

LEPOJOS BŪT ES

MĀCIES. IESAISTIES. IEKĻAUJ.

Mācību mērķis: Apzināties cilvēku individuālās atšķirības.



STARPTAUTISKĀ PARALIMPISKĀ KOMITEJA

1A AKTIVITĀTE

Ar ko es lepojos?

MATERIĀLI:



Tāfele/baltā tāfele vai lieli kartona gabali, krīts, tāfeles flomāsteri un/vai zīmuļi un pildspalvas.



INSTRUKCIJAS:

Informācija jāsaista ar skolēnu sportisko dzīvi un hobijiem.

- Pirms nodarbības palūdziet skolēniem atnest uz skolu kaut ko tādu, ar ko viņi lepojas. Tam jābūt saistītam ar viņu sporta dzīvi vai hobijiem. Tas var būt rakstu darbs, priekšmets, instruments, ko viņi spēlē, fotogrāfija, kurā redzams, kā viņi sporto vai dara kādu darbību, vai arī medaļa/apbalvojums, ko viņi ir ieguvuši.
- Klasē vai nelielās grupās skolēni pēc kārtas parāda vai pastāsta par ko viņi lepojas, un paskaidro, kāpēc viņi ar to lepojas. Pievērsiet uzmanību dažādiem talantiem un īpašībām klasē un palīdziet skolēniem saprast, ka, tāpat kā parasportistiem, viņiem ir vajadzējis piepūlēties, lai radītu vai darītu lietas, ar kurām viņi lepojas. Pierakstiet redzamā vietā dažus vārdus un teikumus, ko skolēni izmanto, lai aprakstītu, ar ko viņi lepojas.



© Julian Finney / Getty Images

Vāka attēls: © Rafal Burza

1B AKTIVITĀTE

Lepojos būt es.

MATERIĀLI:



Skolēnu darba lapa "**Lepojos būt es**", pildspalvas/zīmuļi un krītiņi, fotoaparāts (ja nepieciešams).

- Aiciniet skolēnus uzzīmēt sevi vai uzlīmēt fotoattēlu darba lapas centrā. Aiciniet viņus uzrakstīt vārdus vai īsus teikumus, kas citiem paskaidro, ar ko viņi lepojas. Vairāku nedēļu laikā atgriezieties pie darba lapas divas vai trīs reizes, lai dotu iespēju skolēniem pievienot papildu informāciju vai fotogrāfijas.

INSTRUKCIJAS:

- Ikvienam skolēnam klasē ir kaut kas tāds, ar ko viņš lepojas. Palīdziet skolēniem saprast, ka ikvienam ir atšķirīgi talanti. Klasē būs skolēni, kuriem padodas vai patīk māksla, spēlēt mūzikas instrumentu, rakstīt, veidot stāstus, gatavot ēst, sportot vai palīdzēt citiem. Paskaidrojiet, cik svarīgi sabiedrībai ir cilvēki ar dažādām prasmēm un talantiem.
- Ja iespējams, parādiet skolēniem *I'mPOSSIBLE* video "**Lepojos būt es**", kurā stāstīts par pieaugušajiem un bērniem ar invaliditāti, kuri lepojas ar saviem sasniegumiem sportā. Aiciniet skolēnus izlasīt stāstus par parasportistiem, kas atrodami skolēnu darba lapā "**Lepojos būt es**". To var darīt individuāli, pāros, nelielās grupās vai klasē.
- Palīdziet viņiem saprast, ka viņiem, tāpat kā parasportistiem, jābūt lepniem par to, ko viņi dara un sasniedz – gan sportā, gan citās dzīves jomās. Atgādiniet viņiem, ka, lai viņi būtu labākie un darītu lietas labi, viņiem, tāpat kā parasportistiem, jābūt apņēmīgiem, smagi jāstrādā, visu laiku jācenšas no visas sirds, un jāturpina censties, īpaši tad, kad kļūst grūti.

DISKUSIJAS JAUTĀJUMI

- Vai jūs varat nosaukt kādu parasportistu? Kādā sporta veidā viņi piedalās un kas ir viņu lielākie sasniegumi?
- Ar kādu sporta veidu jūs nodarbojaties? Cik regulāri trenējaties, lai varētu parādīt savu labāko sniegumu?
- Kas liek jums lepoties ar saviem sasniegumiem skolā un sportā?

SĪKĀKA INFORMĀCIJA:



Parādiet video "**Lepojos būt es**", kas pieejams *IPC* atskaņošanas sarakstā *I'mPOSSIBLE* vietnē *YouTube*:

<http://bit.ly/ImPOSSIBLEvideos>

2A AKTIVITĀTE

Iepazīšanās ar individuālajiem talantiem un īpašībām.

MATERIĀLI:



Zīmulis un papīrs, darba lapa
"Līdzības un atšķirības".



INSTRUKCIJAS:

- Sadaliet skolēnus grupās pa trim. Katram skolēnam jānorāda vismaz četras lietas, kas viņam padodas. Vismaz vienai no tām būtu jāatsaucas uz skolēna sportisko dzīvi. Skolēniem jāapspriež līdzības un atšķirības tajā, kas viņiem padodas. Palīdziet viņiem saprast, ka viņu dažādie talanti un īpašības ir svarīgi sabiedrībai un ka viņi visi var tās izmantot, lai sniegtu ieguldījumu sabiedrībā.
- Palūdziet skolēniem grupās aplūkot attēlus un izlasīt stāstus par cilvēku ar invaliditāti sasniegumiem, kas atrodami skolēnu darba lapā "Līdzības un atšķirības". Aiciniet viņus pierakstīt, kādas līdzības un atšķirības ir starp stāstos minētajām personām. Iekļaujiet atsauces uz paralimpiskajām vērtībām, ko šie cilvēki parāda. Darba lapā ir iekļauts stāsts par Stīvenu Hokingu. Paskaidrojiet skolēniem, ka viņš nav sportists, bet viņš, tāpat kā sportisti, ir guvis lielus panākumus savā karjerā. Ne visi vēlas kļūt par veiksmīgiem sportistiem, taču ikviens var censties sasniegt izcilus panākumus, izmantojot savus īpašos talantus un īpašības.
- Palīdziet skolēniem saprast, ka viņi, tāpat kā stāstos aprakstītie cilvēki, ir unikāli, ar dažādām fiziskām īpašībām un talantiem. Palīdziet viņiem novērtēt to, kādu ieguldījumu viņu īpašie talanti un īpašības var dot skolas dzīvē, kopienā un sabiedrībā. Atgādiniet skolēniem, ka viņiem, tāpat kā stāstos aprakstītajiem cilvēkiem, vajadzētu lepoties ar to, kas viņi ir un ko viņi ir sasnieguši sportā un ikdienā.
- Ja iespējams, noslēdziet šo sadaļu, demonstrējot video "Lepojos būt es". Video atainots leņķis par sasniegumiem sportā.

SĪKĀKA INFORMĀCIJA:



Parādiet video "Lepojos būt es", kas pieejams IPC atskaņošanas sarakstā *I'mPOSSIBLE* vietnē YouTube:
<http://bit.ly/ImPOSSIBLEvideos>



© Ian Walton / Getty Images

2B AKTIVITĀTE

Ar ko jūs lepojaties?

MATERIĀLI:



Zīmulis un papīrs, darba lapa
“Līdzības un atšķirības”.



INSTRUKCIJAS:

- Skolēni uzrakstīs īsu emuāru, stāstu, rakstu laikrakstā vai žurnālā vai izveidos personisku plakātu vai tamlīdzīgu materiālu, kurā detalizēti aprakstīs, ar ko viņi lepojas. Informācija jāsaista ar skolēnu sportisko dzīvi vai hobijiem. Darba lapā “Līdzības un atšķirības” ir paredzēta vieta, kur veikt šo uzdevumu. Skolēni var izveidot savu kolāžu datorā, planšetdatorā, viedtālrunī, uz lielām papīra lapām vai jebkurā citā veidā. Ja iespējams, viņi var pievienot arī fotogrāfijas, zīmējumus vai attēlus, kuros redzams, kā viņi nodarbojas ar attiecīgo sporta veidu vai hobiju. Esiet radoši! Kā skolēni var vislabāk pastāstīt citiem, ar ko viņi lepojas?
- Aiciniet skolēnus izlasīt, ko viņi ir uzrakstījuši, vai parādīt sagatavoto kolāžu/mākslas darbu citiem. Pārrunājiet dzirdēto un redzēto. Kādas paralimpiskās vērtības tiek demonstrētas šajos stāstos?

DISKUSIJAS JAUTĀJUMI

- “Es tiecos cilvēkos saskatīt līdzības, nevis atšķirības?” (Izabella Allende) Ko nozīmē šis citāts? Ko jūs redzat citos cilvēkos?
- Kā parasporthisti ar saviem neparastajiem sasniegumiem demonstrē paralimpiskās vērtības – drosmi, apņēmību, iedvesmu, vienlīdzību?
- Vai jūs vienmēr cenšaties no visas sirds? Vai jūs lepojaties ar to, ko esat sasnieguši un par ko esat kļuvuši?



PAPILDU AKTIVITĀTE

Dalieties ar savām zināšanām un izrādiet gatavību palīdzēt citiem, lai viņi uzzinātu ko jaunu vai uzlabotu savas spējas! Piemēram, iemāciet citiem kādu spēli, palīdziet viņiem atrisināt matemātikas uzdevumu, ko viņi nesaprot, vai parādiet, kā pagatavot kaut ko tādu, ko viņi nekad iepriekš nav darījuši.

MĀJASDARBS

- Uzziniet visu informāciju par kādu vietējo paraspportistu vai paraspportistu, kurš sacenšas jūsu valsts izlasē. Kā viņu sportiskie un ikdienas sasniegumi iedvesmo jūs?



© Ian Walton / Getty Images