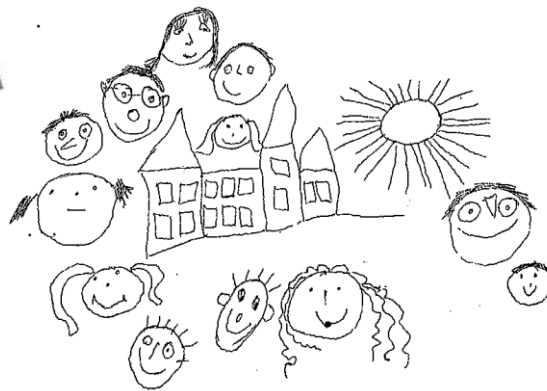


PASACIŅA



Nr.165 2019.gada DECEMBRĪ

CENA: DIVI PALDIES

KRĀSAINS IZDEVUMS REDZAMS: www.pasacina.beverina.lv

„PASACIŅAS” ZIŅAS ❄️❄️❄️

✓ No 9.-11.decembrim, trīs dienu garumā PII “Pasaciņa” piepildīja piparkūku smarža, jo visās grupiņās, kā katru gadu, bija atvērtas piparkūku cepšanas darbnīcas.



Lai labi pastrādāta darba augļus nobaudītu, visi piparkūku cepēji satikās *Piparkūku ballītē*. Tā izdevās necerēti jauka, - bērni bija uzmanīgi, atsaucīgi, ieinteresēti. Mēs visi kopā pildījām nopietnu uzdevumu – šķirojām atnestos produktus, kuri vajadzīgi, kuri nē, lai pagatavotu īstu piparkūku mīklu!

Gājām arī rotaļās, dejojām dejas un dziedājām dziesmas par piparkūkām un, protams, kārtīgi uzciņāmies ar pašu gatavotajām piparkūkām. Beigu beigās visiem bija liela luste dancot, ka negribējās ballīti beigt!☺️



✍️ *Ievas teksts, foto no PII “Pasaciņa” arhīva*

„PASACIŅAS” ZIŅAS ❄️❄️❄️



✓ 4-gadīgie Pasacēni ir jau iemācījušies nosaukt savu mājas adresi un nu katrs pasta kastītē ir saņēmis savu pirmo, īsto vēstuli. Bērni par to bija ļoti priecīgi un tagad šo prieku viņi ir gatavi sagādāt tiem, kuriem tas ļoti nepieciešams.

Mūsu grupiņa atsaucās aicinājumam un iesaistījās sociālā uzņēmuma “Engēla pasts” projektā “Vēstules un kartiņas”. Mēs nosūtījām pašu gatavotās Ziemassvētku apsveikuma kartiņas senioriem Mārsnēnu pansionātā.

Mīļi vārdi nepieciešami ikvienam un jau sesto gadu pēc kārtas ikvienam ir dota lieliska iespēja nosūtīt kādam no sociālajā aprūpes centrā dzīvojošiem cilvēkiem sirsniņu vēstuli vai skaistu kartiņu! Tas neprasa lielu ieguldījumu, bet sniedz milzum daudz prieka, pārsteiguma un uzmundrinājuma.

Sociālās aprūpes centros mīļi vārdi ir īpaši nepieciešami, tie ļauj pārvarēt smago gadu nastu, drūmo noskaņojumu un tukšumu sirdīs, kad nav mīļo cilvēku blakus.



✍️ *Gitas teksts un foto*

„PASACIŅAS” ZIŅAS ❄️❄️❄️

✓ Ar 2020.gada 2.janvāri, kad visi atgriezīsimies no svētku brīvdienām, daļa PII “Pasaciņa” pedagogu savus ikdienas dokumentus sāks aizpildīt e-klasē. Lai to veiksmīgi prastu izdarīt, 4.decembrī PII “Pasaciņa” skolotāji piedalījās mācībās, ko vadīja e-klases pārstāvis.

E-klase ir būtiska izglītības sistēmas sastāvdaļa, ko ikdienā lieto 25 000 skolotāju un 150 000 ģimeņu visā Latvijā un PII “Pasaciņa” pedagogi būs to skaitā.



 Inetas teksts un foto

Uzsnīga sniedziņš balts...



Pipars uz mēles!



Foto no PII “Pasaciņa” arhīva

„PASACIŅAS” TĒMA ❄️❄️❄️❄️

Kāpēc mūsdienu bērni neprot mācīties, gaidīt un ar grūtībām pārcieš garlaicību?

1. BĒRNI SAŅEM VISU, KO VIEN VĒLAS:

„Es esmu izsalcis!” – „Pēc brītiņa nopirkšu tev kaut ko iekost.” „Es gribu dzert.” – „Re, dzērienu automāts.” „Man ir garlaicīgi!” – „Paņem manu telefonu.”

Spēja atlikt savu vajadzību apmierināšanu ir viens no veiksmīgas nākotnes pamatfaktoriem. Mēs vēlamies padarīt savus bērnus veiksmīgus, bet diemžēl padarām viņus laimīgus tikai šajā mirklī, bet ilgākā perspektīvā – nelaimīgus. Spēja atlikt savu vajadzību apmierināšanu nozīmē spēju funkcionēt stresa stāvoklī. Mūsu bērni pamazām kļūst aizvien negatīvāki cīņai ar dažādām sīkām stresa situācijām, kas rezultātā kļūst par lielu šķērslī veiksmīgai dzīvei.

Bieži redzam bērnus, kuri nav spējīgi „nolikt malā” savas šī brīža vajadzības esot, piemēram, bērnudārza grupiņā, tirdzniecības centros, restorānos un rotaļlietu veikalos, izdzirdot „Nē”, jo vecāki ir iemācījuši bērna smadzenēm nekavējoties saņemt visu to, ko viņš vēlas.

2. IEROBEŽOTA SOCIĀLĀ MIJEDARBĪBA:

Mums ir daudz darāmā, tāpēc mēs dodam bērniem savus gadžetus, lai arī viņi būtu nodarbināti. Agrāk bērni spēlējās pagalmā, kur ekstremālos apstākļos attīstīja savas sociālās iemaņas. Gadžeti diemžēl ir nomainījuši bērniem pastaigas svaigā gaisā. Turklāt tehnoloģijas ir padarījušas vecākus daudz nepieejamākus attiecībās ar saviem bērniem. Telefons, kurš „pasēž” kopā ar bērnu mūsu vietā, neiemācīs viņam saskarsmes iemaņas. Vairākumam veiksmīgu cilvēku šīs iemaņas ir attīstītas, tā ir prioritāte!

Smadzenes ir līdžīgas muskuļiem, kuri jātrenē. Ja vēlaties, lai bērns spētu braukt ar divriteni, iemāciet to viņam. Ja vēlaties, lai bērns prastu gaidīt, iemāciet pacietību. Ja vēlaties, lai bērns prastu kontaktēties ar citiem cilvēkiem, viņam ir nepieciešama socializācija. Tas pats attiecināms uz citām iemaņām. Nav nekādas atšķirības!

3. NEBEIDZAMIE PRIEKI:

Mēs esam radījuši saviem bērniem mākslīgo pasauli, kurā nav nekādas garlaicības. Tikko kā bērns piekļūst, mēs metamies viņu atkal izklaidēt, jo citādi šķiet, ka nepildām savus vecāka pienākumus. Mēs dzīvojam divās atšķirīgās pasaulēs: viņi savā „izpriecu pasaulē”, bet mēs – „darba pasaulē”.

Kāpēc bērni mums nepalīdz virtuvē vai saimniecībā? Kāpēc viņi nesavāc savas rotaļlietas? Tas ir parasts monotons darbs, kas trenē smadzenes funkcionēt garlaicīgu pienākumu veikšanas laikā. Tas ir tas pats muskulis, kuram vajadzīga mūsu skola.

Kad bērni ierodas skolā, pienāk laiks rakstīt vēstuli, un viņi čīkst: „Es nevaru, tas ir pārāk sarežģīti, pārāk garlaicīgi”. Kāpēc? Tāpēc, ka darbaspējīgajam „muskulim” nepietiek vien ar treniņiem nebeidzamām izpriešām. Tas jātrenē arī darba laikā.

4. TEHNOLOĢIJAS:

Gadžeti kļuviši par bezmaksas auklītēm mūsu bērniem, bet par šādu palīdzību tomēr nākas maksāt. Mēs maksājam ar savu bērnu nervu sistēmu, ar viņu uzmanību un spēju atlikt savu vajadzību apmierināšanu uz vēlāku laiku. Salīdzinājumā ar virtuālo realitāti ikdienas dzīve ir garlaicīga.

Kad bērni atnāk uz bērnudārzu vai skolu, viņi sastopas ar cilvēku balsīm un adekvātu vizuālo stimulāciju, kas ir pretēji grafiskiem sprādzieniem un specefektiem, kurus viņi pieraduši redzēt ekrānos. Pēc stundām ilgas atrašanās virtuālajā realitātē bērniem ir grūti apstrādāt informāciju, jo viņi ir pieraduši pie augsta stimulācijas līmeņa, ko rada videospēles. Bērni nav spējīgi apstrādāt informāciju ar zemāku stimulācijas līmeni, un tas negatīvi ietekmē viņu spējas risināt akadēmiskus uzdevumus. Tāpat tehnoloģijas mūs emocionāli atdala no bērniem un mūsu ģimenēm. Emocionālā vecāku pieejamība ir „pamatēdiens bērna smadzenēm”. Mēs diemžēl to saviem bērniem pakāpeniski liedzam.

5. BĒRNI VALDA PĀR PASAULI:

„Manam dēlam negaršo dārzeni.” „Viņai nepatīk agri iet gulēt.” „Viņš nemīl brokastot.” „Meitai nepatīk rotaļlietas, bet viņa labi orientējas planšetē.” „Viņš negrib pats ģērbties.” „Viņai īsti nepatīk ēst pašai” - to es pastāvīgi dzirdu no vecākiem. Kopš kura laika bērni mums diktē, kā viņus audzināt? Ja atļausim viņiem darīt visu to, ko vēlas, tad vienīgais, ko viņi darīs – ēdīs makaronus un bulciņas, skatīsies televizoru, spēlēs planšeti un nekad neies gulēt.

Kā gan mēs palīdzam bērniem, ja dodam viņiem to, ko viņi vēlas, nevis to, kas viņiem ir labs? Bez pareiza uztura un pilnvērtīga miega mūsu bērni aiziet uz mācību iestādi saērcināti, satraukti un izklaidīgi. Turklāt mēs viņiem sūtām aplamu vēstījumu. Viņi mācās, ka var darīt visu, kas ienāk prātā, un nedarīt to, ko negribas. Viņos nav izpratnes par vārdiem „ir jāizdara”. Bet, lai sasniegtu savas dzīves mērķus, mums diemžēl bieži vien nākas darīt to, kas ir nepieciešams, un ne vienmēr tas ir tas, ko gribētos.

Ja bērns grib kļūt par studentu, viņam ir jāmacās. Ja viņš grib kļūt par sportistu, viņam ir regulāri jātrenējas. Mūsu bērni zina, ko vēlas, bet viņiem ir grūti rīkoties, lai sasniegtu savus mērķus. Tas noved pie nesasniegtiem mērķiem un vilšanās.

Trenējiet viņu smadzenes!

Jūs varat trenēt bērna prātu un izmainīt viņa dzīvi tā, lai viņš būtu veiksmīgs gan sociālajā, gan emocionālajā, gan akadēmiskajā sfērā.

1. NEBAIDIETIES UZSTĀDĪT RĀMJUS:

Bērniem tie ir vajadzīgi, lai izaugtu laimīgi un veseli.

- Sastādiet uztura karti, nosakiet miega režīmu un gadžetiem atvēlēto laiku.

- Domājiet par to, kas ir vajadzīgs bērniem, nevis par to, ko viņi grib vai negrib. Vēlāk viņi jums par to pateiks paldies.

- Audzināšana ir smags darbs. Jums ir jābūt radošiem, lai piespiestu viņus darīt to, kas viņiem ir labi, lai gan liela daļa ieplānotā laika būs pilnīgi pretēji tam, ko viņi vēlētos.

- Bērnam ir vajadzīgas brokastis un barojošs ēdiens. Viņiem ir jādzīvojas svaigā gaisā, laikus jāiet gulēt, lai nākamajā dienā, atnākot uz mācību iestādi, viņi būtu gatavi mācīties.

- Pārvērtiet to, ko viņi nevēlas darīt, jautrā un emocionāli stimulējošā spēlē.

2. IEROBEŽOJIET PIEEJU GADŽETIEM UN ATJAUNOJIET AR BĒRNIEM EMOCIONĀLO TUVĪBU:

- Uzdāviniet viņiem ziedus, uzsmaidiet, pakutiniet, ielieciet somā vai palieciet zem spilvena pārsteiguma zīmīti, kopā uzdejojiet, parāpojiat, uzrīkojiat spilvenu kauju.

- Sarīkojiat ģimenes vakariņas, spēlējiet galda spēles, dodieties kopīgās pastaigās, izbraucienos ar divriteņiem vai vakara „lukturīšu” gājienā.

3. IEMĀCIET BĒRNIEM GAIDĪT:

- Garlaikoties – tas ir normāli, tas ir pirmais solis pretī radošumam.

- Pamazām paildziniet laiku starp „es gribu” un „es saņemu”.

- Centieties nelietot gadžetus mašīnā un restorānos, iemāciet bērniem gaidīt, runājoties un spēlējot spēles.

4. IEMĀCIET SAVAM BĒRNAM VEIKT MONOTONU DARBU JAU KOPŠ AGRAS BĒRNĪBAS, JO TAS IR PAMATS NĀKOTNES DARBASPĒJĀM:

- Salikt drēbes skapī, sakārtot rotaļlietas, izkrāmēt iepirkumu maisu, saklāt gultu.

- Esiet radoši, padariet šos pienākumus jautrākus, lai smadzenēs tas izraisītu pozitīvas asociācijas.

5. IEMĀCIET BĒRNAM SOCIĀLĀS IEMAŅAS:

- Iemāciet dalīties, prast zaudēt un uzvarēt, uzslavēt citus, teikt „paldies” un „lūdzu”.

Balstoties uz savu terapeita pieredzi, varu teikt, ka bērni mainās tajā brīdī, kad vecāki izmaina savu pieeju audzināšanai.

Palīdziet saviem bērniem rast veiksmi viņu dzīves ceļā, mācot un trenējot viņu prātus, kamēr tas vēl nav par vēlu.

 **AVOTS:** *Kaspara Bērziņa psihoterapijas prakse*



Zimēja Sandija Melngārša /5.g./

SVEICAM SVĒTKOS! ❄️❄️❄️❄️

No sveču liesmām,
No egļu zaru smaržas
Nemiet gaismu rītdienai
Un spēku visam gadam!

*Gaišas domas Ziemassvētkos!
Radošas dienas Jaunajā gadā!*

PII "Pasaciņa" kolektīvs

DARBIŅI JANVĀRĪ 😊😊😊😊

✓ *Visu janvāri - lasām pasakas, stāstus, lugas, dzejoļus – izvēlamies, iestudējam un*
SPĒLĒJAM TEĀTRI!

✓ *Bērni uz sniega!* – Pasaules sniega dienas aktivitātes
20.01.-24.01.

✓ *Lai skan!* – I.Pauras koncerts bērniem
20.01.plkst.15.30

„PASACIŅAS” PALDIES ❄️❄️❄️

❄️ **LIELAIS PALDIES** *Sņezanai un Ingai* par brīnišķīgajām, baltajām svētku eglēm!

❄️ **PALDIES** *Ziemassvētku apsveikumu kartiņu veidotājiem!* Tās jau priecē mūsu sadarbības partnerus gada nogales svētkos!

❄️ **LIELAIS PALDIES** *Ilonai* par iespēju PII “Pasaciņa” darbiniekiem iegūt Ziemassvētku sajūtas Madonā!

❄️ **PALDIES** no 5.grupiņas:

- **Kriša ģimenei** par kuplo egli
- **Ernesta mammai** par dabas materiāliem
- **Dārtas mammai** par svētku gaišmiņām
- **Elzas mammai** par mandarīniem
- **Madaras mammai** par piparkūku dekoriem
- **Laura vecākiem** par cienastu no Somijas
- **Emīlijas mammai** par kastēm



Zīmēja Krišs Ivanovs /6.g./

SVEICAM! ❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️❄️



Zīmēja Emīlija Kajaka /6.g./

*Tā gaisma, ko izstaro svece
Tas gaišums, kas liesmiņā plīvo,
Izplēn, pazūd un gaist.
Bet gaisma, kas cilvēkā dzīvo
Un siltums, ko izstaro sirds,
Tas nezūd. Tas palīdz.
Un mirdz...*

/V.Egle/

🎂 DZIMŠANAS DIENĀ

ENIJU PUTENI	03.01.
EMĪLU OSTAPKO	04.01.
ESTERI ALSBERGU	10.01.
DIĀNU SKRASTIŅU	11.01.
EDUARDU NIEZERU	11.01.
MEGIJU SAMEDOVU	11.01.
ERNESTU OSTAPKO	15.01.
SANDIJU MELNGĀRŠU	17.01.
DAIGU ŠMITI	30.01.
LINDU BUKU	31.01.

🌸 VĀRDA DIENĀ

ILVU	04.01.
TATJANU	10.01.
REINI	12.01.
ROBERTU	14.01.
DENISU	17.01.
AGNESI	21.01.
GRĒTU	23.01.
KRIŠU	24.01.
VALENTĪNU	30.01.
VIOLETU	31.01.