



# Nr.28

CETURTDIENA

2004.gada 30.septembrī  
CENA VIENS PALDIES

“PASACIŅA” INFORMĒ

☺ Nu jau mēnesi *dārziņu* pieskandina bērnu balsis.

Skolu pārvaldes komisija ir atzinīgi novērtējusi mūsu iestādes sagatavotību jaunajam mācību gadam.

Pašlaik bērnodārzā darbojas trīs dažāda vecuma grupiņas, kuras apmeklē 65 audzēkņi. Ir radusies nepieciešamība atvērt vēl vienu grupu bērniem vecumā no 2 līdz 3 gadiem. Pie labvēlīgiem nosacījumiem tā darbu varētu uzsākt no nākošā gada janvāra.

Šovasar lielākie remontdarbi notika mazo bērnu grupā. Guļamalpā ir ieklāts jauns grīdas segums un atsvaidzināts sienu krāsojums.

Pašlaik noris spraigs darbs siltumtrases rekonstrukcijā. Ceram, ka darbi tiks pabeigti līdz aukstā laika iestāšanās brīdim.

Šonedēļ atzīmēsim Miķeļdienu. Stāstīsim un rādīsim bērniem kā top maize, iesim rotaļās un dziedāsim tautasdziesmas.

Oktobrī skatīsimies leļļu teātra izrādi, skriesim krosu pa čaukstošām lapām, pieminēsim Krišjāni Baronu viņa dzimšanas dienā. Ar oktobri darbu uzsāks arī folkloras kopa un *mazā mākslas skoliņa*.

Šis mācību gads ir “Pasaciņas” jubilejas gads, jo nākošā gada aprīlī atzīmēsim 20 gadadienu.

*Maza statistika:* patreiz 8 audzēkņiem mammas un tēti ir mūsu iestādes izbijušie audzēkņi.

Varam teikt - laiks rit, dzimst bērni, mainās paaudzes.



Sarma

“PASACIŅA” VAŠARĀ

*Skaistākais vasaras piedzīvojums...*

**Māra** – vasaru pavadīju pie jūras. Pabiju opermūzikas svētkos Siguldā un ziedu svētkos Igates pilī.

**Ineta** – visu vasaru gaidīju siltu laiku un nesagaidīju. Septembrī aizbraucu uz Kipru vasaras meklējumos. Tur atradu vasaru un pārvedu iedegumu.

**Zinta** – līja koru sadziedāšanās, koru skate, tikšanās ar vācu koristēm. Darbs, darbs, darbs mākslas nometnēs.

**Silvija** – divas nedēļas pavadīju Zviedrijā. Vasaras sākumā sadziedājām ar vācu koristēm.

**Rasma** – zāli plāvu, atpūtos savā piemājas dārziņā. Pirms Jāņiem “Vindā” kopā ar mazdēlu ielīgojām Jāņus.

**Vilīta** – atpūtos pie jūras. Vasaru nostrādāju vasaras nometnēs.

**Anīta** – kopā ar folkloras kopas bērniem piedalījos starptautiskajā bērnu folkloras festivālā “Pulkā eimu...”, 9.jūlijā pabiju Rīgas dienās, piedalījos folkloras skolotāju nometnē Austra Graša mājās “Ģendertos” Mazsalacā. Vasaras turpinājums – 10 dienas Kiprā.

**Larisa** – Strādāju bērnu mākslas un atpūtas nometnē Mūrmuižā. Rūpējos par nometnes dalībnieku izsalkuma remdināšanu.

**Valentīna** – biju ekskursijā pa Zemgali – Rundāles pilī, Bauskas Pilsdrupās, motormuzejā. Priecājos par savu meitu, jo viņa beidza ģimnāziju un iestājās LU.

**Sarmīte** – izdevu meitu pie vīra. Gāju sēņot. Daudz beku salasīju.

**Viola** – daudz lasīju. Pabiju pagasta organizētajā ekskursijā pa Zemgali.

**Agita** – vairākas reizes pabiju pie jūras un pieredzēju visādus dabas jaukumus – sauli, vēju, lietu un krusu. Siguldā, atrakciju parkā “Meža kaķis” uzņēmu adrenalīnu.

**Daiga** – trīs maiņas nostrādāju vasaras nometnē. Piedalījos Ģimeņu sporta svētkos kopā ar vēl 14 ģimenēm. Spēlēju gan volejbolu, gan mini futbolu. Piedalījos soļankas vārīšanā lielajā katlā.

**Rita** – pabiju starptautiskajā bērnu folkloras festivālā Rīgā, uzņēmu saules enerģiju jūrmalā, apmeklēju savu dzimto pusī Madonas rajonā.

**Sarma** – dabas jaukumus baudīju visu vasaru. Izgāju apmācība: kursus vācu valodā, floristikā apgūstu dažādas ziedu gudrības.

**Taņa** – baudīju atvaļinājumu - pabiju pie jūras, strādāju dārzā.



Sarma

## Par daudz vai par maz uzmanības?

Pārlietu liela uzmanība uz bērna psihi iedarbojas tikpat graujoši kā viņa atstāšana novārtā. Kā rīkoties, lai bērns izaugtu spējīgs? Par to stāsta psihoterapeite *Anita Plūme*.

### Tieksme mācīties ir iedzimta

Visi vecāki vēlas, lai viņu bērni savā dzīvē būtu iniciatīvas bagāti, radoši, droši un veiksmīgi. Pēdējo 50 gadu psiholoģiskie pētījumi apstiprina, ka tas ir atkarīgs no spējas saglabāt tieksmi mācīties. Šī tieksme apgūstama un visstraujāk attīstās tieši pirmā dzīves gada laikā. Katrā cilvēkā ir iedzimta tieksme mācīties, ko atkarībā no bērna audzināšanas var vai nu attīstīt, vai noslāpēt.

Lai to vieglāk varētu saprast, aplūkosim trīs bērnus vecumā ap diviem trijiem gadiem. Atbilstoši psiholoģijas teorijām spēja mācīties, apziņa par savu identitāti, raksturs šajā laikā pamatos jau ir izveidojies, tas nozīmē, ka forma jau ir gatava, tai atliek tikai pilnveidoties. Trīsgadīgiem bērniem ļoti patīk spēlēties ar klucīšiem. Mamma vai bērnudārza audzinātāja iemāca, kā pareizi no klucīšiem uzbūvēt tornīti. Bērni cenšas, bet tornītis tomēr sagāžas. Viens bērns sāks raudāt vai kļūs ļoti bēdīgs un negribēs vairs spēlēties. Otrs – liks klucīšus pirmo, otro, trešo reizi un, ievērojīs augstumu, kurā tie sagāžas, viņš pats dusmīgi sagraus torni, lai nebūtu jāskatās, kā tas krīt. Trešais bērns uzmanīgi skatīsies un lēnām atradīs kādu paņēmieni, kā salikt klucīšus, lai tornis nesagāžas. Visi trīs piemēri demonstrē veidu, kā cilvēks attīsta spēju mācīties. Nevienš no šiem piemēriem neliecina ne par iedzimtu raksturu, ne par temperamentu. Tās ir audzināšanas sekas. Pirmais bērns ir diezgan depresīvs, viņš nevar paciest zaudējumu, viņam nav pietiekami daudz pacietības un mērķtiecības. Otrs bērns arī nevar paciest zaudējumu, bet zina, ka var manipulēt ar rezultātu – torņa sagraušana ir aktīva darbība, ar kuras palīdzību viņš var pasargāt sevi no zaudējuma. Trešais bērns būtu tas, ko mēs gribētu kā paraugu un kādi paši gribētu būt: viņš ir mērķtiecīgs, zinātkārs un ar pietiekamu pacietību veic darbu.

### Pirmā dzīves gada audzināšanas sekas

Audzināšanas sekas veidojas pirmajā dzīves gadā. Viens no faktoriem ir bērna barošana. Ja bērnu pamet novārtā, tas graujoši ietekmē viņa psihi, bet līdzvērtīgs efekts rodas arī, pievēršot par daudz uzmanības. Ja bērnu par daudz uzmanām un nekad neliekam paciesties, mēs viņam traucējam attīstīt pacietību. Piemērs ir pirmais bērns. Otrais bērns ir uzmanīts, varbūt ne tik ļoti kā pirmais, bet mamma ir apgājusies ar viņu drusciņ dusmīgi, piemēram, barojot: "Nu ēd, vai

tiešām tu nevari apklust!" Ideāla māte ir visparastākā vidusmēra sieviete, kura, pati nezinot, pievērš tieši tik daudz uzmanības, cik ir nepieciešams, lai bērns iemācītos paciesties, pagaidīt un attīstīt sevī šīs īpašības. Piemērs ir trešais bērns.

Pēc bērna piedzimšanas ir svarīgi, ko vecāki paši dara bērna mācīšanas nolūkos. Izklusās jo īpaši – kā gan varētu mācīt zīdaini? Bērns mācās jau no piedzimšanas. Arī parastas sarunas ir mācība par cilvēku kontaktēšanos, jūtām un emocijām. Kad bērns paaugas, vecākiem nepieciešams vairāk laika un izdomas, lai apzināti veicinātu tieksmi mācīties. Pirmā dzīves gada laikā ir jāpieliek vismazāk pūļu, vismazāk jālauza galva, vismazāk jāziedojas, jo, pat mazliet piedomājot, var iegūt labu rezultātu un likt stingru pamatu turpmākajai attīstībai. Būtiski ir visu laiku interesēties, vai bērns attīstās atbilstoši sava vecuma vecumam. Ja bērns ir mazliet priekšā sava vecuma attīstības normām vai arī nedaudz atpalicis, tas nenozīmē neko sliktu. Ja kaut kas palicis iepakaļ, jādomā, vienkārši ir pietrūkuši stimuli, lai bērns attīstītos vajadzīgajā līmenī, tāpēc vecāki varētu palīdzēt. Bērna attīstības stimulācija notiek ar rotaļām un spēlēm līdz pat skolas vecumam.

### Salīdzinājumi rada psiholoģiskas traumas

Gribot negribot bērni vienmēr tiek salīdzināti. Ja savējais kaut kādā mērā šķiet sliktāks, vecāki bieži jūtas vainīgi, ka nav pietiekami labi visu darījuši. Sabiedrībā dažkārt izskan apgalvojums, ka bērna vecāki nav bijuši labi. Mēs esam tādi, kādi mēs esam – tas ir objektīvs fakts. Katram var būt kādas grūtības, kas mūs iespaido, bet mēs radām iespaidu uz bērnu. Tā nav ne vaina, ne kļūda. Salīdzinot: *Jānītis trīs gadu vecumā dara to, bet mans Pēterītis vēl nē*, māte vai tēvs jūtas briesmīgi un bojā dzīvi ar sliktām domām. Bieži vien tas ir kaut kā rezultāts, par ko nevajadzētu mēģināt uzņemties atbildību. Tas ir dīvains paradokss: mēs esam atbildīgi un nevaram būt pavisam atbildīgi. Nevajag uztraukties, ka mans bērns nedara to, ko dara cits. Svarīgs faktors ir temperaments, ko nevar pārveidot, jo tas ir iedzimts. Bieži tieši temperaments liek vienam bērnam izpausties vairāk nekā otram. Ja rūpīgi izvērtē, bērni neatšķiras savā attīstībā, atšķirīgs ir tikai izpausmes līmenis.

Šādā situācijā nevajadzētu vainot bērnu un domāt, ka viņš ir kaut kādā veidā sliktāks par to, kurš spēj aktīvāk izpausties un paveikt vairāk. Varbūt neizklusās nopietni, bet ļoti bieži to nosaka mūsu attieksme pret bērnu. Domājot: *re, manas draudzenes Jānītis četru gadu vecumā kāpj kokā, bet mans Pēterītis – nē*, rodas iekšējās bažas, ka mans bērniņš ir sliktāks, un piešķir attieksmei negatīvu nokrāsu. Nevajag censties darīt vienalga ko, lai sasniegtu Jānīša paveikto. Vajadzētu iedomāties, ka mans Pēterītis vienkārši ir savādāks


bērns, un viņš nekādā ziņā nav sliktāks. Tikko sākam domāt par bērnu kritiski, mēs ieņemam nemanāmu iekšēju pozīciju, ka bērns ir vainīgs, ka viņš nevar izdarīt tāpat kā otrs. Svarīgi ir apzināties, ka mēs neesam vainīgi un arī bērns nav vainīgs. Mēs esam savstarpēji saistīti un tikai paši ar savu pozitīvo attieksmi varam palīdzēt bērnam pārvarēt grūtības.

Tiesāšana nav laba. Protams, vecākiem gribas, lai viņu bērnam viss izdotos, tāpēc bieži pat pilnīgi neviļus vecāki bērna klātbūtnē salīdzina viņu ar citu. Piemēram, *paskaties, kā Jānītis dara, bet tu?* Vecāki domā ļoti pozitīvi, cerot tādā veidā stimulēt bērnu ar otra piemēru, bet patiesībā viņi rada bērnam psiholoģisku traumu. Piedāvājot bērnam tādu salīdzinājumu, mēs it kā netieši pasakām, ka tas otrs bērns mums liekas labāks, kaut gan īstenībā tā nav. Tomēr bērnam rodas sajūta, ka tas tā ir, ka mēs viņu pietiekami nemīlam, ka viņš mums nepatīk. Ja mums ļoti gribas, lai mūsu Pēterītis dara tāpat kā Jānītis, var teikt: *man ļoti patīk, kā Jānītis to dara, bet man daudz vairāk patīk, kā tu dari kaut ko citu. Kā tev pašam šķiet, vai tu arī gribētu darīt tāpat kā Jānītis? Es varbūt varētu tev palīdzēt.* Tā bērns saprot, ka viņu mīl, grib palīdzēt, nevis noniecina.

### Apzinātas blēņas signalizē par uzmanības trūkumu

Ļoti bieži ģimenē neapzināti izveidojas situācija, ka pievērsšam bērnam uzmanību tikai tad, kad viņš dara kaut ko sliktu. Mēs nekad nepalaižam garām, ja bērns ir apgāzis televizoru vai saplēsis jūsu mīļāko vāzi. Ap to tūdaļ sākas emociju izpausmes. Ja palūkojamies paši uz sevi, mēs ļoti reti bērnam, kurš ir aizņemts ar kādu mums tīkamu nodarbi, pasakām, ka viņš ir brīnišķīgs bērns, ka tas ko viņš dara, ir ļoti labi. Tā mēs mācām bērnu, ka tas, ko dara slikti, ir daudzkārt nozīmīgāks nekā tas, kas tiek darīts labi. Ja mājās ir tētis, mamma, omīte, un bērns nogāž televizoru, tad visi tūdaļ ir apkārt un pievērs uzmanību, bet, ja visi sēž un stundu netraucēti dzer kafiju, jo bērns mierīgi pats rotaļājas un nevienu netraucē, tajā mirklī, kad māte piepeši konstatē, ka ir izbaudījusi brīvu stundu, viņa nelec kājās un neskrien pie bērna, lai emocionāli paustu, cik viņš labs un jauki rotaļājas pats. Mēs uzskatām, ka tas ir pašsaprotami, bet bērnam tas ir ļoti svarīgi, jo tā iemāca mērķtiecīgumu, zinātkāri un prasmī būt vienatnē.

Pozitīvi novērtēts, viņš to darīs vēl. Ja visu laiku bērnu vērtējam negatīvi, mēs iemācam bērnam, ka mēs viņu mīlam caur kritiku. Pieaugušie bieži vien savstarpēji komunicē tikai caur kritiku. Tā ir kopš bērnības izveidojusies neapzinīga tieksme pielaist kļūdas pat tur, kur nevajag, jo tas ir veids, kā pievērst sev uzmanību. No vienas puses, tas nav patīkami, bet vēlme pēc uzmanības ņem virsroku.

 Sandra Puntule "Par daudz vai par maz uzmanības?"  
Pārpublicēts no žurnāla VESELĪBA 4 / 2004

...Mežā skrēju, mežā gāju, redzēju, ka  
bija tā...Stāsta 5.gr.bērni /24.09.2004/

**Kitija-** mēs mežā redzējām mušmires un vēl vienu lielu sēni. Es to nepazinu. Mēs pagāršojām ogas. Tās bija brūklenes. Lasījām lapas, dažādas sūnas, pīlādžu ogas. Es dzirdēju putnu dziesmas.

**Kristers-** mežā bija daudz sēņu. Tās bija brūnas. Mēs lasījām čiekurus un lapas. Es dzirdēju vēju. Tas pūta. Zaķi gan neredzēju.

**Staņislavs-** bija sakrituši zari un lapas. Auga sēnes. Staigājām pa sūnām.

**Jānis-** mežā bija jauki. Bija sēnes – rudmiesītes, bekas arī. Auga koki – priedes, egles, bērzi. Uz bērnodārzu atnesām čiekurus.

**Vents-** mežā sēņojām – divas baravikas, apšubekas, divas gailenītes, bērzlapes, poķiši. Vienreiz pielasījām grozu, otrreiz bišķi pietrūka grozā. Mežā ēdām brūklenes.

**Nikš K.-** mežā aug sēnes. Redzēju beku un gaileni. Lasījām čiekurus- egļu un priežu. Vēl auga ogas – brūklenes. Tās mēs apēdām. Zem kājām lūzt zari, kad ejam pa sūnām.

**Paula-** mežā redzēju mušmīri. Saplūcām lapas. Mēs staigājām pa sūnām. Tās ir mitras. Patika man lielā sēne baravika.

**Elīna-** atradām sēnes. Arī mušmīri. Sēnes tikai skatījāmies.

**Niks S.-** mežā ir labi. Tur aug sēnes, koki, ogas. Lasījām lapas un sūnas. Mežā zāgē kokus, lai to būtu mazāk. Tos ved uz māju, taisa malku un kurina krāsnis.

**Marta-** es redzēju sarkanās brūklenes. Mēs tās lasījām un ēdām. Vēl lasījām priežu čiekurus. Mēs iegājām skuju koku un lapu koku mežā. Skuju koki bija skujuaini un lapu koki – lapaini. Redzējām daudz rudmiesītes un suņu sēnes, sūnas kā jēra ādu un gludās koku sūnas.

**Vasilijs-** skatījāmies sēnes – mušmires un bekas. Mežā auga koki un krūmi.

**Atis-** mežā lasījām lapas un skatījāmies sēnes. Mežā aug koki- priedes, egles, ozoli. Lasījām čiekurus, zīles.

**Samanta-** redzēju sēnes, indīgās mušmires un vardītes. Kopā ar omi arī lasījām bekas.

**Andis-** mežā ir sēnes. Mēs lasījām lapas, ogas, čiekurus. Mežā smaržo pēc sēnēm.

**Dāvis** – es redzēju krūmus, ogas, sēnes, ozolus, nogāztus kokus. Mēs ēdām ogas un zaķkāpostus.

**Vladislavs-** lasījām ogas, sēnes un čiekurus. Tos likām maisiņā.

 Sarma

## “PASACIŅAS” DARBIŅI OKTOBRĪ

- ✓ Vecāku kopsapulce 01.10. plkst. 16.<sup>00</sup>
- sarunas ar psihologi
- mācību gada darba plāns
- dažādi jautājumi
- ✓ Leļļu teātra izrāde “Draudzības skola”  
11.10 plkst. 15.30
- ✓ Sporta izpriecās “Cauri lapu lapām” 08.10.
- ✓ K.Baronam dzimšanas diena. Vakarēšana un rotaļās iešana. 29.10.
- ✓ Seminārs folkloras skolotājām  
16.10.
- ✓ Mācības āgstskolā 09.,23.,24.,30.10.

## “PASACIŅAS” PALDIĒS

- 👍 Lielais **PALDIĒS** no 5.grupas bērniem *Annas mammai un tētīm* par garšīgo medu.
- 👍 **PALDIĒS** *Paulas un Miķeļa mammai* par lelles iegērbšanu jaunās drēbēs.
- 👍 Sakām **PALDIĒS** *Elīnas mammai un vectētiņam Ivaram* par smaržīgajiem auzu salmiem ar ko piepildījām lielos linu maisus.
- 👍 **PALDIĒS** *Anda tētīm* par griķiem uzskatei “Iepazīsti augus”.

## “PASACIŅAS” RECEPTĒ

### Grieķu salāti, kas ēsti Kiprā

Salmiņos sagriezti salāti vai kāposti, lielos gabalos šagriezti tomāti, gurķi ripiņās, sīpolu un paprikas gredzeni, pāris olīves, 1 šķēle kazas siera, pārļiešanai eļļa (vēlams olīvu) un ½ citrona sulas.

Nosauktās sastāvdaļas kārto salātu traukā nesamaisot. Virsū liek olīves un šķēli kazas siera. Eļļu un citronu sulu salātiem pievieno pēc vajadzības un salātus samaisa paši ēdāji.



## SVEIČAM ! ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀ ❀

### ❀ DZIMŠANAS DIENĀ

Labu, labu vakariņu –

Teic man baltā miglas mātē,

Manu sauli, manus vējus,

Manu sapni, mani pašu

Nemot savā šupulī

V.Ļūdēns

MEGIJU ŅELLI 01.09.

LAUMU KĀRKLINŪ 09.09.

MIĶELI JĀNI BENUŽU 12.09.

ATI KUKERU 15.09.

ANITU GOLUBOVSKU 16.09.

LĀSMU RONIMOISU 27.09.

SILVIJU SERMULI 29.09.



### ❀ VĀRDA DIENĀ

Vakar izdarīju vienu darbu lielu –

Palīdzēju vecmāmiņai pāriet ielu!

Šodien labu darbu izdarīju –

Pieklājīgs pret savu māti biju!

Rīt es arī veikšu vienu labu darbu:

Neteikšu nevienu vārdu skarbu!

Turpmāk gribu vēl ko labu darīt –

Es no labiem darbiem atpūtīšos parīt.

J.Osmanis

EVITA 12.09.

SANIJA 14.09.

SANTA 14.09.

MATĪSS 21.09.

MIĶELIS 29.09.

MIKUS 29.09.

## “PASACIŅAS” INFORMĀCIJA

- ✓ No oktobra mēneša atsāksies pulciņu darbs. Otrdienās plkst. 15.30 darbosies folkloras kopa, trešdienās 15.15 – mazā mākslas skoliņa. Sīkāka informācija pie grupu skolotājām.