

uzvediba.lv

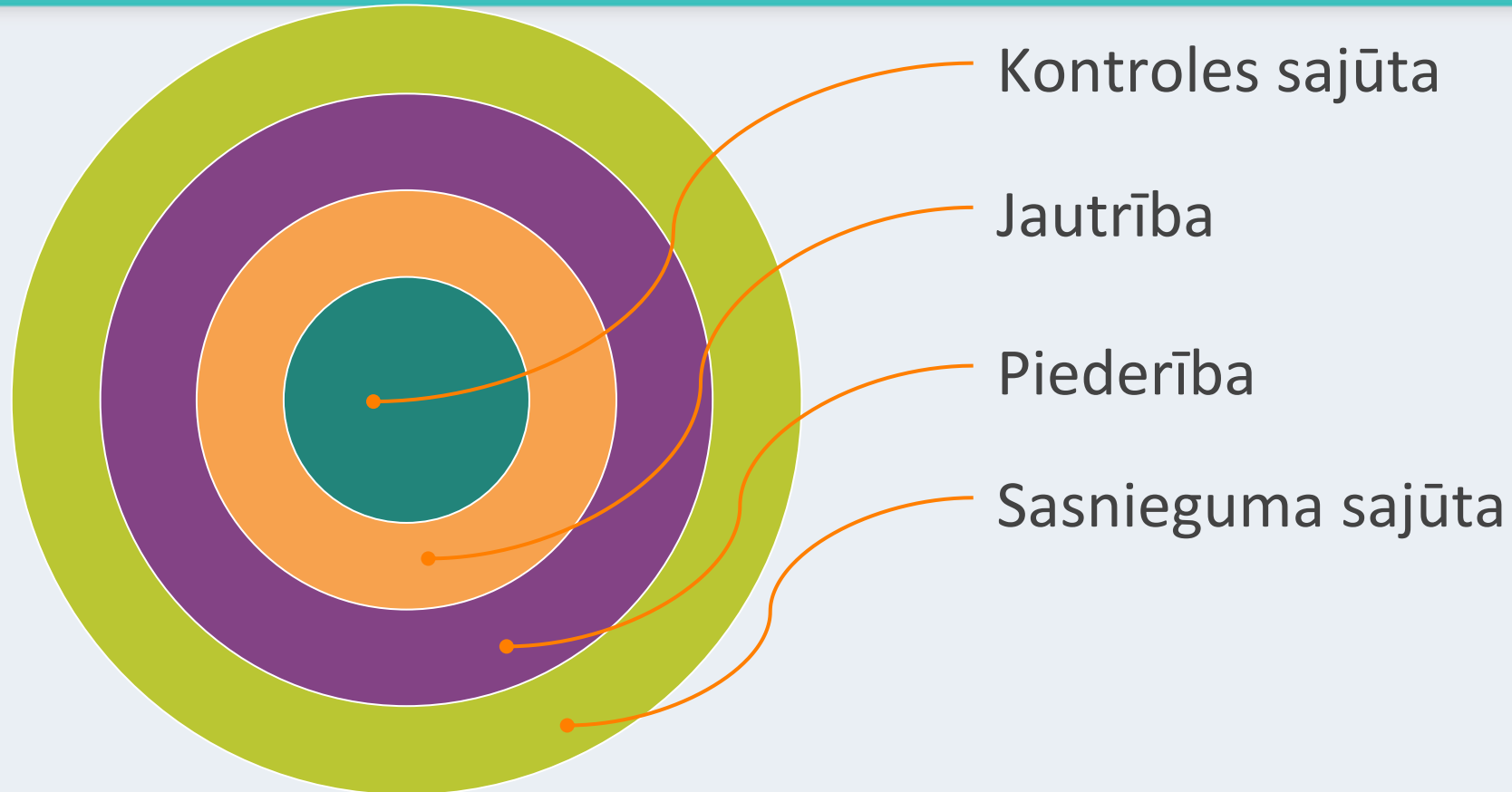
VEBINĀRS

Ideju darbnīca
pārgurušiem vecākiem.
Jautrības un prieka
formulas ģimenē.

18:00-20:00
Līga Bērziņa



Pamatvajadzības



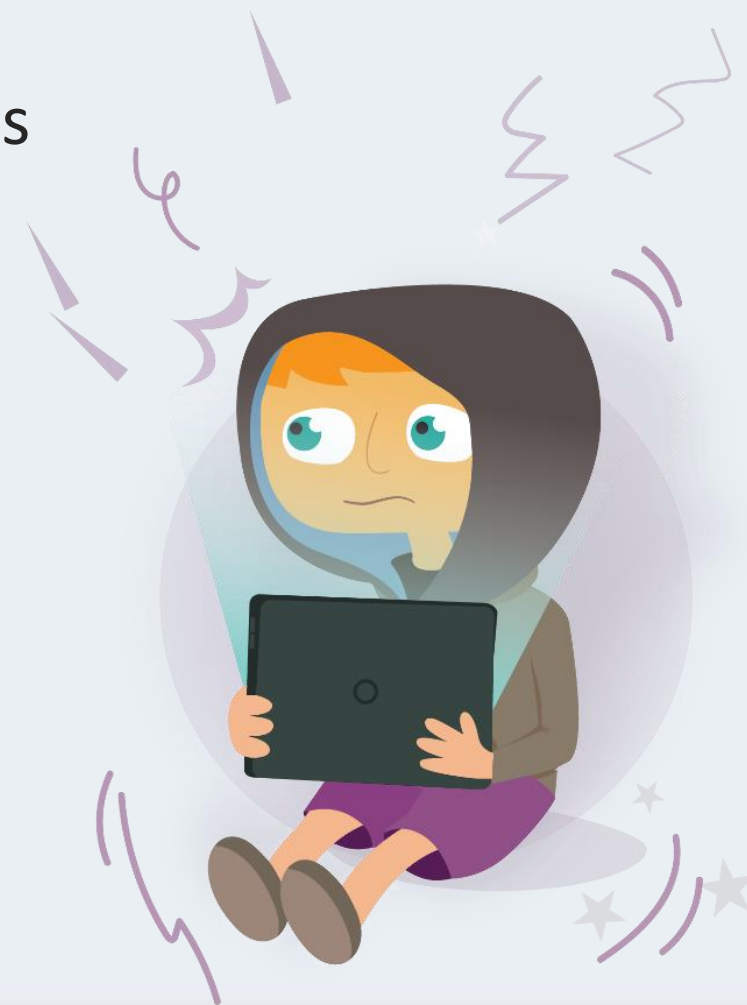
Kāpēc bērni niķojas?

- Vai bērns ir izgulējies?
- Vai bērns ir paēdis?
- Vai bērnam nav par karstu vai par aukstu?
- Vai bērns nejūtas ignorēts?
- Kāda ir vide?
- Vai jums ir skaidrs, no kā bērnam rodas trauksme?
- Kādas ir bērna prasmes tikt galā ar emocijām?
- Sensorie izaicinājumi?



Bērns iesit un smejas par
to, ka māšai vai brālim sāp

- Kontrolējiet digitālo saturu – Toms un Džerijs arī var radīt nepareizu priekšstatu par vardarbību
- Nodrošiniet vidi, kur bērni var tikt vaļā no fiziskas spriedzes
- Māciet bērniem pamanīt, kurā vietā viņiem ķermenī veidojas spriedze



Body Clues

What are some of the clues that tell you how your body feels?



Head

Clear	Burning
Unhappy	Spinning

Mouth

Smiling	Yelling
Frowning	Dry

Hands

Still	Clenched
Down	Clammy

Tummy

Comfortable	Upset
Churning	Yucky

Feet

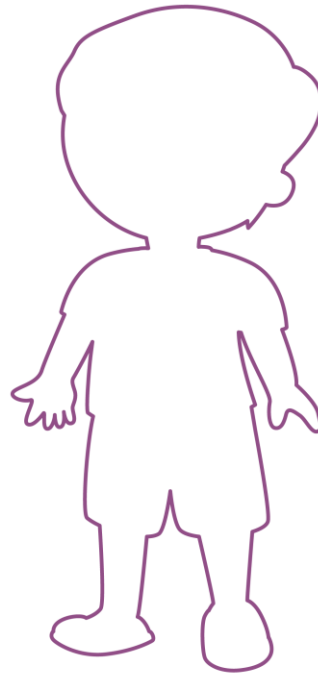
Calm	Stomping
Heavy	Bouncy

© 2017/2018 Barbara Savage, Helping Students Be Their Best
www.teacherspayteachers.com/Store/BarbaraSavage



uzvediba.lv

IZKRĀSO KUR SAJŪTI DUSMAS



APRAKSTI KĀ JŪTTIES, KAD JŪTI DUSMAS

Vairāk materiālu un lielisku ideju: www.uzvediba.lv

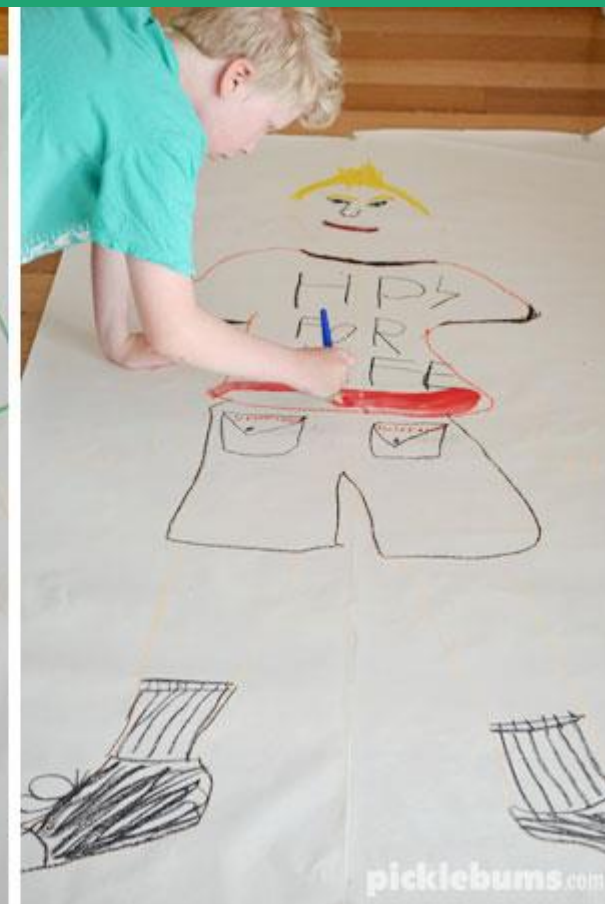


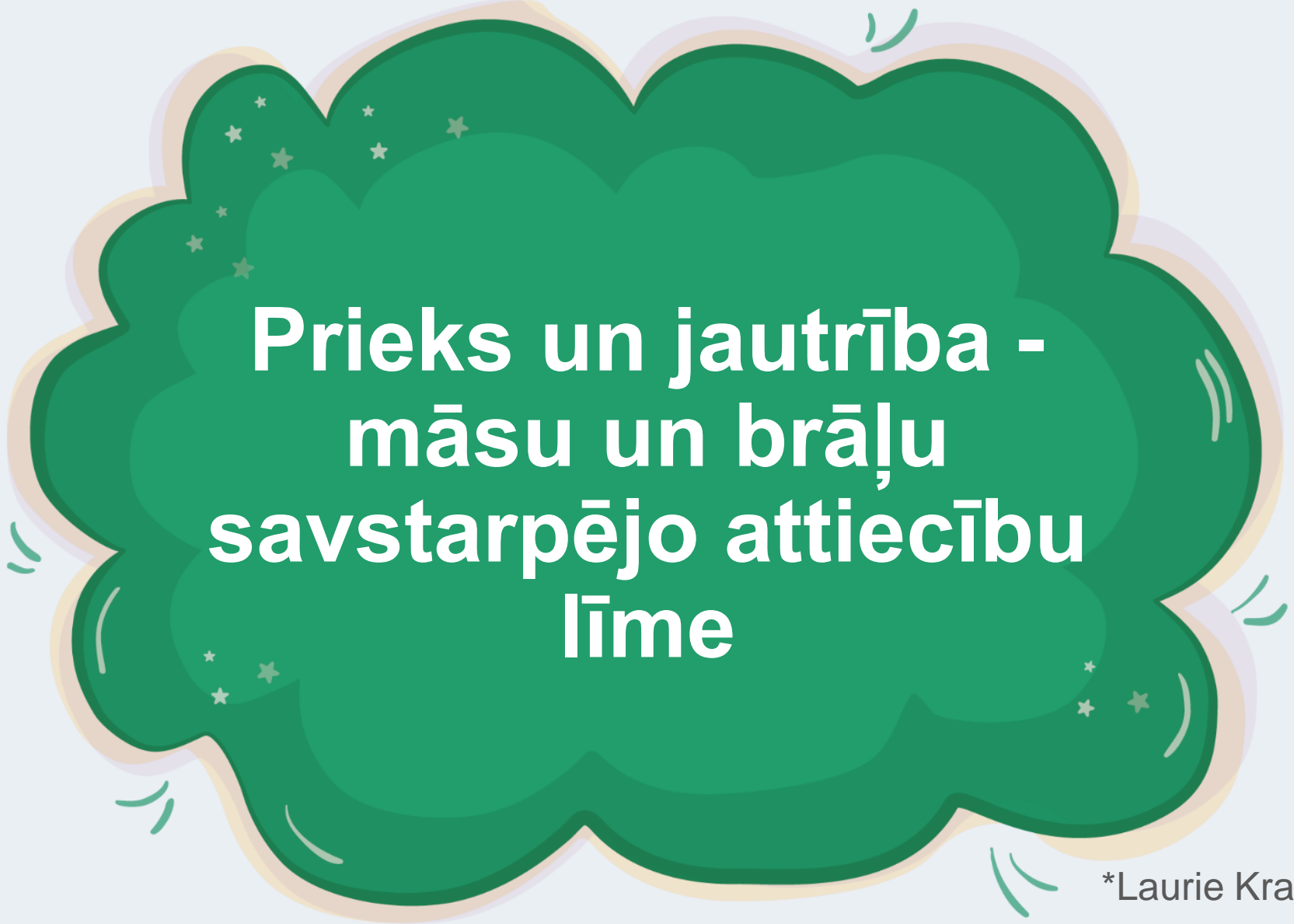
picclub.com



<https://www.teacherspayteachers.com/Product/The-Way-I-Feel-Feelings-in-Our-Body-PreK-2-No-Prep-Lesson-Activities-3000512>

<https://www.pinterest.com/pin/547820742147605198/>





**Prieks un jautrība -
māsu un brāļu
savstarpējo attiecību
līme**

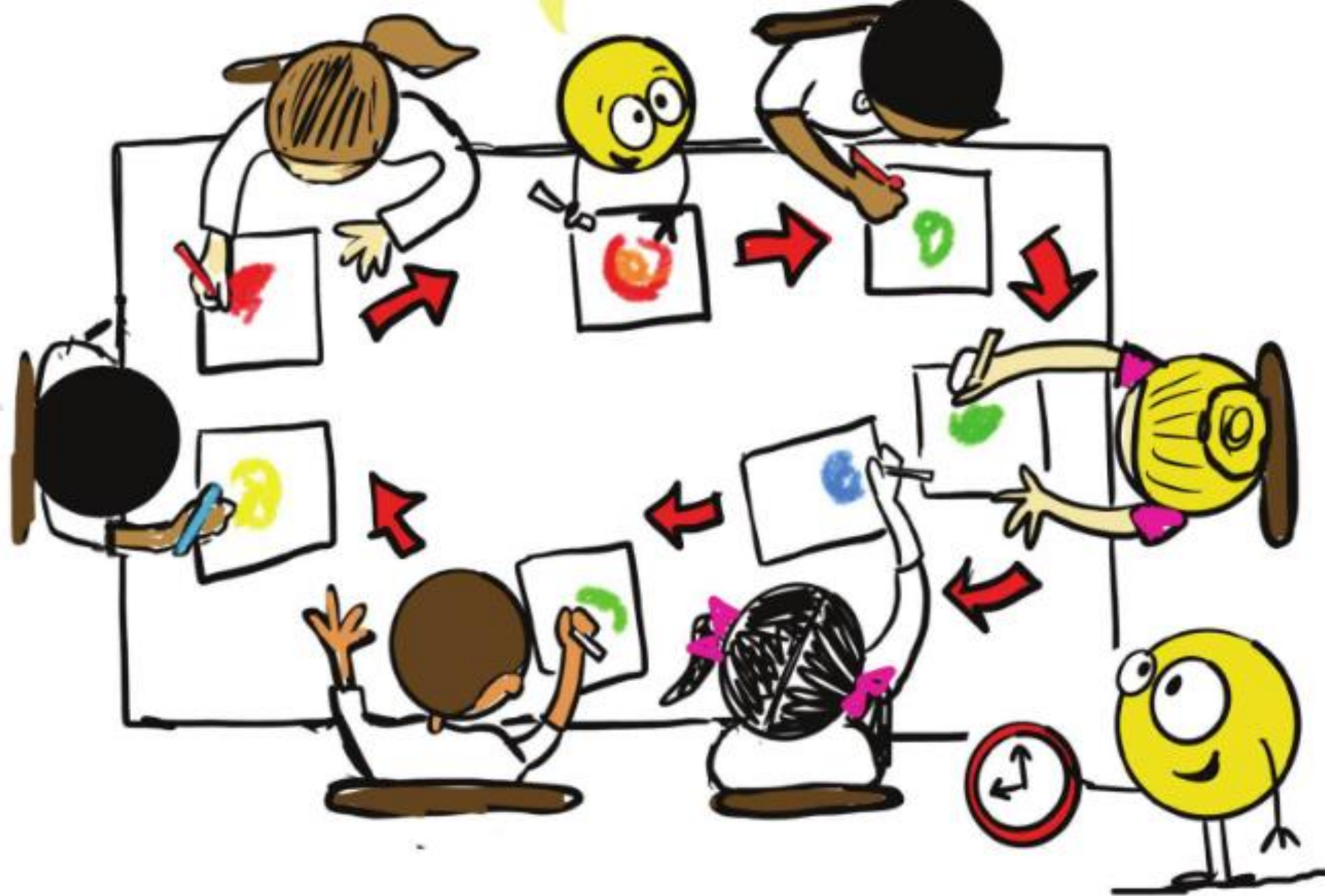
*Laurie Kramer

Aktivitātes draudzīgai izdzīvošanai

Laiks – tā ir investīcija. Jo vairāk jūs
mācīsiet bērnus pavadīt laiku kopā, jo
mazāk viņi to prasīs no jums

Bērniem ar lielu vecuma staptību

- Lieli projekti, tādi kā kopēja vigvamu būvēšana, sienu krāsošana
- Mazi, precīzi projekti, tādi kā kāršu namiņu veidošana, 1000 gabalu puzzles utt
- Fotoorientēšanās, geocathing, pārgājieni pa mežu, pludmale, Zoodārzs, minizoo utt. Ar oficiāliem piknikiem!
- Filmu vakari
- Videosveicieni vecvecākiem – miniizrādes, sveicieni, videodienasgrāmatas
- Vāriet ziepes, veidojiet vannas bumbas, leļiet sveces, audzējiet kristālus
- Sarunu spēles, komplimentu spēles, scrabble, Alias, Auksts.Slits.Deg!
- Šaušana, slēpšanās



uzvediba.lv

BĒRNS MĀJĀS, KĀ NOVĒRST GARLAICĪBU?



uzvediba.lv

BĒRNS MĀJĀS, KĀ NOVĒRST GARLAICĪBU?



- UZCEP CEPUMUS
- PIEZVANI DRAUGAM
- VANOJIES
- SAKĀRTO DRĒBJU SKAPĪ
- IZVĒDINI TELPU
- SALIEC PUZLI
- UZRAKSTI DZEJOLI
- IZKUSTINI VISU ĶĒRMEŅI
- GLEZNO AR GARU OTU
- UZTAISI TĒJU
- IZKRĀSO ZĪMĒJUMU AR VIENAS KRĀSAS RAKSTĀMPIEDERUMIEM
- IZDOMĀ JAUNU DEJU
- VEIDO AR PLASTALĪNU
- IZVEIDO KARTĪTES AR SAVĀM LABAJĀM ĪPAŠĪBĀM
- ATCERIES FORŠU NOTIKUMU
- GLEZNO AR ŪDENSKRĀSĀM
- UZADI ŽĀLI
- IZVEIDO SARAKSTU AR LABAJĀM LIETĀM, KAS ŠODIEN NOTIKA
- UZZĪMĒ DUSMAS
- UZBŪVĒ CIETOKŠNI NO SEGĀM UN SPILVENIEM
- SAKĀRTO GRĀMATAS PA KRĀSĀM
- MEKLĒ "A" BURTA FORMU DABĀ UN IKDIENAS PRIEKŠMETOS
- PAGATAVO VAKARIŅAS
- SAKĀRTO NEKĀRTĪGĀKO ATVILKTH
- IZEJ PASTAIĢĀ
- UZZĪMĒ KOMIKSU
- IESTĀDI PUPU
- KLAUSIES MĪĻĀKO MŪZIKU
- NOSNAUDIĒS
- IZVEIDO KRĀSOJAMO GRĀMATU
- IZVEIDO ROBOTU NO PĀPĪRA VAI KARTONA
- PALĪDZI VECĀKIEM
- PĀRVIETOJIES, LECOT UZ VIENAS KĀJAS
- IELPO DZIĻI 3 REIZES
- RAKSTI PLĀNU RĪTDIENAI AR KREISO ROKU
- PADZĒRIES ŪDĒNI
- NOMAŽGĀ TRAKUS
- SAMĪĻO VECĀKUS
- PĀRRAKSTI CITĀTUS NO MĪĻĀKĀS GRĀMATAS
- IZVEIDO KOLĀŽU
- IZSLAUKI GRĪDU
- UZZĪMĒ SAVU SAPŅU MĀJU
- ZĪMĒ TUROT ZĪMULI AR KĀJU PIRKSTIEM
- UZSPĒLĒ "SARUNU APLI" KOPĀ AR ĢIMENI

PRIORITĀTES

JĀSAZVANA

JĀUZRAKSTA

PIEZĪMES

ŠODIENAS DARBI UN UZDEVUMI

JA PIETIEK LAIKS...

ATRODI LAIKU

- MALTĪTEI
- PASTAIGAI
- ELPOŠANAI
- DRAUDZĪBAI
- KLUSUMAM

NĀKOTNEI

uzvediba.lv

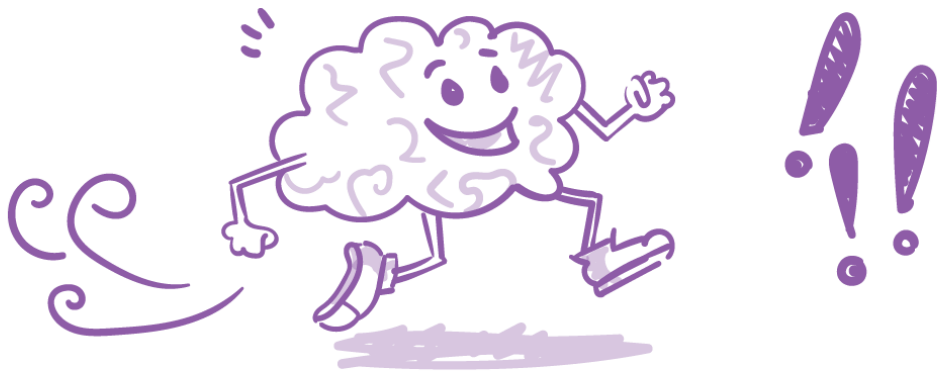
BINGO

VESELĪGĀKAI DARBA DIENAI NO MĀJĀM

SAGATAVO SEV TĒJU	UZRAKSTI TRĪS ŠIS DIENAS PRIORITĀTES	VEIC 10 PIETUPTENUS	NOMAZGĀ ROKAS	NOSŪTI UZMUNDRINĀJUMU MĪLAM CILVĒKAM
SAKĀRTO VIENU PLAUKTU	APĒD VESELĪGU NAŠKI, VESELĪGU!	ATTURIES NO VIENA KAITĪGA PARADUMA	IEEJ DUŠĀ	NOSLAUKI PUTEKLUS VIENAI VIRSMAI
PASAKI "NĒ" KĀDAM BEZJĒDZĪGAM DARBAM	PABEIDZ SEN IESAKTU DARBU	UZSPĒLĒ "PASAKI SEV, PASAKI CITIEM"	IZEJ GARĀKĀ PASTAIGĀ	UZKOD AUGLI VAI DĀRZENI
MINŪTI SĒDI PILNĪGĀ KLUSUMĀ	IZDARI KĀDU ATLIKTU DARBU	VINGRO TRĪS MINŪTES	UZRAKSTI KĀDAM PATEICĪBAS VĒSTULI	ATZEJ GULĒT SAPRĀTĪGĀ LAIKĀ
UZZVANI SEN NEDZIRDĒTAM CILVĒKAM	SAKLĀJ GULTU	UZRAKSTI VIENU POZITĪVU APĢALVOJUMU SEV	PĀĒD VESELĪGI VISMĀZ VIENU ĒDIENREIŽI	SAPĻĀNO NĀKAMO DIENU

Vairāk lielisku un noderīgu matriālu: www.uzvediba.lv

AKTĪVĀ PAUZE



AKTĪVĀ PAUZE !!

- IZVĒDINI TELPU
- UZLIEC TAIMERI
- PIECELIES KĀJĀS UN IZSTAIPIES
- UZTAISI 10 PIETUPIENUS
- PADZERIES ŪDENI
- UZSPĒLĒ BALONU TENISU
- SAGATAVO SEV TĒJU
- 10 REIZES LĒNĀM IEELPO CAUR DEGUNU, IZELPO CAUT MUTI
- NODEJO VIENU DEJU PIE SAVAS IEMĪĻOTĀS MŪZIKAS
- IZSŪC VAI IZSLAUKI ISTABU
- UZLOKI TRĪS DAŽĀDAS PAPIĀRA LIDMAŠĪNAS. KURA AIZLIDOJA TĀLĀK?
- MĒTĀ BALONU, NEIZMANTOJOT ROKAS
- SARAKSTI, KO DARĪSI PĒC MĀCĪŠANĀS
- APĻO ROKAS KĀ ZĪMĒJOT DIVAS SAULES
- SKRIEN UZ PIRKSTGALIEM
- LEC UZ VIENAS KĀJAS
- CIK ILGI TU VARI NOSTĀVĒT UZ VIENAS KĀJAS AR PACELTĀM ROKĀM?
- LEC AR LECAMAUKLU
- APĻO AR VINGROŠANAS RIŅĶI
- NOMAZGĀ TRAUKUS
- SAKĀRTO VIENU PLAUKTU
- CIK ILGI TU SPĒJ NOSTĀVĒT UZ VIENAS KĀJAS?
- NOGULIES UZ GRĪDAS UN KLAUSIES SAVĀ ELPĀ
- SAKĀRTO VIENU PLAUKTU
- SKRIEN UZ VIETAS IESPĒJAMI ĀTRI
- PĀRVIETOJIES PA MĀJU KĀ ROBOTŠ
- CIK ILGI TU VARI NOTURĒTIES PLANKINGĀ?
- PIESKARIES SAVIEM KĀJU PIRKSTGALIEM
- PIETUPIES UN PALECIES! CIK REIZES TAS IZDODEVĀS?
- VAI TU SPĒJ 5 MINŪTES NEDARĪT PILNĪGI NEKO?
- APSKAUJ SEVI 10 SEKUNDES
- VAI MĀKI UZTAISĪT ŠPAGATU?
- EJ PIECDESMIT SOĻUS ATPAKAĻGAITĀ
- UZSPĒLĒ "KĀRTOŠANAS SPĒLI"

PUSAUDŽIEM

uzvediba.lv

VEICINI SAVU PATSTĀVĪBU



PUSAUDŽIEM

uzvediba.lv

VEICINI SAVU PATSTĀVĪBU

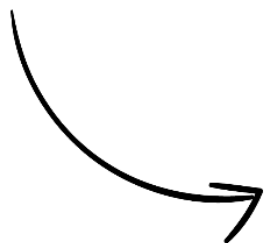


- PAGATAVO AUKSTO ZUPU
- UZRAKSTI IEPIRKUMA SARAKSTU
- PIEŠUJ POGU
- ATRODI INTERNETĀ SPĒLI VIAI ĢIMENEI
- SALIEC DRĒBES RĪTDIENAI
- NOVADI ĢIMENES RĪTA SAPULCI
- IEPLĀNO LAIKU PLAKTA SAKĀRTOŠANAI
- KRĀJ NAUDU MĪLĀKAJAM KOMIKSAM
- VEIDO KRĀJKASĪTI NO OTRREIZ IZMANTOJAMA IEPAKOJUMA
- PAGATAVO DĀRZENŪ UZKODAS
- IZVEIDO PLAKĀTU "KAD JĀZVANA UZ TĀLRUNI 112?"
- IEMĀCIES NO GALVAS VECĀKU TELEFONA NUMURUS
- PAGATAVO OMLETI
- PALĪDZI VECĀKIEM
- UZNEMIES RŪPES PAR ISTABAS AUGIEM
- IZVEIDO PLAKĀTU AR ĢIMENES NOTEIKUMIEM
- APMEKLĒ MUZEJU VAI KONCERTZĀLI DIGITĀLI
- PAGATAVO CEPUMUS NO INTERNETA RECEPTES
- IEMĀCI JAUNĀKAM BRĀLIM/MĀSAI DAMBRETI
- APRAKSTI PERFektu DIENU
- RAKSTI DIENASGRĀMATU
- IZAUDZĒ ISTABAS TOMĀTU
- APRAKSTI ĢIMENES TRADĪCIJAS
- IZVEIDO KARIKATŪRU "MANA PIRMĀ DARBA DIENA"
- SARĪKO "PRĀTA VĒTRU" PAR NĀKAMO ĒDIENREIZI
- UZZĪMĒ SAVU NĀKOŠO FRIZŪRU
- SAKĀRTO ĢIMENES ALBUMUS
- NOSŪTI FOTODARBNĪCAI BILDES
- SAGATAVO PLAKĀTU "DROŠĪBA COVID-19 LAIKĀ"
- IZVEIDO DEKORĀCIJAS SAVAI ISTABAI
- ATNES PASTU
- SALABO GRĀMATU
- UZSPĒLĒ SPĒLI "PASAKI SEV. PASAKI CITIEM"



uzvediba.lv

FORŠAS LIETAS, KO DARĪT ĀRPUS EKRĀNA?!



uzvediba.lv

FORŠAS LIETAS, KO DARĪT ĀRPUS EKRĀNA?!

- IZKUSTINI ROKAS, TAD KĀJAS, TAD VISU KOPĀ
- UZZĪMĒ DUSMAS x@!z#
- RADI MŪZIKU AR IKDIENAS PRIEKŠMETIEM
- IZMANTO LEGO 3D VIDES BŪVNICĪBAI
- IZPILDI MĀJASDARBUS
- IZVEIDO STĀSTU NO GRĀMATU NOSAUKUMIEM
- IZKRĀSO ZĪMĒJUMU AR VIENAS KRĀSAS RAKSTĀMPIEDERUMIEM
- SASTĀDI RĪTDIENAS PLĀNU
- UZTAISI SEV GARDU TĒJU
- IZVEIDO SAVU PUZLI
- APRUNĀJIES AR DRAUGU
- IZEJ PASTAIGĀTIES
- IEKLAUSIES UN SASKAITI TROKŠŅU AVOTUS
- ATPŪTIES
- ATCERIES KĀDU PATĪKAMU NOTIKUMU
- IZVEIDO SARAKSTU AR SAVĀM STIPRAJĀM PUSEM
- APĒD AUGLI
- RADI SAVU GALDA SPĒLI
- VANNOJIES
- IZBRAUC AR RITENI
- SPĒLĒ ĒNU TEĀTRI
- GLEZNO AR ŪDENSKRĀSĀM
- IZDOMĀ UZVARAS DEJU
- PAGATAVO VAKARIŅAS
- NOSNAUDIES
- SAKĀRTO DRĒBJU SKAPI
- UZSTĀDI NĀKOTNES MĒRKUS
- IZSLAUKI GRĪDU
- UZZĪMĒ KOMIKSU KURĀ TEV IR SUPERSPĒJAS
- AIZEJ UZ BIBLIOTĒKU
- UZSPĒLĒ KĀDU UZVEDIBA.LV SPĒLI



MEŽĀ

uzvediba.lv

KO DARĪT PASTAIGAS LAIKĀ?



MEŽĀ

uzvediba.lv

KO DARĪT PASTAIGAS LAIKĀ?

- IEKLAUSIES MEŽA SKANĀS - KO TU DZIRDI?
- ELPO DZIĻI
- MĒGINI ATŠĶIRT DAŽĀDAS SMARŽAS MEŽĀ
- PAŅEM ZARIŅU PLAUCĒŠANAI
- PASAKI, KAS TEV VISLABĀK PATĪK MEŽĀ
- VAI TU ATŠĶIR DEBESPUSES PĒC SŪNĀM UZ KOKA STUMBRA?
- ATRODI DAŽĀDAS KRĀSAS MEŽĀ
- IZDOMĀ 3 SPĒLES AR ČIEKURIEM
- IEKLAUSIES KLUSUMĀ
- ATRODI SKUDRUPŪZNI
- NOTURI LĪDZSVARU UZ NOKRITUŠĀ KOKA STUMBRA
- SAJŪTI MIERU VISAPKĀRT
- IZDOMĀ MEŽA DZIESMU
- KO PAŅĒMI, TO AIZNES MĀJĀS - NEATSTĀJ AIZ SEVIS ATKRITUMUS ⚠
- KĀDUS KOKUS ATPAZĪSTI?
- ATDARINI ZVĒRU BALSIS
- ATRODI BURVJU ZIZLI
- SKRIEN AR AUGSTU PACELTIEM CEĻIEM
- RADI MŪZIKU NO MEŽĀ ATRODAMAJĀM LIETĀM
- RIPINI ČIEKURU PA SLĪPU KOKU
- UZCEL VIGVAMU NO ZARIEM
- ATRODI CELMU UN IZSKAITI, CIK TAM GADU
- MET ČIEKURUS GAISĀ UN MĒGINI NOĶERT
- ATRODI 3 DAŽĀDU VEIDU SŪNAS
- UZZĪMĒ MEŽU
- SPĒLĒ SPĒLI "MĀCĪTIES. DRAUDZĒTIES. SPĒLĒTIES"



PA PARKU

uzvediba.lv

KO DARĪT PASTAIGAS LAIKĀ?



PARKĀ

uzvediba.lv

KO DARĪT PASTAIGAS LAIKĀ?

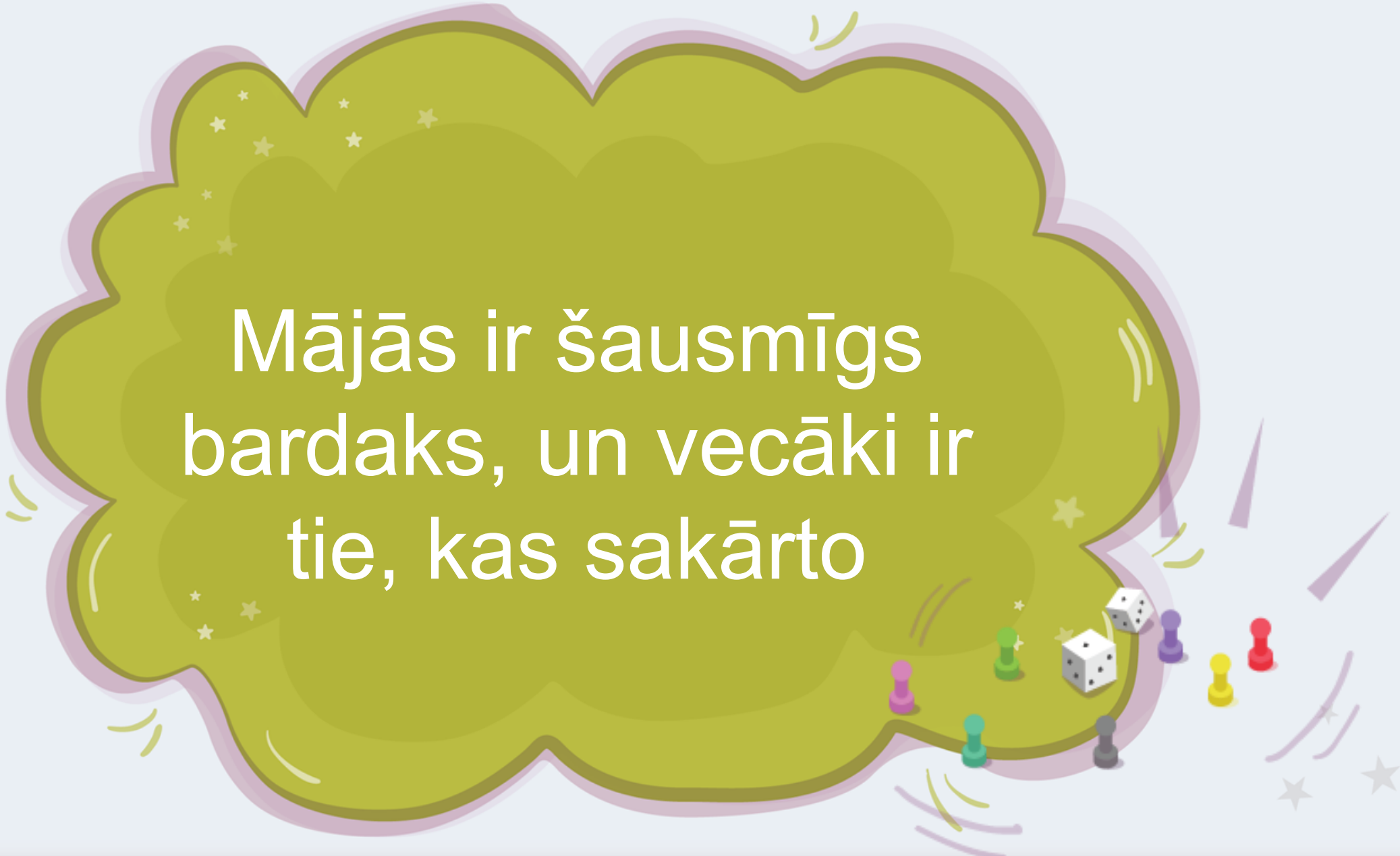
- PAŅEM LĪDZI VISU NEPIECIEŠAMO PIKNIKAM
- IZVEIDO DABAS PĒTNIKA ŽURNĀLU
- SALASI INTERESANTAS DABAS LIETIŅAS
- ATDARINI PUTNU BALSIS
- SALĪDZINI KOKUS
- LEC UZ VIENAS KĀJAS
- SALASI DAŽĀDAS FORMAS LAPAS
- SASKAITI PĪLES
- STAIGĀ PA CELIŅA LĪNIJĀM
- MEKLĒ DAŽĀDU BURTU FORMAS PARKĀ
- VĒRO MĀKONUS
- PŪT BURBUĻUS
- KĀDUS DZĪVNIEKUS REDZĒJI?
- BRAUC AR VELOSIPĒDU
- IEVĒRO 3 SOĻU ATTĀLUMU NO CITIEM PARKA APMEKLĒTĀJIEM
- KO PAŅEMI, TO AIZNES MĀJĀS - NEATSTĀJ AIZ SEVIS ATKRITUMUS
- APVELC AR KRĪTU BRĀĻA/MĀSAS ĒNU
- IZMĒRI, CIK PĒDAS GARŠ IR SOLS
- SAKI KO LABU PAR SEVI UZ KATRA SOĻA
- LEC UZ ABĀM KĀJĀM KĀ ZAĶIS
- IZVAIRIES KĀPT UZ CELIŅU LĪNIJĀM
- ATRODI LIELĀKO UN MAZĀKO KOKU PARKĀ
- UZZĪMĒ AR KRĪTU KLASĪTES
- SPĒLĒ SPĒLI "MĀCĪTIES. DRAUDZĒTIES. SPĒLĒTIES"

An illustration featuring a pregnant woman with dark hair, wearing an orange long-sleeved shirt and grey pants, sitting in a blue armchair. She has a surprised expression. To her right is a large, teal speech bubble with a white outline. Inside the bubble, the text 'Sūdzēšanās, stučīšana apmelošana' is written in white. To the right of the bubble, a young girl with brown hair, wearing a pink hoodie and green skirt, stands with a surprised expression. The background is light blue with various decorative elements like stars, swirls, and lightning bolts. The overall style is cartoonish and colorful.

Sūdzēšanās, stučīšana apmelošana

- Vai jūs uzklausāt abas puses strīdā?
- Vai jūs ļaujat strīdam attīstīties līdz galam?
- Vai pārrunājiet, par ko bija strīds un kā nepieļaut šādu situāciju atkārtanos?





Mājās ir šausmīgs
bardaks, un vecāki ir
tie, kas sakārto

- Vai bērniem ir idejas, kādi ir kārtošanas algoritmi?
- Vai mājās ir precīzi noteikumi?
- Vai mājās ir atrunātas konsekvences par vienošanās nepildīšanu?
- Vai bērns ir atbilstošā vecumā?



- Lai bērns ievērotu noteikumus, pirmkārt, vajadzīgs, lai noteikumi **BŪTU**.

MŪSU ĢIMENES NOTEĪKUMI

- NEPĀRTRAUČ, NOKLAUSIES LĪDZ GALAM*
- DALIES AR CITIEM*
- NEDARI PĀRI (NESIT, NESPER, NEKNIEB UTT.)*
- PASAKI TRĪS TEIKUMUS UN PAVAICĀ -
VAI VĒLIES UZZINĀT VAIRĀK?*
- NEKĀDĀ KAUŠANĀS MAŠĪNĀ*
- RUNĀ BALSĪ 3*

A large, purple, jagged-edged speech bubble is the central focus. On the left, a boy with brown hair, wearing a green long-sleeved shirt and blue pants, stands with a confident smile, pointing his right index finger towards the bubble. On the right, another boy with brown hair, wearing an orange t-shirt and purple shorts, is shown in a dynamic, slightly aggressive pose, leaning forward with his right hand extended towards the bubble. The background is light blue with various decorative elements: purple lightning bolts, orange stars, and swirling lines. The text 'Bērni ir greizsirdīgi viens uz otru' is written in white, sans-serif font inside the purple bubble.

Bērni ir greizsirdīgi viens
uz otru

Bērnu greizsirdība

- Pārtrauciet «Kurš pirmais»
- Nesalīdziniet! Neļaujiet to darīt citiem
- Ļaujiet strīdēties – tas dod ticību, ka strīdi ir atrisināmi
- Modelējiet uzvedību, kuru vēlaties redzēt savos bērnos
- Strīdēšanās var kļūt par ieradumu. Sadarbība - arī





Visi strīdi beidzas ar
kaušanos

- Kā strīdus risiniet jūs?
- Ko jūs darāt, kad bērni sāk strīdēties?
- Kādas ir bērnu nomierināšanās prasmes?
- Kādas ir bērnu prasmes sarunāties?
- Māciet lūgt palīdzību!
- Māciet bērniem nosaukt savas emocijas vārdos
- Parādiet, kā paust dusmas akceptējamā veidā



- Kā bērni tiek galā ar savu frustrāciju?
- Kādas ir bērnu sarunāšanās un problēmu risināšanas prasmes?
- Cik daudz jūs izmantojiet «Piekāpies mīļā miera labad», «Piekāpies, jo viņš ir jaunāks»?
- Māciet bērnam zaudēt!
- Spēlējiet spēles, kur nav sacensību elementa



Balss skaļuma aktivitātes

- Auditējiet uzvedības funkcijas
- Māciet bērniem, cik tas ir – klusi
- Cik ir ātri, lēni
- Spēlējiet spiegu spēles utt.



Laika plānošana

- Kalendārs istabā ar dzimšanas dienām, svinībām, mājas darbiem, projektiem, ārsta apmeklējumiem;
- Pusaudžiem blociņi pašrefleksijai, laika plānošanai/organizēšanai;
- Izmaiņu tāfele/plakāts, kur pierakstīt kāda veida izmaiņas (skolas, pasākuma atcelšanas utt.)
- Kopīgais ģimenes kalendārs
- Kopīgie plānošanas rituāli



TRENĒJIET IDENTITĀTES SAJŪTU

Pasaki sev. Pasaki citiem spēli.
Sarunu apli

Trenējiet afirmācijas, vizualizējiet tās

- Es esmu
- Man izdevās
- Manas stiprās puses
- Kas man bija šodien labs?
- Kas labs ir mūsu mājās?
- Kas labs ir rudenī?

Sarunu spēles

- Sapņošanas spēles – zīmējiet savas sapņu mājas, sapņu istabas
- Vārdu minēšanas spēles
- Burtu spēles
- «Līmēšanas spēles» – kas mums ir kopīgs, kas mūs satur kopā?

Mācieties teikt komplimentus

DRAUDZĪBAI UN SADARBĪBAI



uzvediba.lv



Vai bērnam ir vide,
kur viņš var redzēt un
var baudīt labu
sadarbību?



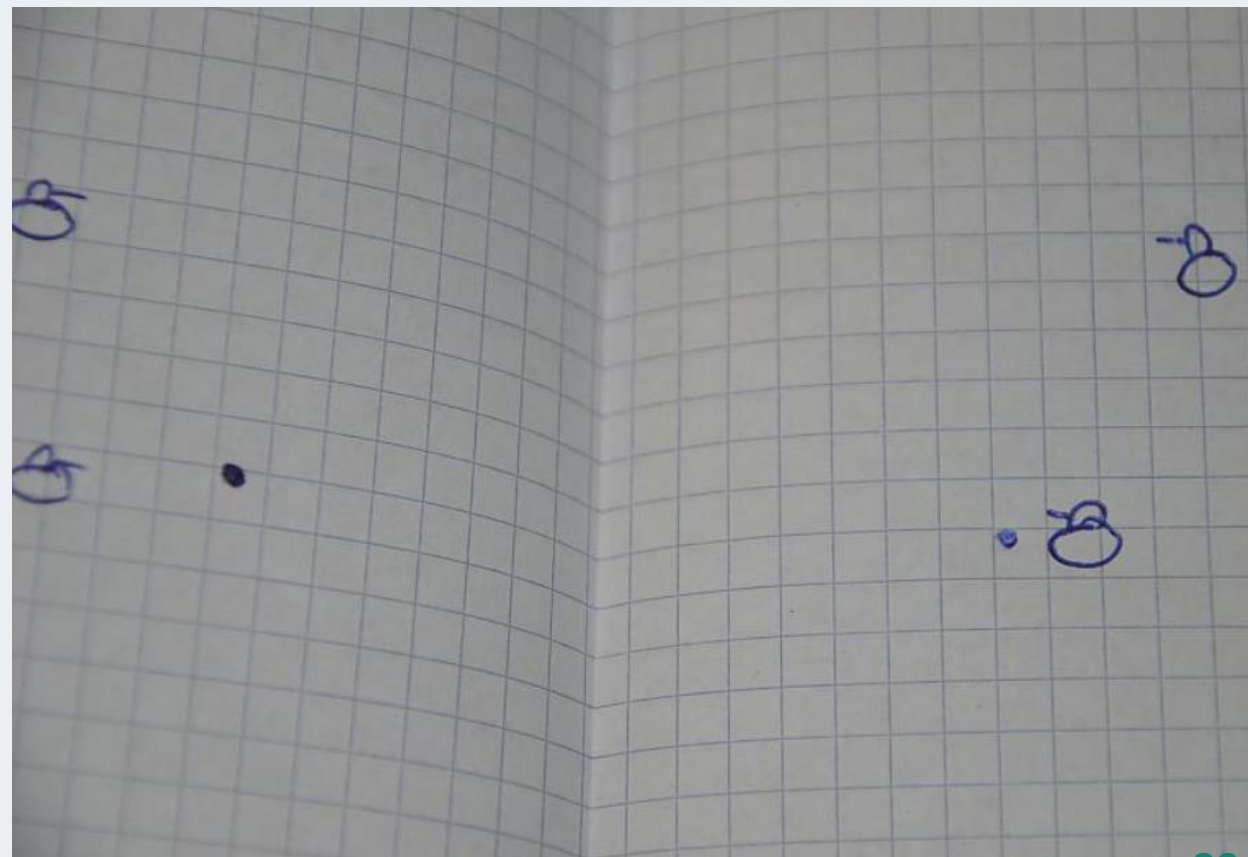
Maziniet perfekcionismu

- Nesalīdzini sevi ar citiem, nesalīdzini bērnu ar citiem
- Runā par savām kļūdām, neizdošanos
- Stāsti stāstus no savas bērnības, jaunības mācību un pieredzes, kļūdu un mēģinājumu posma
- Māci nomierināšanās un domāšanas stratēģijas



Būvējiet lielus projektus, kur nepieciešams lūgt citu palīdzību

- Spēlējiet zīmēšanas spēles kopā <https://spoki.lv/spele/Speles-uz-papira-jeb-ko-tavisenci/795330/1/2>
- Gigi bloks
- Zīmēšana uz tapešu ruļļiem
- Sienu apkrāsošana



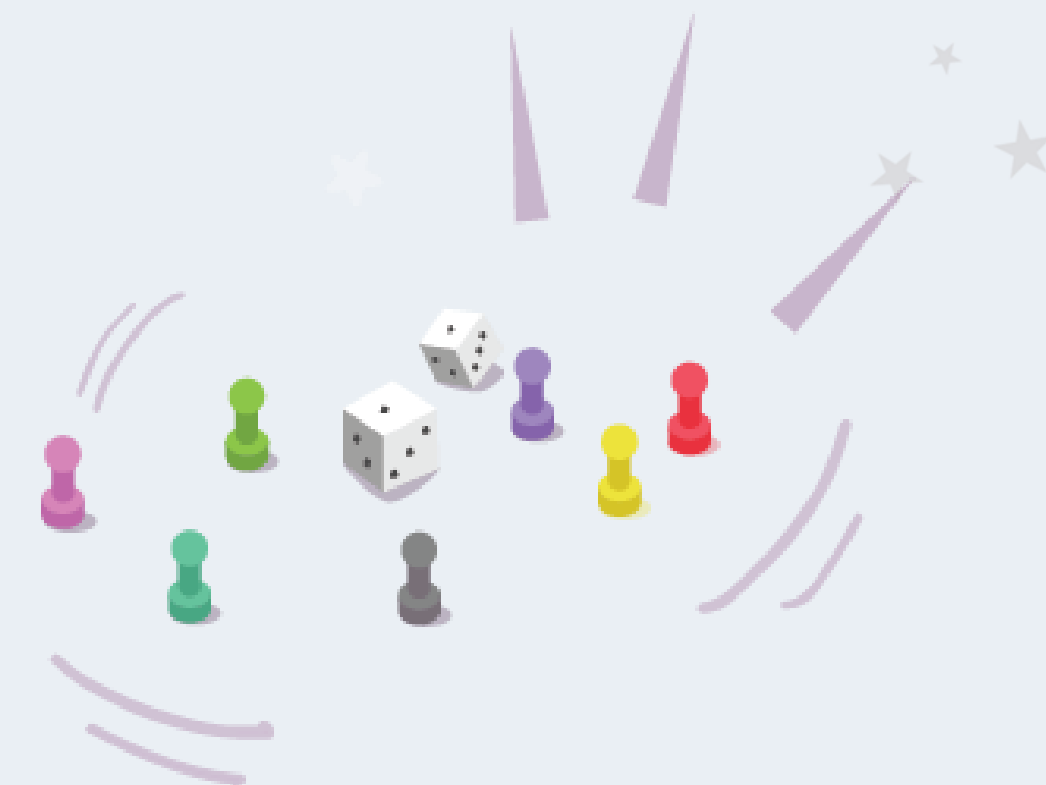


Saraksti lietas, ko tu
gribētu darīt kopā un
palūdz bērnam
izveidot šādu pašu
sarakstu



Spēlējiet kopā spēles

- Kāršu spēles, Uno, Duraku, Sabotierus utt.
- Stratēģiskās spēles - Katanu, Vilcienus, Pandemic utt.
- Videospēles!!!



Modelējiet, kā parādīt sadarbību

- Nospraust robežas
- Vienoties par darāmajiem darbiem
- Lūgt
- Piekāpties
- Atvainoties un pieņemt atvainošanos
- Vienoties par kopīgu mērķi
- Darīt kopā sarežģītas un vienkāršas lietas - kārtot mājās, vārīt zupu, tīrīt, aptīrīt, piparūkas, velt sniegavīru utt.



Paldies!



Literatūras avoti

- Greene, Ross W.. Raising Human Beings: Creating a Collaborative Partnership with Your Child . Scribner.
- Walls, Scott. Oppositional, defiant & Disruptive Children and Adolescents: Non-Medication Approaches for the Most Challenging ODD Behaviors .
- Marilyn, Friend. Interactions (What's New in Special Education) Pearson Education. Kindle Edition. 2016
- Miller, Rory. ConCom: Conflict Communication A New Paradigm in Conscious Communication . Unknown. Kindle Edition.
- Alber, Diane A Little SPOT of Teamwork: A Story About Collaboration And Leadership, Amazon.com, 2020

Interneta resursi

- <http://www.lailasprakse.lv/trauksme/sociala-trauksme-sociala-fobija>
- <https://spoki.lv/spele/Speles-uz-papira-jeb-ko-tavi-senci/795330/1/3>