

Ciblas vidusskolas Skolēnu pašpārvaldes aktīvās dalībnieces- Egita Kozlovska, Diāna Ozoliņa, Elīza Ivanova, Vlada Seimuškina, skolotāja Silvija Donska -un sociālā pedagoģe Antra Bufala š.g. 12., 13., un 14. augustā piedalījās Jaunatnes starptautisko programmu aģentūras atklātā projektu konkursa "Atbalsts jauniešu iniciatīvu projekta "Labbūtības ceļakarte skolā īstenošanai" klātienē mācībās emocionālās kompetences stiprināšanai, kuru mērķis ir atbalstīt psihoemocionālās veselības veicināšanas pasākumus skolās Covid -19 pandēmijas radīto seku mazināšanai.

Apmācības vadīja profesionāli un radoši jaunatnes speciālisti K. Castranovo un S. Andrejevs. Trīs dienu laikā noritēja produktīvs un interesants darbs ar Latgales skolu jauniešiem, tā rezultātā katra dalībškola guva idejas un praktiskas zināšanas un iemaņas,, Labbūtības ceļakartes" izveidei. Ciblas vidusskolas skolēnu komanda izstrādāja projektu "Labbūtības ceļakarte skolā īstenošanai", kas tika iesniegts konkursam un veiksmīgi apstiprināts, tā rezultātā šī projekta realizēšanai tika iegūti Euro 1000.00.

Projekta īstenošana tika uzsākta šī gada 22.novembrī epidemioloģiskās drošības drošajā jeb zaļajā režīmā.

Projekta noslēguma nodarbība notika šī gada 9.decembrī. Šo divu mēnešu laikā 5.-12.klašu jauniešiem tika sniegta iespēja apmeklēt mākslas skolas pasniedzējas Intas Strodes, mākslas terapeites, psihoterapeites Aloidas Jurčenko un IK „Pelnušķītes sapnis” īpašnieces Rutas Zviedres nodarbības. Nodarbību laikā jaunieši apguva jaunas prasmes, kā, piemēram, caur mākslu iepazīt sevi, pilnveidoja komunikācijas, sadarbības prasmes, izzināja iespējas, kā visefektīvāk atpazīt savas un apkārtējo cilvēku emocijas, apguva trauksmes un stresa vadīšanas tehnikas un tml. Pasniedzēji sniedza iespēju jauniešiem apgūt jaunus veidus, kā cīnīties ar spriedzi, negatīvajām emocijām un trauksmi - bez līdzcilvēku palīdzības. Noslēdzoties projektam jaunieši iegūtās prasmes un zināšanas spēš izmantot arī turpmāk, lai pilnveidotu sevi, iepazītu sevi, kā arī komunikācijā ar apkārtējiem cilvēkiem. Kopumā gan paši jaunieši, gan pedagogi ir apmierināti ar projekta sniegtajām iespējām un kā atzīst pedagogi, jauniešu psihoemocionālais stāvoklis pēc sniegtajām nodarbībām ir krasī uzlabojies. Šī bija unikāla iespēja jauniešiem parunāties ar pieredzes bagātu psihoterapeiti, kas ļāva jauniešiem kaut mazliet vairāk izprast savu emocionālo stāvokli.

Dažu jauniešu atsauksmes par projektā apmeklētajām nodarbībām:

„Man patika nodarbības pie mākslas skolas pasniedzējas Intas Strodes, kur mēs veidojām savu nākotnes vīziju karti, jo nodarbību laikā bija radoša atmosfēra un mēs droši varējām radoši izpaust savas idejas. Protams, patika arī nodarbības pie mākslas terapeites, psihoterapeites Aloidas Jurčenko, kur izmantojot neparastu veidu varēju noskaidrot sev piemērotāko profesiju.” 12. klases skolniece Egita Kozlovska.

„Šo nodarbību laikā es vairāk iepazīnu sevi. Veidojot „Vision board” sapratu, ko es gribu nākotnē, bet sarunā ar terapeiti, uzzināju, kā veiksmīgi galā ar stresu un trauksmi, kas mani piemeklē šajā covid-19 laikā. Šo aktivitāšu laikā es atpūtos un uz mirkli aizmirsu par gaidāmajiem eksāmeniem.” 12. klases skolniece Elīza Ivanova.

Kā atzīst 12. klases skolniece Diāna Ozoliņa nodarbības bija lielisks veids, kā atpūsties un apgūt kaut ko jaunu.

Pārrunājot nodarbības ar projektā iesaistītajiem jauniešiem visi atzina, ka pateicoties šī projekta nodarbībām un aktivitātēm tie ieguva jaunus veidus, kā iepazīt sevi, strādāt ar savām emocijām un cīnīties ar stresu un trauksmi, kā arī aktivitātes apvienoja klašu kolektīvus.



Labbūtības ceļakarte Ciblas vidusskolā.

Autors Administrator

Pirmdiena, 13 decembris 2021 00:00 - Pēdējās izmaiņas Pirmdiena, 13 decembris 2021 13:26



Labbūtības ceļakarte Ciblas vidusskolā.

Autors Administrator

Pirmdiena, 13 decembris 2021 00:00 - Pēdējās izmaiņas Pirmdiena, 13 decembris 2021 13:26



Labbūtības ceļakarte Ciblas vidusskolā.

Autors Administrator

Pirmdiena, 13 decembris 2021 00:00 - Pēdējās izmaiņas Pirmdiena, 13 decembris 2021 13:26



2020-2023. gada izglītības un zinātnes ministrijas Jaunatnes politikas valsts programmas

