšu spēle (sēņu attēli sagriezti neregulāras formas ģeometriskās figūrās). Skolēni saliek attēlus un noskaidro, vai tā ir ēdama vai indīga sēne!
6. Skolas medicīnas māsas stāstījums par saindēšanās pazīmēm un pirmās palīdzības sniegšanu.
7. Projekts. Augu un sēņu grāmatas veidošana. Izpētīt tuvāko apkārti vai iecienītākās sēņošanas vietas un tur biežāk sastopamos augus un sēnes. Apkopot informāciju par šiem augiem vai sēnēm. Nākamajā stundā katrs skolēns stāsta par savu izveidoto grāmatu.

Ērces

1. Darbs pāros. Izvērtē situāciju! Kādi noteikumi jāievēro šajā situācijā?
 - Ģimene dodas sēņot. Meža malā izvietota brīdinājuma zīme «Ērces!».
 - Māsa atgriežas no pastaigas ar suni. Glaudot suni, meitene satausta piesūkušos ērci.
2. Pārrunas klasē par drošības noteikumiem, uzturoties dabā (mežā, pļavā).
3. Skolas medicīnas māsas informācija par kukaiņu kodumu alergiskām reakcijām un nepieciešamajām aizsargpotēm, kā arī pirmo palīdzību.
4. Individuāls darbs. Brīvais raksts «Kā man justies droši, iepazīstot dabu?».

3. tēma
KAS JĀIEVĒRO ROTAĻĀJOTIES?

Mērķis:

mācīties dzīvot saskaņā ar sevi, mācīties uzvesties dabas un cilvēku radītajā vidē atbilstoši drošības noteikumiem.

Kopā ar draugu

Uzdevumi:

- 1) mācīties izprast nepieciešamību informēt vecākus par savu atrašanās vietu;
- 2) mācīties atrast rotaļām drošas vietas.

Jēdzieni:

parks, skvērs, sporta laukums, pagalms.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties, ka drošas rotaļu vietas ir pagalmā pie mājas, parkā, skvērā u. c.;
- 2) novērtēt riska situācijas, kas var izveidoties rotaļājoties;
- 3) nerotaļāties uz ceļa vai ielas braucamās daļas.

Norise

1. Pārrunas klasē. Kāpēc nepieciešams ievērot vecāku norādījumus? Kāpēc ir svarīgi, lai vecāki zina, kur un ar ko bērni pavada laiku?
2. Individuāls darbs. Skolotājs izdala sagatavotas darba lapas, kurās skolēni atzīmē, kurus cilvēkus viņi informēs, veicot attiecīgās aktivitātes.
 - Klases biedri aicina uz sporta laukumu.
 - Gribu iet uz mežu vākt augus herbārijam.
 - Pēc stundām eju uz slīdkalniņu.
 - Nākamajā nedēļā ir manas dzimšanas dienas svinības.
 - Sētnieks uzaicina aplūkot tikko piedzimušus kaķēnus mājas pagrabā.
 - Zēni no blakus pagalma aicina pie sevis rotaļāties.
 - Spēlējām «kariņus» jaunceltnē.
 - Lidojot uz siltajām zemēm, zosis nolaidušās atpūsties parka dīķī.
3. Darbs klasē. Tēma: drošākā vieta rotaļām ar draugu. Skolotājs fiksē ieteikumus. Pēc tam tos pārrunā. Skolēni pamato savus ieteikumus.
4. Individuāls darbs. Brīvais raksts «Rotaļām un spēlēm es izvēlēšos ...».

Spēles un rotaļas

Uzdevumi:

- 1) apzināties rotaļu un spēļu nozīmi savas veselības un drošības saglabāšanā;
- 2) noskaidrot, kuras spēles ir nosacīti drošas, kuras apdraud gan veselību, gan drošību.

Jēdzieni:

rotaļas, rotaļu vieta, drošība.

Skolēnam jāprot:

- 1) izvēlēties drošu vietu rotaļām;
- 2) atteikties no piedalīšanās bīstamās rotaļās.

Norise

1. Darbs pāros. Skolēni veido tabulu, norādot vietas, kurās ir atļauts rotaļāties un kurās nav.

2. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapu «Spēles». Skolēni norāda, kādās spēlēs ir piedalījušies.

- «Laupītāji»,
- cīņas ar nūju,
- naudas derības,
- ķīlu izpirkšana (piemēram, apģērba izpirkšana),
- rotaļas ar svešu suni,
- rotaļas ar daudz vecākiem bērniem,
- rotaļas ar nepazīstamiem bērniem,
- rotaļas ar pieaugušajiem.

3. Darbs grupā. Situāciju spēle – kā pateikt «Nē!». Katra grupa saņem vienas situācijas aprakstu, sadala lomas un inscenē to, veidojot dialogus. Jāizmanto pārliecināšanas – atteikšanās tehnika.

- Darbība notiek skolas pagalma nostūrī. Divi nepazīstami zēni aicina spēlēt «Laupītājus».
- Darbība notiek pēc stundām skolas pagalmā. Ievai jānododas uz mājām, bet klases biedrs aicina aiziet uz mežu padauzīties.
- Darbība notiek skvērā. Pie bērnu grupiņas pienāk svešs vīrietis un piedāvā uzspēlēt Jogi kārtis ar ķīlu izpirkšanu.
- Darbība notiek parkā. Divām draudzenēm suņa saimnieks lūdz pieskatīt viņa suni, kamēr viņš aizies līdz tuvējam veikalam.

4. Pārrunas klasē. Vai viegli bija atturēties vai noraidīt piedalīšanos dažādās spēlēs? Kādas īpašības tam ir nepieciešamas? Kur var rotaļāties droši?

Rotaļu laukums

Uzdevumi:

- 1) mācīties būt piesardzīgam, rotaļājoties uz nestandarta ierīcēm (šūpolēm, kāpnēm, sastatnēm);
- 2) iegūt izpratni, ka dzīvībai bīstami ir augstu šūpoties, lēkt no šūpolēm vai stāviem kāpšļiem, kā arī šūpoties tam neparedzētā vietā;
- 3) iemācīties, ka aizliegts izmantot rotaļām salauztas metāla konstrukcijas un citu bojātu inventāru.

Jēdzieni:

nestandarta ierīce, rotaļas.

Skolēnam jāprot:

- 1) sargāt sevi un draugus no traumām, kas rodas rotaļājoties, neievērojot piesardzību un drošības noteikumus;
- 2) atteikties no piedalīšanās bīstamās rotaļās – neļaut sevi izaicināt un izzobot.

Norise

1. Individuāls darbs. Zīmējums «Rotaļu laukums, kurā es labprāt spēlējos».
2. Pārrunas klasē. Skolēni nosauc iecienītas ierīces rotaļu laukumā. Skolotājs fiksē uz tāfeles, zem katras ierīces nosaukuma veido skolēnu sarakstu. Sadalās grupās pēc interesēm.
3. Darbs grupās. Izstrādāt norādīto ierīču drošības noteikumus. Grupas veido kopēju plakātu «Esmu drošs».
4. Pārrunas klasē. Kādās rotaļās skolēni nekad nepiedalās?

ESI DROŠS, BET PIESARDZĪGS!

Mērķis:

sekmēt izpratni par drošības noteikumu ievērošanas nepieciešamību.

Uzdevumi:

- 1) iepazīties ar problēmsituācijām, kurās var nokļūt bērns;
- 2) izspēlēt problēmsituācijas drošā un pazīstamā vidē.

Jēdzieni:

drošība, palīdzības dienests.

Skolēnam jāprot:

- 1) atrast pareizo risinājumu problēmsituācijās;
- 2) pārliecināti uzvesties nepatīkamās situācijās;
- 3) nebaidīties saukt pēc palīdzības.

Norise

1. Darbs grupā. Situāciju spēles «Kā tu rīkosies?». Katra grupa izspēlē vienu situāciju, uzskatāmi parādot situācijas problemātiku, kas var apdraudēt skolēna drošību, un norādot uz iespējamo risinājumu, rīkojoties pašiem vai meklējot palīdzību.

- Pēc stundām tu izej viens uz ielas. Netālu atrodas veikals (aptieka, skola, pietura u. c.), kā arī tavas mājas. Tu mierīgi ej mājas, taču pēkšņi pie tevis pienāk nepazīstama sieviete, kas stādās priekšā kā mātes draudzene, kurai māte lūgusi pavadīt tevi uz mājām un paņemt kādus dokumentus.
- Tu ej uz veikalu, pēkšņi pienāk kāds vīrietis un jautā: «Kur šeit atrodas bērnu poliklīnika? Vai tu varētu iekāpt mašīnā un parādīt man ceļu? Neuztraucies, pēc tam es tevi aizvedīšu, kur tev vajag!»
- Iedomājies, tu atgriezies no sava drauga mājas, ārā jau satumsis. Ceļā, pa kuru tev jāiet, stāv jauniešu grupa.
- Tu izgāji ārā, satiki savu draugu. Runājoties jūs apsēdāties uz soliņa. Draugs no kabatas izvelk paciņu ar pulverīti un piedāvā to paostīt, sakot: «Ja to paosta, tad paliek ļoti jautri un visu laiku nāk smiekli. Pamēģināsim?»
- Pastaigājoties parkā, meitenes atrod ar spožu lentīti pārsietu kastīti. «Paskatīsimies, kas tur iekšā!» iesaucas Zane.
- Iedomājies, ka tu ar klasi brauc ekskursijā uz Siguldu. Staigājot pa Dainu kalnu, tu nejauši atpalc no grupas un pazaudē klases biedrus.

2. Katra grupa izrāda savas situācijas inscenējumu.

3. Pārrunas klasē. Kas gādā par mūsu drošību? Kā varu palīdzēt pats sev? Kāda ir katra personiskā atbildība savas veselības un drošības saglabāšanā.

4. klase

1. tēma

KURI NO TRANSPORTA LĪDZEKĻIEM IR VISĒRTĀKIE UN KURI – VISDROŠĀKIE?

Mērķis:

sekmēt izpratni par transporta līdzekļiem un pareizu uzvedību tajos.

Dzelzceļš

Uzdevumi:

- 1) mācīties būt piesardzīgam uz dzelzceļa: tikai atvēlētās vietās atļauta tā šķērsošana;
- 2) mācīties pazīt brīdinājuma zīmes;
- 3) noskaidrot, kādi uzvedības noteikumi jāievēro, braucot vilcienā.

Jēdzieni:

dzelzceļš, sliežu ceļš, perons, gājēju pāreja, dzelzceļa šķērsošana, dzelzceļa pārbrauktuve, barjera, brīdinājuma zīmes, luksofors.

Skolēnam jāprot:

- 1) būt uzmanīgam ātri braucoša transporta līdzekļa tuvumā;
- 2) atturēties no rotaļām dzelzceļa tuvumā;
- 3) atturēties no vēlmes pakļaut sevi riskam, pārdrošai rīcībai;
- 4) ievērot uzvedības noteikumus vilcienā.

Norise

1. Darbs pāros. Uzrakstīt pazīmes, kas liecina par dzelzceļa tuvumu.
 - Kuras no šīm pazīmēm liek būt piesardzīgam?
 - Kāpēc?
2. Darbs pāros. Skolotājs sagatavo darba lapu «Dzelzceļš» (attēls vai fotogrāfija: stacija, perons, sliežu ceļš). Skolēni uzraksta, kā sauc attēlā redzamos objektus!
3. Darbs grupās:
 - izstrādāt uzvedības noteikumus dzelzceļa tuvumā;
 - uzvedības noteikumi vilcienā.
4. Pārrunas klasē. Kāpēc uzturēties dzelzceļa tuvumā ir īpaši bīstami?

Velosipēds

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kāds ir labs velosipēda vadītājs;
- 2) braukšanai ar velosipēdu izvēlēties drošas un vecumam atbilstošas vietas;
- 3) mācīties izvairīties no ceļu satiksmes negadījumiem.

Jēdzieni:

velosipēds, atstarotājs, velosipēdistu celiņš, velosipēda vadītāja apliecība, velosipēdista aprīkojums, aizsargķivere.

Skolēnam jāprot:

- 1) ievērot, ka ar velosipēdu pa brauktuvi var pārvietoties personas, kas nav jaunākas par 12 gadiem un kam ir vadītāja apliecība;
- 2) ievērot, ka braukšanai ar velosipēdu paredzēta īpaša josla;

- 3) ievērot, ka velosipēdam jābūt aprīkotam ar atstarotājiem;
- 4) izvēlēties drošāko un atļauto ceļu, maršrutu, braucot ar velosipēdu;
- 5) izmantot aizsargķivere.

Norise

1. Pārrunas klasē. Kas nepieciešams, lai drīkstētu braukt ar velosipēdu pa ielām un ceļiem?
2. Individuāls darbs. Skolotājs sagatavo darba lapas. Skolēni pabeidz apgalvojumus un uzzina, kas ir aizliegts velosipēdu vadītājiem!

Darba lapas fragmenta piemērs

Braukt, neturot

Braukt, turoties pie cita

Braukt pa ceļu, ja tam blakus atrodas

Apdzīt pieturā stāvošu

Braukt bez

Braukt pa ceļu, ja nāk

Vizināties pa

Braukt pa ceļu

Braukt no stāva kalna lejā,

3. Pārrunas klasē. Kāds aprīkojums nepieciešams velosipēdistam, lai pasargātu to no traumām?
4. Praktiskā nodarbība skolas pagalmā. Satiksmes spēle. Katram skolēnam tiek noteikta attiecīga satiksmes dalībnieka loma (autobuss, ātrā palīdzība, luksofors, gājējs, skolēnu grupa, skolotājs, velosipēdisti, kravas automobilis u. c.).

Sporta inventārs

Uzdevumi:

- 1) novērtēt atbilstoša sporta aprīkojuma nepieciešamību;
- 2) noskaidrot, kas jāzina par drošību un uzvedību, vizinoties ar skrituļslidām, skrituļdēļiem;
- 3) izprast bīstamās situācijas sportojot, paredzot to sekas;
- 4) apzināties personisko atbildību savas drošības un veselības saglabāšanā.

Jēdzieni:

skrituļslidas, skrituļdēlis, skrejritenis, aprīkojums, droša vide.

Skolēnam jāprot:

- 1) ievērot uzvedības noteikumus uz ielas;
- 2) lietot atbilstošu ekipējumu, lai izvairītos no savainojumiem;
- 3) paredzēt bīstamo situāciju sekas.

Norise

1. Darbs grupā. Izstrādāt jaunu likumu – «Skrituļosim droši!» Izdomāt vienu vai divus likuma pantus, kas jāievēro skrituļotājiem. Pierakstīt likumus, ilustrēt tos.
2. Grupu uzstāšanās. Sanumurēt likuma pantus pēc to svarīguma.
3. Darbs pāros. Skolotājs sagatavo darba lapu, kurā skolēni atzīmē pareizos apgalvojumus.
 - Ar skrituļdēli, skrituļslidām drīkst braukt, turoties pie cita braucoša transporta līdzekļa.
 - Braucot ar skrituļdēli, skrituļslidām, drīkst izmantot aizsargķiveri.
 - Ar skrituļdēli, skrituļslidām drīkst braukt pa ietvi, ja netraucē gājējus.
 - Ar skrituļdēli, skrituļslidām drīkst vizināties namu pagalmos vai speciāli tam ierīkotos laukumos.
 - Skrituļotājam, lai varētu braukt pa brauktuvi, kabatā jābūt velosipēda vadītāja apliecībai.
4. Individuāls darbs. Uzzīmēt oriģinālu ceļazīmi skrituļotājam!
5. Izstāde «Skrituļotāj, ievēro savas ceļa zīmes!»

Redzamību ierobežojoši apstākļi uz ielām vai ceļiem

Uzdevumi:

- 1) iemācīties būt uzmanīgam un piesardzīgam uz ielas un ceļa jebkuros laika apstākļos;
- 2) noskaidrot, kā uzvesties uz ceļiem ārpus apdzīvotām vietām un kā sevi pasargāt.

Jēdzieni:

apģērbs, atstarotājs, piesardzība, ietve, ceļš.

Skolēnam jāprot:

- 1) patstāvīgi pieņemt lēmumu, kur ir drošāk šķērsot ielu, ceļu;
- 2) zināt, kas var apgrūtināt redzamību uz ceļiem.

Norise

1. Prāta vētra. Kādi laika apstākļi ir īpaši nelabvēlīgi satiksmes dalībniekiem? Kāpēc?
2. Individuāls darbs. Darba lapa «Ko tu darīsi, ja ...?» Savienot atbilstošos!

Darba lapas piemērs

Lietus	Vilkšu drēbes, kurām ir atstarotāji
Sniegs	Iešu pēc iespējas tālāk no brauktuves
Vējš	Vilkšu apavus ar rievainu zoli
Tumsa	Pikošos, bet ne brauktuves tuvumā
Ledus	Pievēršu acis un pagriezīšu galvu
Migla	Turēšu virs galvas lietussargu

3. Darbs pāros. Pārrunāt un atrast atbildes uz jautājumiem.
 - Kāds lietus laikā kļūst asfalts?
 - Kāpēc uz slapja un slidena asfalta autovadītājiem grūtāk ieraudzīt gājējus?
 - Kas palīdz autovadītājiem ieraudzīt gājējus?
 - Kāpēc atstarotājiem jābūt gan virsdrēbju priekšpusē, mugurpusē, uz rokām un vēl arī pie somas?
 - Kā ir jāiet pa ceļu, ja ir migla?
 - No kā ir jāuzmanās ziemā, atrodoties uz ielas vai ceļa?
 - Kas ziemā var uzkrīst uz galvas?
4. Individuāls darbs. Uzrakstīt īso stāstu «Kā tev klājas tumšajos vakaros uz ielas, ceļa?».
5. Stāstu konkurss «Piesardzīgākais gājējs».

KĀ RĪKOTIES BĪSTAMOS APSTĀKĻOS UN SITUĀCIJĀS?

Mērķis:

sekmēt izpratni par drošības noteikumu ievērošanas nepieciešamību un priekšrocībām.

Rīcība dažādu dabas parādību un stihiju gadījumā

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot kādas dabas stihijas iespējamās Latvijā;
- 2) apzināties radīto postījumu sekas;
- 3) iemācīties pareizi uzvesties negaisa, vētras un plūdu gadījumā;
- 4) uzzināt, kāda palīdzība nepieciešama, kā to izsaukt;
- 5) noskaidrot trauksmes signāla nozīmi un atbilstoši rīkoties.

Jēdzieni:

negaiss, vētra, plūdi, zemestrīce, trauksmes signāls.

Skolēnam jāprot:

- 1) izsaukt palīdzību;
- 2) neapjukt un palīdzēt sev un citiem.

Norise

1. Prāta vētra. Kādas ekstremālas dabas parādības skolēni zina? Vai kāds tās ir piedzīvojis?
2. Darbs pāros. Darba lapa. Skolēni pāros pārrunā, kādu postījumu nodara pērķona negaiss, vētra, plūdi, zemestrīce. Pēc tam pāri izstāsta klasesbiedriem savus secinājumus.
3. Pārrunas klasē. Daži pāri iepazīstina klasesbiedrus ar saviem aprakstiem. Kā saņemt visprecīzāko informāciju par notiekošo? Kur meklēt palīdzību?
4. Darbs grupā. Skolotājs sadala skolēnus grupās, kurām jā sagatavo nepieciešamo drošības noteikumu saraksts, kas jāievēro attiecīgās dabas parādības gadījumā.
5. Darbs grupā. Plakātu veidošana «Esi drošs negaisa laikā!».

Nepazīstams priekšmets

Uzdevumi:

- 1) apzināties, ka tuvoties un aizskart nepazīstamus priekšmetus var būt bīstami;
- 2) izprast, ka kodīgas vielas var radīt nopietnus un dziļus apdegumus;
- 3) izprast, ka indīgas vielas ir bīstamas dzīvībai;
- 4) noskaidrot, kā rīkoties situācijās, kad jūtama gāzes smaka.

Jēdzieni:

saindēšanas, gaisa piesārņojums, šāviņš, mīna, pirotehnika.

Skolēnam jāprot:

- 1) apzināties, ka nepazīstamus priekšmetus nedrīkst aizskart;
- 2) rīkoties gadījumos, kad ir izplūdusi gāze vai viegli uzliesmojoša un kodīga viela;
- 3) ātri reaģēt uz nelaimes draudiem: jāglābjas pašam, jāpalīdz pārējiem, jāsauc pēc palīdzības.

Norise

1. Darbs grupā. Darba lapa «Kā rīkoties?» Analizēt situācijas un izstrādāt rīcības plānu:
 - ja uz ķermeņa uzlīst kāda kodīga viela;
 - ja telpās jūtama gāzes smaka;
 - ja tiek atrasti nepazīstami priekšmeti (piemēram, šāviņi, mīnas, aizdomīgas pudeles).
2. Grupu uzstāšanās. Grupu darba rezultātus var izvietot uz liela plakāta.

3. Individuāls darbs. Sastādīt rīcības instrukciju šādā situācijā (pēc izvēles): saindēšanās ar indīgu gāzi vai bīstama/aizdomīga priekšmeta atrašana. Instrukcijā jāiekļauj informācija par atbildīgajiem palīdzības dienestiem un tiem sniedzamajām ziņām.
4. Darbs klasē. Kopīgas instrukcijas izstrāde bīstamās situācijās.

Ugunsdrošība

Uzdevumi:

- 1) noskaidrot, kādi drošības nosacījumi jāievēro, rīkojoties ar uguni mežā, pļavās;
- 2) noskaidrot, kā nodrošināt negadījuma vietas norobežošanu;
- 3) izsaukt atbildīgos dienestus.

Jēdzieni:

kūla, ugunsgrēks, meža ugunsgrēks, pirmā palīdzība, palīdzības dienesti.

Skolēnam jāprot:

- 1) raksturot kaitējumu, kas rodas, dedzinot kūlu un izraisot ugunsgrēkus;
- 2) neapjukt situācijās, kad ir izcēlies ugunsgrēks, rūpēties par vietas norobežošanu;
- 3) meklēt atbildīgo dienestu palīdzību, precīzi tiem sniedzot informāciju par nelaimes vietu;
- 4) nespēlēt ar sērkokociņiem, apzināties, ka kūlu dedzināt ir aizliegts;
- 5) apzināties, ka ugunsgrēku drīkst kurināt tikai atļautās vietās pieaugušo klātbūtnē.

Norise

Skolotājs iepazīstina ar postošo ietekmi uz dabu, dzīvnieku un cilvēku dzīvību, materiālajām vērtībām, ko rada cilvēku ļaunprātība, dedzinot kūlu un izraisot mežu ugunsgrēkus.

1. Pārrunas klasē. Kādi drošības noteikumi jāievēro, rīkojoties ar uguni mežā, pļavā? Kur meklēt palīdzību ugunsnelaimes gadījumā?
2. Darbs pāros. Katram pārim tiek izdalīts teksts. Darbs ar tekstu. Izrakstīt ugunsgrēka vietas ierobežošanas veidus un izvēlēties ugunsgrēkam atbilstošo dzēšanas taktiku.
3. Darbs grupā. Plakātu veidošana «Kā es palīdzu dzēst ugunsgrēku».
4. Videofilmas noskatīšanās par ugunsnelaimju radītiem apdegumiem.
5. Skolas medicīnas māsas stāstījums par pirmās palīdzības sniegšanu apdegumu gadījumā.

TESTS

Mērķis:

pārbaudīt skolēnu zināšanas un prasmes drošības noteikumu apgūvē.

Norise

Skolēni aizpilda skolotāja sagatavotās testa lapas.

Testa lapas piemērs

Atzīmē pareizās atbildes!

1. Kurinot ugunsroku, izraudzīšos vietu

- māju un koku tuvumā;
- drošā attālumā no mājām, kokiem, mežiem;
- ņemšu vērā vēja virzienu un stiprumu;
- ugunsroku kurināšu tikai atļautās vietās.

2. Apgaismojot pieliekamos, pagrabus, bēniņu telpas

- izmantošu kabatas lukturīti;
- izmantošu sveci;
- izmantošu sērkokciņus.

3. Rīkojot svētku ugunrošanu

- raķetes šaus bērni paši;
- plaukšķenes nevēršīšu pret dzīvām būtnēm;
- izmantošu pieaugušo palīdzību.

4. Ja došos peldēties

- pirms tam kārtīgi paēdīšu;
- iešu, vecākiem nezinot;
- nedarīšu to, būdams ļoti sakarsis.

5. Mežā ogojot vai sēņojot

- drīkst kurināt ugunsroku;
- drīkst nomest izsmēķus;
- nedrīkst izmētāt stikla lauskas.

6. Atrodot nepazīstamus priekšmetus

- sākšu to pētīt;
- paspēlēšos ar tiem;
- iegaumēšu to atrašanās vietu un paziņošu pieaugušajiem.

7. Tuvojoties dzelzceļa pārbrauktuvei

- nepievērsīšu uzmanību gaismas signāliem;
- nepievērsīšu uzmanību skaņas signāliem;
- apskatīšos, par ko brīdina luksofora gaisma.

8. Šķērsojot ceļu un ielu

- ātri skriešu pāri;
- novērtēšu transporta līdzekļa ātrumu,
- būšu uzmanīgs, redzot ātri braucošu automobili.

9. Ja man ir velosipēds

- kur gribu, tur braucu;
- braukšu pa velosipēdam paredzēto joslu;
- iepazīšos ar braukšanas noteikumiem.

10. Rūpējoties par savu veselību

- skatīšos televizoru, cik vēlos;
- spēlēšu datorspēles, cik vien gribu;
- skatīšos tikai tos TV raidījumus, kas mani izglītos.

11. Gludinot apģērbu

- karstu gludekli novietošu uz speciāli sagatavota nedegoša paliktņa;
- karstu gludekli novietošu ar sakarsēto virsmu turpat uz gludināmā dēļa;
- karstu gludekli droši atstāšu bez uzraudzības.