



KONKURĒTSPĒJĪGA IZGLĪTĪBA TALANTU IZAUGSMEI

Sociāli Emocionāla Mācīšanās



“Skolotāji ir sociāli emocionālās mācīšanās un prakses virzītājspēki skolās un klasēs, un viņu pašu sociāli emocionālā kompetence un labklājība spēcīgi ietekmē skolēnus.”

*metodiskie ieteikumi pedagogiem
Ieva Jurova
2026*



VENTSPILS VALSTS ĒĢIMNĀZIJA

KONKURĒTSPĒJĪGA IZGLĪTĪBA TALANTU IZAUGSMEI

Saprast sevi

- Emociju atpazīšanu
- Precīzu sevis uztveri
- Stipro pušu atpazīšanu
- Pārlicību par sevi
 - Pašefektivitāt

Pārvaldīt sevi

- Impulsu kontroli
- Stresa pārvaldību
- Pašdisciplīnu
- Pašmotivāciju
- Mērķu izvirzīšana

Sociāli emocionālās prasmes

Attiecību prasmes

- Komunikāciju
- Sociālu iesaistīšanos
- Attiecību veidošanu
- Komandas darbu

Atbildīga lēmumu pieņemšana

- Problēmu atpazīšanu
- Situāciju analīzi
- Problēmu risināšanu
 - Novērtēšanu
 - Refleksiju
- Ētisku atbildību

Saprast citus

- Otra perspektīvas pieņemšanu
 - Empātiju
- Dažādības pieņemšanu
 - Cieņu pret citiem



KONKURĒTSPĒJĪGA IZGLĪTĪBA TALANTU IZAUGSMEI

Kā tas izskatās mācību stundā?

1. Skolotājs ir sagatavojies stundai (visi nepieciešamie mācību materiāli)
2. Sasveicināšanās
3. Skolotājs pārlicinās, ka skolēni gatavi mācību procesam (telefoni nolikti, klades, grāmatas un citi piederumi, reaģē uz nepareizu rīcību un skaidro, kāpēc tā tāda ir)
4. Skaidri uzvedības noteikumi
5. Skolotājs komunicē skaidrus mācību stundas SR
6. Stundai ir skaidra struktūra (aktualizācija, apjēgšana, refleksija)
7. Uzdevumu noteikumi ir saprotami un skolotājs komunicē ar skolēniem, ja tiem ir jautājumi par uzdevumu noteikumiem



KONKURĒTSPĒJĪGA IZGLĪTĪBA TALANTU IZAUGSMEI

Kā tas izskatās mācību stundā?

8. Skolotājs koncentrējas uz skolēnu pozitīvajām īpašībām un novērtē skolēnu centienus

9. Skolēniem ir iespēja sadarboties pāros un grupās, lai risinātu uzdevumus

10. Skolēni jūtas brīvi paust viedokli un kļūdīties, skolotājs veido drošu un iekļaujošu vidi

11. Klases iekārtojums ir pielāgots skolēnu un mācību vajadzībām, tiek izmantoti dažādi uzskates līdzekļi, atgādnes(ja nepieciešams). Skolēniem ir iespēja mācīties patstāvīgi

12. Skolēni mācās aktīvi

13. Regulāra formatīvā vērtēšana

14. Skolotājs ievēro konfidencialitāti



KONKURĒTSPĒJĪGA IZGLĪTĪBA TALANTU IZAUGSMEI

Materiāli:

chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://registri.visc.gov.lv/vispizglitiba/saturs/dokumenti/metmat/rokasgramata_met_pan_sem.pdf

chrome-

extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/<https://dom.lndb.lv/data/obj/file/30607530.pdf>

<https://mape.gov.lv/catalog/materials/30A285C1-E470-4811-85BB-2ABF61055AB9/view>

<https://www.youtube.com/watch?v=PbNsr0rGoQQ>