



ეროვნული სასწავლო
გეგმვის ცენტრი
NATIONAL CURRICULUM
CENTER



საქართველოს
განათლებისა
და მეცნიერების
სამინისტრო



საქართველო საათის პროგრამა

V-IX კლასების დამრიგებელთათვის

საუბრები მოსწავლეებთან პიროვნების მორალურ განვითარებაზე, გარემოსდაცვით კულტურასა და ცხოვრების ჯანსაღ წესზე, მოქალაქეობრივ, პატრიოტულ ცნობიერებასა და სხვა ზოგადსაკაცობრიო ჰუმანურ ღირებულებებზე



თბილისი 2011

UDC (უაკ) 796 (072)
ს - 776

წიგნი მოამზადეს:

ნინო ლაბარტყავამ
ანასტასია ქიტიაშვილმა

დამატება –
ბუნებრივი კატასტროფების
რისკის შემცირება მოამზადეს:

ნინო გვეტაძემ - გაეროს ბავშვთა ფონდი

მანანა რატიანმა - ეროვნული სასწავლო გეგმების ცენტრი,
გეოგრაფიის მეცნიერებათა დოქტორი,
მასწავლებლის სახლის კონსულტანტი

ფრიდონ სადუნიშვილმა - საქართველოს შინაგან საქმეთა
სამინისტროს საგანგებო სიტუაციების მართვის
დეპარტამენტი, პოლიციის ვიცე - პოლკოვნიკი

დიზაინერ-დამკაბადონებელი:

გიორგი ინაშვილი

ტექნიკური რედაქტორი:

ქეთი ჩხობაძე

ISBN 978-9941-0-3606-4

© ეროვნული სასწავლო გეგმების ცენტრი

მოცემული პუბლიკაციის ტექსტის გამოყენება დაშვებულია მხოლოდ არაკომერციული მიზნებისთვის, წყაროს მითითებით.

სარჩევი

სადამრიგებლო საათის ფუნქცია	6
სადამრიგებლო საათის დაგეგმვა	7
დამრიგებლის მუშაობის მეთოდები	7
„მინი“ ლექცია	7
დისკუსია	8
შემთხვევის განხილვა	9
ექსკურსია	9
გონებრივი იერიში	9
პრეზენტაცია	10
როლური თამაში	11
მოზარდობის ხანის ასაკობრივი დახასიათება	12
ფიზიკური განვითარება	12
შემეცნებითი სფეროს განვითარება	14
პიროვნული და სოციალური განვითარება	14
სადამრიგებლო საათის თემატიკა კლასებისა და	
მიმართულებების მიხედვით	16
სადამრიგებლო საათის ნიმუშები	16
V კლასი	19
თანამშრომლობა	19
ტყუილს მოკლე ფეხები აქვს	21
როგორ მოვაგვაროთ კონფლიქტი?	22
მე შემძლია სიბრაზის მართვა	24
კამათის ხელოვნება	25
როგორ გადავაქციოთ წვეულება ზეიმად?	26
მარტო სახლში	26
წესები, რომელიც სჭირდება საზოგადოებას	27
ჩემი ქალაქი (გარემოს დაცვა) - ჰაერის სისუფთავის კვლევა; დავიცვათ ბუნება	28
ეტიკეტი	28
VI კლასი	29
დღის რეჟიმი, მისი ორგანიზება	29
ცხოვრების ჯანსაღი წესი	30
მსგავსება და განსხვავება	31
მოთმენა	32
სამართლიანობა	32
პატივისცემა	33

ძალა (სიძლიერე)	34
წონასწორობა	35
ბავშვთა უფლებები	36
უცენზურო ლექსიკა	38
როგორ ვეცნობით კლასიკას	38
VII კლასი	39
გატაცება თუ დამოკიდებულება	39
უნდა გვეშინოდეს თუ არა კრიტიკის?	39
სიმორცხვე	40
მარტოობა	41
ჯგუფი თუ ინდივიდუალობა?	42
უკვე დიდი ვარ	42
იუმორი ჩვენს ცხოვრებაში	43
VIII კლასი	44
მინდა ვიყო პოპულარული	44
მომხიბვლელობა	44
არა - ძალადობას!	47
კონფორმიზმი	48
ლიდერობა	49
ჩაცმის სტილი - ჩვენი იმიჯი	50
IX კლასი	51
როგორ ვსწავლობთ, როგორ ვისწავლოთ უკეთ?	51
მასალის დამახსოვრების რამდენიმე ხერხი	51
რატომ ვივიწყებთ ადამიანები?	52
თვითგანვითარება	53
ჩემი მიზანი	53
ჩემი არჩევანი, მომავალი პროფესია	54
სწრაფვა წარმატებისკენ	57
არა — ნარკოტიკებს!	58
სასკოლო შფოთვა - როგორ მოვემზადოთ გამოცდებისთვის? საკონტროლოსთვის?	58
რა არის გენდერული როლები	59
იდენტობა: ვინ ვარ მე?	59
სიყვარული	60
დამატება - გუნებარივი კატასტროფების რისკის შემცირება	62
V კლასი	62
თემა 1. მინისძვრა	62
თემა 2. წყალდიდობა, წყალმოვარდნა	63

თემა 3. მეწყერი	65
თემა 4. სეტყვა	66
VI კლასი	67
თემა 1. მინისძვრა	67
თემა 2. წყალდიდობა	67
თემა 3. ღვარცოფი	69
თემა 4. ელვა	71
თემა 5. სეტყვა	72
თემა 6. ტყის ხანძარი	73
თემა 7. ზვავი	74
თემა 8. ლიპყინულიანობა	76
VII კლასი	77
თემა 1. მინისძვრა	77
თემა 2. წყალდიდობა	80
თემა 3. მეწყერი	81
თემა 4. ღვარცოფი	81
თემა 5. კლდეზვავი, ქვათაცვენა	82
თემა 6. ძლიერი ქარი	83
თემა 7. სეტყვა	85
თემა 8. ტყის ხანძარი	85
თემა 9. ზვავი	85
თემა 10. ლიპყინულიანობა	86
VIII კლასი	87
თემა 1. ქვათაცვენა	87
თემა 2. ძლიერი ქარი	88
თემა 3. ლიპყინულიანობა	89
თემა 4. ბუნებრივი კატასტროფები	89
თემა 5. გვალვა	91
თემა 6. თოვლის ნამქერი	92
IX კლასი	92
თემა 1. ვულკანი	93
თემა 2. კლიმატის ცვლილება	96
თემა 3. ბუნებრივი კატასტროფები	98
ტერმინთა განმარტება	101
გამოყენებული ლიტერატურა	102

სადამრიგებლო საათის ფუნქცია

სადამრიგებლო საათი არის დამრიგებლის უშუალო ურთიერთობის დრო თავის აღსაზრდელებთან.

სადამრიგებლო საათი ეს არის კლასის დამრიგებლის ორგანიზებული საქმიანობა, რომლის მიზანია მოსწავლეთა პიროვნული აღზრდა, ღირებულებათა სისტემის, მოქალაქეობრივი ცნობიერების ფორმირება.

სადამრიგებლო საათის ძირითადი ფუნქციებია:

საგანმანათლებლო - სადამრიგებლო საათი აღრმავებს ცოდნას ეთიკის, ფსიქოლოგიის, სამოქალაქო განათლების სფეროსა და სხვა საკითხებში;

მარიენტირებელი - სადამრიგებლო საათი მოსწავლეებს ეხმარება ღირებულებათა იერარქიის ფორმირებაში;

წარმმართველი - დამრიგებელი ეხმარება აღნიშნული ღირებულებების არა მხოლოდ ფორმირებაში, არამედ მათ განხორციელებაში.

აღამიანის განვითარება შემდეგი მიმართულებებით მიმდინარეობს:

ფიზიკური განვითარება - ფიზიოლოგიური განვითარება, ჰიგიენა, ჯანსაღი ცხოვრების წესი;

შემეცნებითი და კულტურული განვითარება - სწავლის, მეცნიერების, ხელოვნების მიმართ დამოკიდებულების ფორმირება, გარემოს დაცვა, მოქალაქეობრივ - პატრიოტული ცნობიერების განვითარება;

პიროვნული - თვისებები, ინტერესები, პროფორიენტაცია;

მორალური - ღირებულებათა ფორმირება;

სოციალური - მეგობრობა, შემწყნარებლობა.

ამის გამო სადამრიგებლო საათის თემები ორ მიმართულებაში ერთიანდება.

1. **პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება** – რომელიც აერთიანებს ფიზიოლოგიურ განვითარებას, ჰიგიენას, ჯანსაღი ცხოვრების წესს, პიროვნულ თვისებებს, ინტერესებს, პროფორიენტაციას, ღირებულებათა ფორმირებას, მეგობრობას, შემწყნარებლობას.
2. **შემეცნებითი და კულტურული განვითარება** – აერთიანებს სწავლის, მეცნიერების, ხელოვნების მიმართ დამოკიდებულების ფორმირებას, გარემოს დაცვასა და მოქალაქეობრივ - პატრიოტული ცნობიერების განვითარებას.

წიგნში შესულია დამატება – გუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება. დამრიგებელს შეუძლია რეგიონის საჭიროებებიდან გამომდინარე, აღნიშნულ თემაზე ექსპერტის მოსწავლეებს.

სადამრიგებლო საათის წარმმართველი შესაძლოა იყოს დამრიგებელი, მოწვეული სტუმარი (კონკრეტული სფეროს სპეციალისტი ან მშობელი) ან თავად მოსწავლეები, რომლებიც წარადგენენ გარკვეულ თემას/პრეზენტაციას.

დამრიგებლის საათის პროგრამაში წარმოდგენილი თემები სარეკომენდაციო ხასიათს ატარებს, მისი შეცვლა დამრიგებელს შეუძლია კლასის ინტერესებისა და საჭიროებებიდან გამომდინარე.

სადამრიგებლო საათის დაგეგმვა

სადამრიგებლო საათის ჩატარებამდე, აუცილებელია მისი დაგეგმვა. უნდა განისაზღვროს თემა, მიზანი, მეთოდები, საჭირო რესურსები და ასევე ადგილი სადაც გაიმართება სადამრიგებლო საათი (შესაძლოა მისი ჩატარება სკოლის გარეთ. მაგ., ექსკურსიაზე).

- აუცილებლად უნდა განისაზღვროს **სადამრიგებლო საათის თემა**.
- **სადამრიგებლო საათის მიზანი** - რა ცოდნა, უნარ - ჩვევები უნდა განუვითარდეს მოსწავლეს აღნიშნული საათის შემდეგ;
- **მიმდინარეობა** - როგორ დაიწყება საუბარი, რა აქტივობები იქნება დაგეგმილი, რა მეთოდებით მოხდება თემის გაცნობა და დასახული მიზნის მიღწევა;
- **დროის განაწილება** - რამდენი შეხვედრა იგეგმება აღნიშნულ თემასთან დაკავშირებით. რა დრო დაეთმობა კონკრეტულ შეხვედრაზე თითოეულ აქტივობას;
- **რესურსები** - რის გამოყენებას ვაპირებთ კონკრეტული საათის ჩატარების დროს. ლიტერატურა, რა, სამუშაო ფურცლები, ტელეფილმი, ინტერნეტი;
- **თვითშეფასება** - რა იყო კარგი? საინტერესო? რისი გაუმჯობესებაა საჭირო?
- **მოსწავლეთა შეფასება** - რა იყო საინტერესო? რა დამამახოვრდა ყველაზე მეტად?

დამრიგებლის მუშაობის მეთოდები

დამრიგებელმა სადამრიგებლო საათზე, შესაძლოა, სხვადასხვა მეთოდი გამოიყენოს: „მინი“ ლექცია - ვერბალური ახსნის მეთოდი, დისკუსია, შემთხვევის განხილვა, ექსკურსია, გონებრივი იერიში, პრეზენტაცია, როლური თამაში.

ქვემოთ მოცემულია თითოეული მეთოდის მოკლე დახასიათება.

„მინი“ ლექცია – ვერბალური ახსნის მეთოდი

„მინი“ ლექცია არის მცირე ზომის ლექცია, რომლის მიზანია აუდიტორიისათვის გარკვეული ინფორმაციის გადაცემა.

ლექცია მოსწავლეებს უფრო მეტად აძლევს ცოდნას და ნაკლებად იძლევა უნარების განვითარების შესაძლებლობას.

სალექციოდ შეიძლება შეირჩეს ნებისმიერი მასალა ფაქტების, იდეების, თეორიებისა და ა.შ. შესახებ. მასწავლებელმა წინასწარ უნდა მოამზადოს თეორიული და ვიზუალური მასალები სხვადასხვა წყაროდან, გრაფიკები, ფოტო - მასალა და ა.შ, რათა ლექცია საინტერესო იყოს მოსწავლეებისათვის.

სალექციო მასალა ლოგიკური თანამიმდევრობით უნდა იყოს დალაგებული (მარტივიდან რთულისაკენ) და ადვილად გასაგები უნდა იყოს მოსწავლეებისათვის; ამავე დროს არ უნდა იყოს გადატვირთული ძალიან ბევრი განსხვავებული ტიპის ინფორმაციით – სასურველია, ერთი ლექცია ერთ თემას ეთმობოდეს.

ლექციის წაკითხვისას მასწავლებელმა, სასურველია, მოსწავლეები ისე დასვას, რომ ხელი შეეწყოს მათ აქტიურ მონაწილეობას. შესაბამისად, სასურველია არა ფრონტალური (როდესაც მასწავლებელი მსმენელის წინ დგას დაფასთან), არამედ სადისკუსიო სტილის (მოსწავლეები და მასწავლებელი განლაგებული არიან წრეში, მაგიდის ირგვლივ ისე, რომ ყველა ერთმანეთს კარგად ხედავს და მასწავლებელს აქვს საშუალება, მიუახლოვდეს ნებისმიერ მოსწავლეს) გამოყენება. მართალია, ლექცია სწავლების შედარებით პასიურ ფორმადაა მიჩნეული, მასწავლებელმა უნდა წახალისოს მოსწავლეები, ისინი უნდა ჩაერთონ ლექციის მსვლელობაში და დასვან მათთვის საინტერესო კითხვები. მასწავლებელმა მუდმივად უნდა იქონიოს მხედველობითი კონტაქტი აუდიტორიასთან; პერიოდულად შეამოწმოს, რამდენად უსმენს აუდიტორია და მისცეს შესაბამისი უკუკავშირი.

ლექციის ბოლოს მასწავლებელი დასკვნის სახით აჯამებს ძირითად პუნქტებს.

მინი ლექციის ჩატარებას არ სჭირდება განსაკუთრებული მატერიალურ-ტექნიკური აღჭურ-

ვილობა, თუმცა, სასურველია ყოველთვის გამოყენებულ იქნას ვიზუალური მასალა - გრაფიკები, ფოტო - მასალა, ცხრილები და ა.შ.

დისკუსია

დისკუსია არის ინტერაქტიული სწავლების ერთ-ერთი მეთოდი, რომლის მიზანია სხვადასხვა მიდგომის, იდეისა თუ პრობლემის ჯგუფში განხილვა.

თუ ლექციის დროს მასწავლებელი აწვდის მოსწავლეებს ინფორმაციას, დისკუსიის დროს, პირიქით, მოსწავლეები არიან აქტიურნი და მასწავლებელი იღებს მათგან ინფორმაციას. რაც უფრო ინტენსიურია დისკუსია, მით მეტად ეფექტურია ის.

დისკუსია ეფექტური მეთოდია მთელი რიგი უნარ-ჩვევების ჩამოყალიბებისათვის: მსჯელობა, აქტიური მოსმენა, განსხვავებული აზრის მოსმენისა და პატივისცემის უნარი, არგუმენტების ჩამოყალიბება და სხვა. დისკუსია შეიძლება კარგი მოტივატორი იყოს მოსწავლეებისათვის, რათა მათ დამოუკიდებლად მოიძიონ ინფორმაცია სადისკუსიო თემაზე.

სადისკუსიოდ შეიძლება გამოვიყენოთ ნებისმიერი თემა, რომლის შესახებაც განსხვავებული აზრი არსებობს. მაგ., მხატვრული ნაწარმოები, მოკლე ფილმი, მელოდია და ა.შ. სადისკუსიო თემებს ახლავს ხოლმე შემდეგი კითხვები: „რატომ?“, „როგორ?“, „რა მოხდებოდა?“ და ა.შ.

დისკუსიის დაგეგმვისას გასათვალისწინებელია, რომ მოსწავლეებს სადისკუსიო თემაზე საკმარისი ცოდნა უნდა ჰქონდეთ, რომ შესძლონ საკუთარი აზრის გამოთქმა, მისი დაცვა ან სხვისი აზრის გაკრიტიკება – წინააღმდეგ შემთხვევაში დისკუსია აზრს დაკარგავს. დისკუსია, როგორც წესი, შემოიფარგლება ორი საწინააღმდეგო აზრის / პოზიციის განხილვით.

დისკუსიის წარმატებით ჩატარებაზე პირველ რიგში მასწავლებელი პასუხისმგებელი. მან უნდა დაარეგულიროს პროცესი და შეასრულოს ფასილიტატორის ფუნქცია; მკაფიოდ უნდა განსაზღვროს დისკუსიის ჩატარების ფორმატი: ვინ და რა ხნის განმავლობაში ლაპარაკობს? რა თანამიმდევრობით? როგორ უნდა დავსვათ შეკითხვები? და ა.შ. მასწავლებელმა უნდა უზრუნველყოს დისკუსიაში ყველა მოსწავლის მონაწილეობა, წახალისოს შედარებით პასიური მოსწავლეები.

მასწავლებელმა მოსწავლეებთან ერთად უნდა განსაზღვროს დისკუსიის ძირითადი წესები, მაგ.: მოსწავლეები ერთდროულად არ ლაპარაკობენ; არ აწყვეტინებენ სხვებს საუბარს; დისკუსიაში ყველა მონაწილეობს; განიხილავენ სხვების მოსაზრებებს თუ პოზიციებს და არა პიროვნებებს; ყოველი მოსწავლე ასაბუთებს თავის მოსაზრებას; პატივს სცემს სხვის აზრს.

მასწავლებელმა უნდა გაითვალისწინოს, რომ დისკუსიის პროცესში თვითონ დომინანტური არ უნდა იყოს; არ უნდა გამოხატოს სიმპათია თუ ანტიპათია მოკამათე მხარეების მიერ გამოთქმული მოსაზრებებისადმი; ის უნდა იყოს ნეიტრალური და ყველასთან ერთნაირი დამოკიდებულება ჰქონდეს;

გასათვალისწინებელია ისიც, რომ დისკუსიის ეფექტურობისათვის მასში ძალიან ბევრი მოსწავლე არ უნდა მონაწილეობდეს; ამიტომ დიდ ჯგუფთან მუშაობისას მასწავლებელმა უნდა შესძლოს ყველა მოსწავლის ისე ჩართვა, რომ დისკუსიამ თავისი ფუნქცია არ დაკარგოს. მნიშვნელოვანია, რომ დისკუსიისას „მონაწილედ“ მხარეებში მოსწავლეების თანაბარი რაოდენობა იყოს. სასურველია, „მონაწილედ“ მხარეები ერთმანეთის პირდაპირ განთავსდნენ, ხოლო მასწავლებელს, როგორც დისკუსიის ფასილიტატორს, უნდა შეეძლოს ორივე ჯგუფთან თავისუფალი ურთიერთობა.

დისკუსიის დასრულების შემდეგ აუცილებელია მისი შეჯამება, რასაც თავდაპირველად მასწავლებელი აკეთებს, ხოლო გამოცდილების დაგროვებასთან ერთად მოსწავლეებიც აქტიურად ერთვებიან. შეჯამებისას უნდა გაანალიზდეს როგორც შინაარსი, ანუ რის მომცემი იყო დისკუსია, რა ისწავლეს და ა.შ. მოსწავლეებმა, ასევე პროცესი - რამდენად კომფორტულად გრძნობდნენ მოსწავლეები თავს, ადვილი იყო თუ არა წესების დაცვა და ა.შ.

დისკუსიის ჩატარებას, როგორც წესი, განსაკუთრებული გარემო ან დამხმარე საშუალებები არ სჭირდება, თუმცა სასურველია დაფის არსებობა, დისკუსიაში მონაწილე მხარეებს რომ მიეცეთ საკუთარი აზრების წერილობით გამოხატვის საშუალება.

შემთხვევის განხილვა

შემთხვევის განხილვა ფართოდ გამოიყენება განათლების სფეროში. მისი მიზანია კონკრეტული შემთხვევის განხილვის საფუძველზე, დამატებითი ინფორმაციისა და ცოდნის შეძენა.

შემთხვევის განხილვისას არ არის აუცილებელი, შემთხვევა ეხებოდეს ერთ კონკრეტულ ადამიანს. შემთხვევა შეიძლება იყოს ადამიანთა ჯგუფის, სხვადასხვა სიტუაციის და ა.შ. შესახებ.

შემთხვევის შესწავლისას ხდება ამ კონკრეტული შემთხვევის გააზრება და გაანალიზება.

შემთხვევის განხილვამდე, საჭიროა მასწავლებელმა წინასწარ მოამზადოს მასალა; მასალა საინტერესო და აქტუალური უნდა იყოს მოსწავლეებისათვის; ითვალისწინებდეს მათ ასაკობრივ თავისებურებას და შესაძლებელი იყოს მის შესახებ მსჯელობა.

განსახილველ მასალასთან ერთად, უნდა მომზადდეს ძირითადი განსახილველი კითხვები; კითხვები შეიძლება ეხებოდეს მოსწავლეების დამოკიდებულებას კონკრეტული ადამიანის, ჯგუფის ან შემთხვევაში აღწერილი სიტუაციის მიმართ, როგორ ხედავენ ისინი ამ შემთხვევას, რა არის მათთვის მისაღები, მიუღებელი, როგორ შეიძლება პრობლემის გადაჭრა და ა.შ.

შემთხვევის განხილვას სპეციალური ტექნიკური აღჭურვილობა არ სჭირდება; სასურველია, ყველა მოსწავლეს ინდივიდუალურად ჰქონდეს შემთხვევა ამობეჭდილი სახით ან მასწავლებელმა გამოიყენოს პროექტორი და ლეკტოპი.

ექსკურსია

ექსკურსია წარმოადგენს მოსწავლეების ჯგუფის მიერ კულტურული ღირშესანიშნაობების, დაწესებულებისა თუ სხვა ორგანიზაციის მონახულებას. ექსკურსიის დროს მოსწავლეებს საშუალება ეძლევათ რეალურ გარემოში დააკვირდნენ ისტორიულ ძეგლებს, სამუშაო სიტუაციას და გაცნონ მოცემულ საკითხთან დაკავშირებულ ინფორმაციას.

ექსკურსიას საილუსტრაციო ფუნქცია აქვს. ექსკურსიაზე ნანახი და მოსმენილი უკეთ ამახსოვრდებათ მოსწავლეებს, ვიდრე მხოლოდ ზეპირად გადმოცემული მასალა.

სკოლის გარეთ სწავლებას შეიძლება გარკვეული პრობლემები ახლდეს თან. ამიტომ აუცილებელია ექსკურსიის დეტალური დაგეგმვა, რათა თავიდან ავიცილოთ გაუგებრობები და მაქსიმალურად მაღალ ეფექტს მივაღწიოთ. მასწავლებელმა წინასწარ უნდა გაითვალისწინოს და დაგეგმოს შემდეგი საკითხები: ექსკურსიის მიზანი, ექსკურსიის ზუსტი დრო; მოსწავლეების დასაშვები რაოდენობა; ზოგჯერ სხვადასხვა პროფესიის გასაცნობად დაგეგმილი ექსკურსიისათვის (ზედა კლასებში) გასათვალისწინებელია სპეციალური ფორმით უზრუნველყოფა, ექსკურსიასთან დაკავშირებული ხარჯები და ა.შ. აუცილებელია მასპინძელ ორგანიზაციასთან წინასწარი შეთანხმება ექსკურსიის ჩატარების თაობაზე.

მასწავლებელმა წინასწარ უნდა მიაწოდოს ინფორმაცია მოსწავლეებს ექსკურსიის გეგმის შესახებ – რა უნდა ნახონ, რას უნდა მიაქციონ განსაკუთრებული ყურადღება და ა.შ. უნდა ნაახალისოს ექსკურსიის დროს მოსწავლეების მხრიდან შეკითხვების დასმა. შესაძლებელია, საჭირო იყოს გარკვეული ჩანიშვნების გაკეთებაც.

ექსკურსიის დასრულების შემდეგ მასწავლებელი მოსწავლეებთან ერთად განიხილავს მის შედეგებს – რა ნახეს ან მოისმინეს, რამდენად გასაგები და საინტერესო იყო ინფორმაცია; შესაძლებელია, მათთან ერთად დაგეგმოს შემდგომი ექსკურსიების ფორმატი.

გონებრივი იერიში

გონებრივი იერიში წარმოადგენს ჯგუფური მუშაობის მეთოდს, რომლის მიზანია კონკრეტული პრობლემის გადასაჭრელად მაქსიმალური რაოდენობის იდეების შეგროვება და განხილვა.

გონებრივი იერიში გამოიყენება იმ შემთხვევაში, როდესაც გვინდა განსახილველ საკითხზე რაც შესაძლებელია ბევრი იდეისა და მოსაზრების შეგროვება და ჯგუფთან კონსენსუსის საფუძ-

ველზე სასურველი რაოდენობის იდეების შერჩევა.

გონებრივი იერიშის დროს ბევრი იდეა გროვდება, რომელთაგან საბოლოოდ ჩვენთვის საჭირო რაოდენობის იდეები შეირჩევა.

გონებრივი იერიშის პროცესი საკმაოდ მარტივია; თავდაპირველად მასწავლებელი გამოყოფს განსახილველ თემას და ადგენს გეგმას. გონებრივი იერიშის დაწყებამდე აუცილებელია ჯგუფში მუშაობის წესებზე შეთანხმება, მაგალითად, ყველა იდეა სწორია და ყველა იდეა უნდა იყოს განხილული; გონებრივი იერიშის პროცესში არაფერს განვსჯით და ვაფასებთ; მთავარია იდეების რაოდენობა და არა ხარისხი; ყველა იდეის მიმართ მოსწავლეები და მასწავლებლები არიან ღია.

მოსწავლეები დასმული საკითხის ირგვლივ ასახელებენ რაც შეიძლება ბევრ იდეას და მასწავლებელი მათ დაფაზე ან ფლიპჩარტზე ინიშნავს. დროის ლიმიტი წინასწარ არის განსაზღვრული, მაგალითად 20-25 წთ.

იდეების დაწერის შემდეგ მასწავლებელი მათ ხმამაღლა კითხულობს ისე, რომ, ჯგუფის ყველა წევრისათვის გასაგები იყოს; შემდეგ მოსწავლეები აფასებენ იდეებს, დაუშვავათ, 3 ან 5 - ბალიან სკალაზე და მსგავს იდეებს აჯგუფებენ. საბოლოოდ ჩვენთვის სასურველ, ყველაზე მაღალქულიან იდეებს შევარჩევთ, მაგალითად, 3-4 იდეას.

როგორც აღვნიშნეთ, გონებრივი იერიში მიჰყავს მასწავლებელს; მას უნდა შეეძლოს კარგი მოსმენა, უუკავშირის მიცემა და მოსწავლეების ნახალისება. მან ხელი უნდა შეუწყოს პროცესის მიმდინარეობას, რომ რაც შეიძლება მეტი იდეა და მოსაზრება შეაგროვოს. დამრიგებელი პროცესში ნეიტრალურია.

გონებრივი იერიშის შემდეგ ხდება შედეგის შეფასება.

გონებრივი იერიშის დროს ჯგუფის ზომა არ უნდა იყოს ძალიან დიდი, თუმცა დიდი ჯგუფის შემთხვევაშიც მასწავლებელმა უნდა შესძლოს ყველა მოსწავლის პროცესში ჩართვა. სასურველია, მონაწილეები ისხდნენ წრეში, შესაძლებელია, მაგიდის ირგვლივ, ხოლო მასწავლებელი ისე იდგას ჯგუფის წინ, რომ ყველა მხრიდან კარგად ჩანდეს. გონებრივი იერიშის ჩასატარებლად აუცილებელია დაფა ან ფლიპჩარტი და ფერადი მარკერები.

პრეზენტაცია

პრეზენტაცია არის ჯგუფის წინაშე გარკვეული თეორიული თუ პრაქტიკული მასალის წარდგენა.

პრეზენტაცია ეფექტური მეთოდია ისეთი უნარების გასავითარებლად, როგორიცაა კომუნიკაცია, საკუთარი პოზიციისა თუ მოსაზრებების მსმენელისათვის გაცნობა, არგუმენტირება, პოზიციის დაცვა და ა.შ.

პრეზენტაციის თემა შეიძლება იყოს ნებისმიერი საკითხი. სასურველია, რომ პრეზენტაციის თემების რაოდენობა ძალიან ბევრი არ იყოს; რეკომენდებულია მაქსიმუმ სამი თემის გამოყენება.

პრეზენტაციის მომზადებისას მასწავლებელმა უნდა გაითვალისწინოს მისი თავისებურება. ასევე, თუ მოსწავლეები აკეთებენ პრეზენტაციას, მან წინასწარ უნდა მისცეს პრეზენტაციის ტიპური სქემა.

პრეზენტაცია სამი ნაწილისაგან შედგება:

1. **შესავალი.** შესავალი პრეზენტაციის აუცილებელი ნაწილია. ამ ნაწილის მიზანია აუდიტორიის ინტერესისა და ყურადღების მიქცევა, პირველადი კონტაქტის დამყარება. ეს ნაწილი შედარებით ხანმოკლეა და პრეზენტაციისათვის განკუთვნილი საერთო დროის დაახლოებით 20%-ს შეადგენს.
2. **ძირითადი ნაწილი.** ძირითადი ნაწილი პრეზენტაციის ყველაზე ვრცელი და საპასუხისმგებლო ნაწილია. ძირითად ნაწილში ხდება დებულებების, მოსაზრებების და ა.შ. განხილვა, საილუსტრაციო მასალების გამოყენება. პრეზენტაციის გაკეთებისას გასათვალისწინებელია საუბრის ტონი, ქცევის მანერა, რაც მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს აუდიტორიაზე. ეს ნაწილი პრეზენტაციის განკუთვნილი საერთო დროის დაახლოებით 70%-ს შეადგენს.

3. **დასკვნა.** დასკვნით ნაწილში ხდება პრეზენტაციის შეჯამება, თუ რას ემსახურებოდა პრეზენტაცია, რა არის მიღებული შედეგები და ა.შ. ეს ნაწილი პრეზენტაციის დროის დაახლოებით 10%-ს შეადგენს

შესაძლებელია, მასწავლებელმა მოსწავლეებთან ერთად შეიმუშაოს პრეზენტაციის შეფასების ფორმა და პრეზენტაციის შემდეგ მოსწავლეებთან ერთად შეაფასოს პრეზენტაცია.

პრეზენტაციის გაკეთება სპეციალურ ტექნიკურ აღჭურვილობას საჭიროებს - პროექტორი, ლეპტოპი, დაფა ან ფლიპჩარტი. სასურველია, თუ პრეზენტაცია ონერ ონტ-ის ფორმატში გაკეთდება.

როლური თამაზი

როლური თამაზი ჯგუფური მუშაობის ერთ-ერთი ფორმაა; ის ფართოდ გამოიყენება განათლების სფეროს ყველა საფეხურზე დაწყებითი განათლებიდან უმაღლესი განათლების ჩათვლით. ამ დროს მოსწავლეები გაითამაშებენ რეალურ სიტუაციას, ასრულებენ გარკვეულ როლს და ამ გზით იძენენ თეორიულ ცოდნასა და პრაქტიკულ გამოცდილებას.

როლური თამაზები სწავლების აქტიური ფორმაა; ამ დროს, შესაძლებელია, მოსწავლეები არა მხოლოდ გონებრივად, არამედ ფიზიკურადაც აქტიურები იყვნენ; საკითხის განხილვის გარდა, მათ საშუალება აქვთ გამოხატონ თავიანთი დამოკიდებულებები, ემოციები, რაც აადვილებს სწავლის პროცესს და მასალის ათვისებას. სწავლების აქტიური მეთოდების გამოყენებით მოსწავლეები უფრო ადვილად სწავლობენ, ვიდრე მხოლოდ მასალის ნაკითხვით, მოსმენით ან რაიმეზე დაკვირვებით.

როლური თამაზების დაწყებამდე მასწავლებელმა მოსწავლეებს უნდა გააცნოს თემა და მოკლე შესავალი გააკეთოს. მაგ., ეს თამაზი შეეხება თანამშრომლობას; ის გაგრძელდება 20 წთ-ს, რის შემდეგაც განვიხილავთ და შევაჯამებთ შედეგებს.

შემდეგ საჭიროა კლასი დავყოთ ჯგუფებად, რისთვისაც შესაძლებელია ოთხი მეთოდის გამოყენება:

- 1) ჯგუფის დაყოფა სიის მიხედვით, ასეთ შემთხვევაში, დამრიგებელმა უნდა გააკონტროლოს ჯგუფის შემადგენლობა;
- 2) შესაძლებელია, მონაწილეები საკუთარი სურვილისამებრ დაიყონ ჯგუფებად;
- 3) შემთხვევით გადანაწილების პრინციპის გამოყენებისას ჯგუფების რაოდენობის მიხედვით მონაწილეებს ვთხოვთ გაითვალონ. გათვლის შემდეგ პირველი ნომრები შექმნიან პირველ ჯგუფს, მეორე ნომრები — მეორეს და ა.შ.
- 4) დაჭრილი ბარათების მეშვეობით განაწილებისას მასწავლებელმა უნდა აიღოს იმდენი ფერის პატარა ბარათი, რამდენი ჯგუფის შექმნაც სურს. შემდეგ თითოეული ფერის ბარათი დაჭრას იმდენ ნაწილად, რამდენი ადამიანიც არის ჯგუფში; დაჭრილი ბარათები პატარა კალათაში იყრება. მონაწილეები კალათიდან დაჭრილი ბარათის თითო ნაჭერს იღებენ და ერთ ჯგუფში ერთი ფერის მფლობელები ჯგუფდებიან. ფერადი ბარათების ნაცვლად შეიძლება საფოსტო ბარათების გამოყენება. ასევე შესაძლებელია, მონაწილეები დავყოთ დაბადების თარიღის, თვის, წელიწადის დროის მიხედვით და ა.შ. მიხედვით.

ამის შემდეგ მასწავლებელი მონაწილეებს აცნობს ინსტრუქციას. ის ჯგუფური მუშაობის პროცესში ნეიტრალურია და ასრულებს დამკვირვებლის როლს.

შემდეგი ეტაპი უშუალოდ თამაზის მსვლელობაა; მოსწავლეები ასრულებენ როლებს ინსტრუქციის შესაბამისად. როლური თამაზების შედეგი პირდაპირ უკავშირდება ჯგუფის წევრების პროცესში ჩართულობასა და დადებითი ატმოსფეროს შენარჩუნებას. ამიტომ, ჯგუფის პასიური წევრების ნახალისება უნდა მოხდეს, რათა მონაწილეები მაქსიმალურად ჩართულები იყვნენ თამაზის პროცესში.

როლური თამაზების დასრულებასთან ერთად, მონაწილეებიც ასრულებენ მოქმედებას და გამოდიან როლიდან; ისინი გამოთქვამენ მოსაზრებებს, რა შეიძინეს/ისწავლეს აღნიშნული თამაზიდან. აფიქსირებენ ემოციებს, თუ როგორ გრძნობენ თავს. მონაწილეები აფასებენ ჯგუფის მუ-

შაობის შედეგებს, იმის მიხედვით, თუ რა ისწავლეს, რა იყო პოზიტიური და ნეგატიური მუშაობის პროცესში; განხილვა უნდა იყოს პოზიტიური და მხოლოდ შინაარსსა და პროცესს უნდა შეეხებოდეს და არა პიროვნებებს, მონაწილეებს, მათ თვისებებს და ა.შ.

ასევე აუცილებელია მონაწილეების აზრის გაგება, თუ რა ისწავლეს როლური თამაშებიდან, შედეგების შეჯამება და ჯგუფის მუშაობის დაკავშირება თამაშის მიზნებთან.

მოზარდობის ხანის ასაკობრივი დახასიათება

მოზარდობის ხანა – ეს არის პერიოდი, ხიდი, ბავშვობასა და მოწიფულობას შორის. მისი ხანგრძლივობა თანამედროვე ეპოქაში სულ უფრო და უფრო იზრდება, ვინაიდან მოწიფულობის მიღწევამდე ძალიან ბევრი ცოდნა და უნარ – ჩვევებია დასაუფლებელი. მოზარდობის ხანა მოიცავს პერიოდს 10 - 11 წლიდან 15 - 16 წლამდე და იყოფა უმცროსი და უფროსი მოზარდობის პერიოდებად. უმცროსი მოზარდობის ხანა მოიცავს პერიოდს 10 - 11 წლიდან 14 წლამდე, უფროსი მოზარდობის ხანა კი 14 წლიდან 16 წლამდე. თუმცა, ზოგი მეცნიერის აზრით, აღნიშნული ხანა 19 წლის ასაკში სრულდება (ფ. რაისი. 2000).

ზოგჯერ ცნების - „მოზარდი“ ნაცვლად ცნება „თინეიჯერს“ ხმარობენ. მაგრამ „თინეიჯერის“ განმარტების ქვეშ მოიაზრებიან მოზარდები 13 - დან 19 წლამდე. აღნიშნული ტერმინი პირველად 1943 - 1945 წელში გამოჩნდა „ლიტერატურის პერიოდულ გამკვლევში მკითხველთათვის“. აღნიშნული ტერმინი ზოგჯერ უარყოფით კონტექსტში მოაზრება. იგი არ არის მეცნიერული ტერმინი და ზოგჯერ მის ქვეშ შემდეგი თვისებები მოაიზრება: ჯიუტი, ოპოზიციური, უპასუხისმგებლო. ამგვარი მიდგომა კი გავრცელებული სტერეოტიპის ბრალია, ამიტომ, ხშირ შემთხვევაში, არაზუსტია.

გამოცდილმა პედაგოგებმა კარგად იციან, რომ ყველა მოზარდი ერთნაირი არ არის და მოსწავლეთა დიდი ნაწილი მშვიდი ხასიათით, სწავლისადმი ინტერესით, კარგი დისციპლინით გამოირჩევა. ასე რომ, მხოლოდ მოზარდობის ასაკში გადასვლა არ არის წამოჭრილი სირთულეების განმაპირობებელი.

მაგრამ გასათვალისწინებელია ისიც, რომ გარდამავალ ასაკში მოზარდის განვითარების ყველა მხარე განიცდის მკვეთრ ცვლილებებს: იგი ეხება ისეთ მნიშვნელოვან მხარეებს, როგორიცაა: ანატომიურ - ფიზიოლოგიური, სულიერ ფსიქოლოგიური და ზნეობრივი. მოზარდის ანატომიურ - ფიზიოლოგიური სფეროს ცვლილებები და ახალწარმოქმნები საფუძვლად ედება სხვა სფეროების შემდგომ განვითარებას.

ერთმანეთს რომ შევადაროთ მეხუთეკლასელი და მერვეკლასელი, ვნახავთ, რომ მოკლე დროის განმავლობაში ბავშვები მნიშვნელოვნად ვითარდებიან ფიზიკურად, გონებრივად, ზნეობრივად და სოციალურად. სწავლებასა და აღზრდაში გარდამავალი ასაკი გაცილებით მეტ სირთულესა და სიძნელეებს ქმნის, ვიდრე უმცროსი სასკოლო ასაკი. ბავშვის მოწიფულობაში გადასვლის პროცესი მეტად რთული და მრავალფეროვანია, რადგან იგი დაკავშირებულია ადამიანებთან უკვე ჩამოყალიბებული ურთიერთობების რღვევასთან, ცხოვრებისა და ქცევის პირობების შეცვლასთან.

ფიზიკური განვითარება

გარდამავალ ასაკში მოზარდის ორგანიზმში კარდინალური ცვლილებები ხდება. იწყება ფიზიკური განვითარების ახალი ეტაპი და დგება სქესობრივი მომწიფების პერიოდი.

ყველა ამ ცვლილებას მართავს ჰორმონები - შინაგანი სეკრეციის ჯირკვლებში გამომუშავებული ბიოქიმიური ნივთიერებები. ამ პერიოდში მკვეთრად მატულობს როგორც ზრდის, ისე სასქესო ჰორმონების გამომუშავება და იწყება სქესობრივი მომწიფება, რომელიც პირველადი და მეორადი სასქესო ნიშნების განვითარებით გამოიხატება.

მოზარდის ფიზიკური განვითარებისთვის დამახასიათებელია ე.წ. „ზრდის ნახტომი“, რაც სხეულის სიგრძის ინტენსიურ ზრდაში გამოიხატება. სიმაღლის ასეთი ინტენსიური ზრდა (8 - 10 სმ) აღინიშნება 13-15 წლიდან, ხოლო შემდგომ ეს ტემპი ნელდება. გარდამავალ ასაკში ხდება მოზარ-

დის სხეულის, ყველა ორგანოსა და ქსოვილის ინტენსიური ზრდა. ასეთი სერიოზული ცვლილებები მხოლოდ მუცლადყოფნის ან ჩვილობის პერიოდში არის დამახასიათებელი. მაგრამ, პატარებისგან განსხვავებით, მოზარდები ამ ცვლილებებს ინტერესის, შიშისა და სიხარულის შეგრძნებით აკვირდებიან.

9-10 წლამდე ბიჭებისა და გოგონების ორგანიზმის განვითარება ერთნაირად მიმდინარეობს. მაგრამ 10 წლის შემდეგ გოგონები უფრო ინტენსიურად იზრდებიან და სიმაღლეში ასწრებენ ბიჭებს. სქესობრივი მომწიფების პროცესის დასრულების შემდეგ, გოგონების სიმაღლეში ზრდის ტემპი კლებულობს, ხოლო ბიჭებისა 18 - 20 წლამდე გრძელდება.

ზრდის აჩქარება მოზარდებთან არათანაბრად მიმდინარეობს, რაც ძვლებისა და კუნთების არაპროპორციულ განვითარებას იწვევს. ჯერ ხელის მტევნები და ტერფები იზრდება, შემდეგ კიდურები. სიმაღლეში ზრდის კვალდაკვალ, მატულობს კუნთების მოცულობა და ყველაზე ბოლოს მხრები ვითარდება. ამის გამო ხდება მოზარდის მოძრაობის კოორდინაციის დისჰარმონია, მოუქნელობა. სწორედ ამიტომ, რომ მოზარდები ხშირად წამოედებიან ხოლმე რამეს, უნებურად გატყევენ ან დააზიანებენ ნივთებს. აუცილებელია, მოზარდმა იცოდეს, რომ ეს მოვლენა დროებითია და ასაკთან ერთად გაივლის.

რაც შეეხება ნერვულ სისტემას, გარდამავალ ასაკში აგზნებისა და შეკავების პროცესები არ არის განვითარებული. აგზნება მნიშვნელოვნად ჭარბობს შეკავებას. აგზნების პროცესი ხშირად ისეთი ძლიერი და ინტენსიურია, რომ მოზარდს ძალა არ ყოფნის მის შესაკავებლად. აგზნების პროცესები ერთბაშად აღმოცენდება, დიდი ენერგიით ვითარდება, მაგრამ სწრაფადვე ცხრება.

დიდი ცვლილებებია მოზარდის გულსისხლძარღვთა სისტემის განვითარებაში. მოზარდის გული მნიშვნელოვნად იზრდება მოცულობაში, იგი უფრო ძლიერდება, ხოლო სისხლძარღვთა დიამეტრი ზრდაში ჩამორჩება, რის გამოც მოზარდებს ხშირად აღენიშნებათ თავბრუსხვევები, თავის ტკივილი, გულისცემის გაზვიადება, სისუსტე და ადვილი დაღლადობა. ასე რომ, ზოგჯერ მშობლებისა და პედაგოგების წუხილი მოზარდების გაზარმაცებასთან დაკავშირებით სწორედ გულსისხლძარღვთა სისტემაში მიმდინარე ცვლილებებით არის გამოწვეული.

მოზარდის ფიზიკური, ანატომიურ-ფიზიოლოგიური განვითარების ყველაზე მნიშვნელოვანი ფაქტია სქესობრივი მომწიფება. რეპროდუქციული აპარატის სიმწიფე ბევრ ფსიქოლოგიურ ძვრას იწვევს მოზარდის ფსიქიკაში. სქესობრივი ჯირკვლები იწყებენ ფიზიოლოგიურ ფუნქციას. სქესობრივი მომწიფების დასაწყისად ბიჭებისთვის 12 - 13 წელი, ხოლო გოგონებისთვის 11 - 12 წელი ითვლება. ბიჭების უმრავლესობა სქესობრივ მომწიფებას ამთავრებს 15 - 16 წლის ასაკში, ხოლო გოგონები 13 - 14 წლის ასაკში. მიუხედავად იმისა, რომ ამ ასაკში სქესობრივი მომწიფება მთავრდება, მოზარდის პიროვნულ მომწიფებაზე ჯერ ადრეა საუბარი.

სქესობრივი მომწიფების და დაწყების ვადები განსხვავებულია არა მარტო განსხვავებული სქესის მოზარდებში, არამედ ერთი სქესის ფარგლებშიც კი.

ბიჭების ნაადრევი სქესობრივი მომწიფება მათ თავდაჯერებულობას უწყობს ხელს, ისინი პოპულარობით სარგებლობენ თანატოლებს შორის. ნაადრევად მომწიფებული გოგონები კი პირიქით - თავს უხერხულად გრძნობენ, ნაკლებად თავდაჯერებულნი არიან, თანატოლებისთვის ჯერ უცხოა მათი პრობლემები და ამიტომ, უფრო მეტად უფროსი ასაკის ადამიანებთან მეგობრობენ.

დაგვიანებულ მომწიფებას ბიჭები ძალიან მტკივნეულად განიცდიან, რადგან ყველა ისე ექცევა, როგორც პატარას, თანატოლი გოგონები კი ყურადღებას არ აქცევენ. გოგონებიც განიცდიან სქესობრივი მომწიფების დაგვიანებას, მაგრამ ამ შემთხვევაში მათი მომწიფების პერიოდი თანატოლი ბიჭების მომწიფებას ემთხვევა, ამიტომ ისინი ნაკლებად გრძნობენ გაუცხოებასა და განსხვავებულობას.

ხშირ შემთხვევაში, მოზარდები დიდ ყურადღებას უთმობენ გარეგნობას. განიცდიან სხეულებრივ ცვლილებებსა და წონის მატებას, კანზე გამონაყარს. სწორედ ამიტომ არსებობს აღნიშნულ ასაკში კვების რეჟიმის დარღვევის საფრთხე.

შემაჯავებელი სწავლის განვითარება

აღნიშნული სფეროს ძირითადი ნიშანი აბსტრაქტული აზროვნების ჩამოყალიბებაა. მოზარდებს უკვე შეუძლიათ ჰიპოთეზების ფორმულირება, გადამოწმება და შეფასება. აზროვნების პროცესში ისინი ეყრდნობიან არა მხოლოდ თვალსაჩინო ნიშნებს ან ნაცნობ ფაქტებს, არამედ განყენებული იდეებითაც მანიპულირებენ.

ლოგიკაზე დამყარებული აბსტრაქტული აზროვნება ხელს უწყობს მათემატიკისა და საბუნებისმეტყველო მეცნიერებების შესწავლას, დაინტერესებას ფანტასტიკით, ფილოსოფიური საკითხებით. აზროვნების ახალ საფეხურზე ასვლა მოზარდებს უბიძგებს, დაფიქრდნენ ისეთ აბსტრაქტულ ცნებებზე, როგორიც არის: სიყვარული, მეგობრება, ერთგულება, პატიოსნება. კრიტიკული თვალთვლით უწყებენ ყურებას ავტორიტეტებს, მათ შორის მშობლებსა და პედაგოგებს, რომელთაც აქამდე უპირობოდ, დადებითად აფასებდნენ. იწყებენ იდეალური ადამიანის შესახებ საკუთარ წარმოდგენის გადახედვას.

მოზარდისთვის დამახასიათებელი კრიტიკულობა და მაქსიმალიზმი მისთვის ჩვეული იუმორით გამოხატა მარკ ტვენმა: „როცა 14 წლის ვიყავი, მამაჩემი იმდენ სისულელეს ამბობდა, რომ ვერ ვიტანდი, მაგრამ როცა 21 წლის გავხდი, გამიკვირდა, როგორ დაჭკვიანდა მოხუცი ამ 7 წელიწადში.“

პროვინციული და სოციალური განვითარება

გარდამავალი ასაკის მთავარ სირთულედ მიიჩნევენ კონფლიქტს მშობლებთან და სხვა უფროსებთან, რომლებიც მოზარდთა დამოუკიდებლობისა და ავტონომიისკენ სწრაფვას ეწინააღმდეგებიან. როგორც ირკვევა, არც მოზარდთა ემოციური გაუნწონასწორებლობა და არც უფროსებთან კონფლიქტი არ წარმოადგენს განვითარების აუცილებელ ატრიბუტს. მოზარდთა დიდი ნაწილი მოზრდილებთან მშვიდობიან და კეთილგანწყობილ ურთიერთობას ინარჩუნებს.

ავტონომიის განსაზღვრებაში ძირითადი აქცენტი კეთდება უფროსების ზეგავლენიდან გათავისუფლებაზე, მაგრამ შეუძლებელია, რომ გარდამავალ ასაკში ადამიანი არ იყოს მათზე დამოკიდებული. სრული თავისუფლება არც მოზარდებისთვის არის ხელსაყრელი, რადგან მათ აფრთხობთ ის პასუხისმგებლობა, რაც თან ახლავს დამოუკიდებლობას. ამასთანავე, მოზარდები ეკონომიურადაც მშობლებზე არიან დამოკიდებულნი.

ამიტომ, უფრო სწორი იქნება, თუ ავტონომიას განვიხილავთ, როგორც თვითრეგულაციას. ამ თვალსაზრისით, დამოუკიდებლობა გულისხმობს საკუთარი დასკვნების გაკეთებასა და საკუთარი ქცევის რეგულაციას. სწორედ ამას სწავლობენ მოზარდები. ისინი ოჯახსა თუ სკოლაში შეთვისებული წესების, საზღვრებისა და ღირებულებების გადაფასებას და გადასინჯვას ახდენენ. ამ პროცესში, ზოგჯერ წინააღმდეგობებს აწყდებიან უფროსების მხრიდან და ეს იწვევს კონფლიქტს. ხშირია ოჯახური უთანხმოებები, მაგრამ ამ კონფლიქტებს დადებითი მხარეც აქვს: მოზარდი უსაფრთხო, ოჯახურ გარემოში ცდის, რა სახის დამოუკიდებლობა შეუძლია მოიპოვოს, რამდენად შეუძლია საკუთარი მოსაზრების დაცვა.

ოჯახის ცხოვრების ამ ეტაპს მეცნიერები აფასებენ, როგორც მშობლებსა და შვილებს შორის ახალ ურთიერთობებზე გადასვლის პერიოდს. არის ოჯახები, სადაც ეს გადასვლა უკონფლიქტოდ ხდება, რადგან მშობლები არ უპირისპირდებიან მოზარდის დამოუკიდებლობის მოთხოვნილებას. პირიქით, აძლევენ საკუთარი აზრის გამოთქმის უფლებას, მხარს უჭერენ, ეხმარებიან და ანუგეშებენ რთულ სიტუაციებში. ასეთ პირობებში გაზრდილი ადამიანი უფრო თავდაჯერებულია და უკეთაა მომზადებული დამოუკიდებელი ცხოვრებისთვის.

ხშირად ასეც ხდება, რომ მოზრდილებიც მონაწილეობენ გადაფასების პროცესში, მინიმუმადე დაჰყავთ „კონფლიქტის ზონები“ და ეხმარებიან მოზარდებს დამოუკიდებელი აზროვნების განვითარებასა და საკუთარი ქცევების მართვის უნარის გავარჯიშებაში. ეს საკუთარ ცხოვრებაზე პასუხისმგებლობის ჩამოყალიბების მნიშვნელოვანი წინაპირობაა. მოზარდები თანდათან სწავლობენ პიროვნულ დამოუკიდებლობის შეთავსებას იმ მოვალეობებთან და ვალდებულებებთან, რომლებიც ყველა ნორმალური ურთიერთობის საფუძველს წარმოადგენს.

აბსტრაქტული აზროვნების ჩამოყალიბება საკუთარი აზროვნების პროცესის ანალიზის საშუალებას იძლევა.

ინყება თვითშემეცნების რთული პროცესი, პასუხის ძიება კითხვებზე: „ვინ ვარ?“, „როგორი ვარ?“, გამუდმებული დაკვირვება საკუთარ თავზე და იდეალთან შედარება. პარალელურად მოზარდები სხვათა შეცნობას, სხვების აზრის წვდომას ცდილობენ.

საკუთარი ცვლილებების მიმართ გაძლიერებული ყურადღება ინვესს მოზარდების გარკვეულ ეგოცენტრიზმს. მათ მიაჩნიათ, რომ მათი ქცევა ისევე საინტერესოა ირგვლივმყოფთათვის, როგორც მათთვის. მოზარდებს პატარებზე მეტად აინტერესებთ, რას ფიქრობენ მათზე სხვები - ისინი, თითქოს, წარმოსახვითი აუდიტორიის წინაშე დგანან. 15-16 წლის ასაკისთვის ასეთი ეგოცენტრიზმი იკლებს; მოზარდები თანდათან ხვდებიან, რომ გარშემომყოფები არ არიან ასე დაინტერესებული მათი პიროვნებით, და არც ისეთი უნიკალური და განსაკუთრებულები არიან, რომ საყოველთაო ყურადღებას იმსახურებდნენ.

პიროვნული დამოუკიდებლობა, პირველ რიგში, იდენტობის ჩამოყალიბებასთან არის დაკავშირებული. იდენტობის ჩამოყალიბება, ანუ თვითგამორკვევა, ხანგრძლივი, რთული და ზოგჯერ არცთუ ისე უმტკივნეულო პროცესია. მოზარდის წინაშე რთული ამოცანა დგება: შეკრიბოს და გააერთიანოს ინფორმაცია საკუთარი თავის შესახებ (როგორი შვილი, და ან ძმა, მოსწავლე, სპორტსმენი ვარ) და მოახდინოს ამ მრავალრიცხოვანი „მე“-ს ხატების ინტეგრაცია პიროვნულ იდენტურობაში.

გარდამავალ პერიოდში განსაკუთრებით იზრდება თანატოლთა ჯგუფების მნიშვნელობა. ფიზიკური, ემოციური და სოციალური ცვლილებებით გამოწვეულ პრობლემებთან გასამკლავებლად მათ თანაგრძნობა და მხარდაჭერა ესაჭიროებათ. ამას კი, ბუნებრივია, იმათთან ეძებენ, ვისაც მსგავსი განცდები და პრობლემები აქვთ, ანუ თანატოლებთან.

თანატოლთა წრე მნიშვნელოვან როლს ასრულებს მოზარდის სოციალური უნარ-ჩვევების განვითარებაში. ამ წრეში არსებული თანასწორუფლებიანი ურთიერთობები ხელს უწყობს სოციალური კომპეტენციის ჩამოყალიბებას. მოზარდები, რომლებიც აპროტესტებენ თანატოლთა ჯგუფში არსებულ წესებს, მკაცრად იცავენ თანატოლთა ჯგუფში არსებულ ნორმებს და ითვისებენ ჯგუფისადმი სოლიდარობას, ჯგუფში არსებული წესების დაცვას, ადგილის დამკვიდრებას.

მოზარდები თანატოლებთან ურთიერთობისას შედარებებს აკეთებენ და ამის საფუძველზე აფასებენ საკუთარ შესაძლებლობებსა და ქცევას. შეფასებისას, მოზარდები აქცენტს აკეთებენ გარეგნობასა და იმ პიროვნულ თვისებებზე, რაც პოპულარობას უწყობს ხელს.

მოზარდების იერი (ვარცხნილობა, ჩაცმულობა) ხშირად უფროსებში გაღიზიანებას იწვევს. მაგრამ უნდა გვახსოვდეს, რომ მოზარდები სწორედ უფროსებისგან განსხვავებულ ჩაცმის სტილს ირჩევენ, რითაც პროტესტს უცხადებენ საზოგადოებაში დამკვიდრებულ ნორმებს, იმავდროულად, ჩაცმის სტილით გამოხატავენ გარკვეული ჯგუფისადმი მიკუთვნილობას. იგივე ფუნქციას ასრულებს ლაპარაკის მანერა, მუსიკა, რომელსაც უსმენენ. ეს ყველაფერი მოზარდთა სუბკულტურას წარმოადგენს.

იდენტობის ჩამოყალიბებაში ოჯახს უმნიშვნელოვანესი როლი აკისრია. მშობლების ძირითადი ამოცანები, ერთი შეხედვით, პარადოქსულია. მშობლები, რომლებიც კარგად ართმევენ თავს თავიანთ ფუნქციებს, ერთი მხრივ, უქმნიან მოზარდებს დაცულობისა და მხარდაჭერის ატმოსფეროს. მოზარდი გრძნობს, რომ ის უყვართ ისეთი, როგორიც არის, ხოლო მეორე მხრივ, იგივე მშობლები ხელს უწყობენ მოზარდის ჩამოყალიბებას დამოუკიდებელ, ქმედითუნარიან პიროვნებად. სწორედ უსაფრთხო, მზრუნველ გარემოში არის შესაძლებელი დამოუკიდებელი პიროვნების ჩამოყალიბება.

სადამრიგებლო საათის თემატიკა კლასებისა და მიმართულებების მიხედვით

V კლასი

მიმართულება - პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

№	თემატიკა	შესვადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	თანამშრომლობა, აქტიური მოსმენა	4	
2	ტყუილს მოკლე ფეხები აქვს	1	
3	როგორ მოვაგვაროთ კონფლიქტი	3	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
4	მე შემოიძლია სიბრაზის მართვა	3	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
5	კამათის ხელოვნება	3	
6	მეგობრობა	1	
7	ახალი ნაცნობების შეძენა	1	

მიმართულება - ზემოქმედებითი და კულტურული განვითარება

№	თემატიკა	შესვადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	როგორ გადავაქციოთ წვეულება ზეიმაღ	2	
2	მარტო სახლში	2	
3	წესები, რომელიც სჭირდება საზოგადოებას	3	
4	ჩემი ქალაქი/სოფელი (გარემოს დაცვა)	3	
5	ეტიკეტი	2	
6	ბუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება	5	

VI კლასი

მიმართულება - პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

№	თემატიკა	შესვადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	დღის რეჟიმი, მისი ორგანიზება	2	
2	ცხოვრების ჯანსაღი წესი	2	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის ან ექიმის მიერ
3	მსგავსება და განსხვავება, შემ-წყნარებლობა	2	
4	მოთმინება/ნებისყოფა	2	

5	სამართლიანობა	2	
6	პატივისცემა	2	
7	ძალა/სიძლიერე	2	
8	წონასწორობა	2	
9	მეტსახელები - იარლიყები	1	

მიმართულება - შემეცნობითი და კულტურული განვითარება

№	თემატიკა	შესავადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	ბავშვთა უფლებები	2	
2	როგორ ვეცნობით კლასიკას	2	
3	უცნაურობა ლექსიკა	1	
4	ბუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება	9	

VII კლასი

მიმართულება - პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

№	თემატიკა	შესავადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	გატაცება თუ დამოკიდებულება	1	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
2	უნდა გვეშინოდეს თუ არა კრიტიკის	1	
3	სიმორცხვე	2	
4	მარტოობა	2	
5	ჯგუფი თუ ინდივიდუალობა	2	
6	თამბაქოს მავნე ზეგავლენა	1	თემის ჩატარება შესაძლებელია ექიმის მიერ
7	უკვე დიდი ვარ	1	

მიმართულება - შემეცნობითი და კულტურული განვითარება

№	თემატიკა	შესავადრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	იუმორი ჩვენს ცხოვრებაში	1	
2	მიმბაძველობა - კუმირები და თაყვანისმცემლები	1	
3	ბუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება	5	

VIII კლასი

მიმართულება - პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

№	თემატიკა	შეხვედრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	რას ნიშნავს ვიყო მოზარდი - თინეიჯერი?	2	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
2	ფიზიოლოგიური ცვლილებები - პიგიენა	1	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
3	მინდა ვიყო პოპულარული	2	
4	მომხიბვლელობა	2	
5	არა ძალადობას!	2	
6	კონფორმიზმი	1	
7	ლიდერობა	2	
8	ხასიათის სიმტკიცე	1	

მიმართულება - შედეგებითი და კულტურული განვითარება

№	თემატიკა	შეხვედრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	ჩაცმის სტილი - ჩვენი იმიჯი	2	
2	ბუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება	2	

IX კლასი

მიმართულება - პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

№	თემატიკა	შეხვედრების რაოდენობა	შენიშვნა
1	როგორ ვსწავლობთ, როგორ ვისწავლოთ უკეთ	3	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
2	თვითგანვითარება	2	
3	ჩემი მიზანი	2	
4	ჩემი არჩევანი, მომავალი პროფესია	2	
5	სწრაფვა წარმატებისკენ	2	
6	სასკოლო შფოთვა- როგორ მოვემზადოთ გამოცდებისთვის	3	თემის ჩატარება შესაძლებელია ფსიქოლოგის მიერ
7	რა არის გენდერული როლები?	1	
8	ვინ ვარ მე?	1	
9	სიყვარული	1	

მიმართულება - შედეგებითი და კულტურული განვითარება

№	თემატიკა	შესწავლის რაოდენობა	შენიშვნა
1	ბუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება	3	

სადამრიგებლო საათის ნიმუშები:

V კლასი

მიმართულება – პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

თანამშრომლობა

აქტივობა 1.

მიზანი: ჯგუფში მუშაობის უნარის განვითარება, საერთო საქმეში თანამშრომლობის მნიშვნელობის გააზრება;

მიმდინარეობა: დამრიგებელი მოსწავლეებს ესაუბრება სამყაროს მრავალფეროვნების შესახებ, რომ სხვადასხვა ჯგუფში გაერთიანებულნი არიან სხვადასხვა ინტერესის, მსოფლმხედველობის მქონე ინდივიდები.

თითოეული ინდივიდი ვითარდება გარკვეულ სოციალურ გარემოში და საზოგადოებასთან ურთიერთობის შედეგად. ინდივიდზე გავლენას ახდენს კონკრეტული საზოგადოების ნორმები, ტრადიციები, კულტურა და კანონები. კონკრეტული ინდივიდი თავის ქვეყნის მოქალაქეა და მას აქვს უნარი იურთიერთოს სხვა კულტურის წარმომადგენლებთან.

დამრიგებელი გონებრივ იერიშის მეთოდს მიმართავს: „რა უნარები არის აუცილებელი მოქალაქისთვის?“

მოსწავლეების მოსაზრებები დაფაზე ფიქსირდება.

გთავაზობთ შესაძლო პასუხებს: თანამშრომლობის, მოთმინების, სამართლიანობის, სხვისი, განსხვავებული აზრის პატივისცემის.

დამრიგებელი იწყებს საუბარს თანამშრომლობის მნიშვნელობაზე. ამისთვის ის დაფაზე წერს სიტყვას „თანამშრომლობა“. სთხოვს მოსწავლეებს, აღნიშნული ცნების განმარტებას.

დამრიგებელი აფიქსირებს დაფაზე მოსწავლეთა მოსაზრებებს.

დამრიგებელი უსვამს მოსწავლეებს შეკითხვას. თანამშრომლობისას ჯგუფის თითოეული წევრი თანაბრად არის ხოლმე ჩართული პროცესში?

ამისათვის დამრიგებელი კლასს 4-5 — კაციან ჯგუფებად ყოფს.

სთავაზობს ჯგუფური სამუშაოს თემებს, რომელიც ჯგუფებმა უნდა აირჩიონ და შემდეგ წარმოადგინონ პრეზენტაცია.

ჯგუფური სამუშაოს თემებია: მაგ.,

1. კლასის ცხოვრების გამრავალფეროვნება სხვადასხვა ღონისძიებით/კლასგარეშე აქტივობით;
2. სკოლის ცხოვრების გამრავალფეროვნება – განვითარება, სკოლის საერთო კულტურის ჩამოყალიბება;
3. გასართობი ცენტრების ორგანიზება მოზარდთათვის;
4. საყმაწვილო გადაცემების გამრავალფეროვნება.

ჯგუფური სამუშაოს შესასრულებლად მოსწავლეებს ეძლევათ 15-20 წუთი, ხოლო პრეზენტაციისთვის 2-3 წუთი.

სამუშაოს პრეზენტაციის შემდეგ დამრიგებელი ჯგუფის წევრებს უსვამს შემდეგ შეკითხვებს:

- თუ იყავით ჩართულნი აღნიშნული აქტივობის შესრულებაში?
- შეიტანეთ წვლილი დავალებაში?

- აუცილებელი იყო თქვენი მონაწილეობა?
- დავალებაზე მუშაობისას აღმოაჩინეთ რაიმე თვისება საკუთარ თავში?
- იყავით ჯგუფის ლიდერი?
- ხართ რაიმეთი უკმაყოფილო მუშაობის პროცესში?
- შეიძინეთ გამოცდილება მუშაობის პროცესში?

დამრიგებელი აჯამებს სამუშაოს. ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რომელი პიროვნული თვისებები გამოვიყენეთ თანამშრომლობის პროცესში:

მოსწავლეები გვთავაზობენ შემდეგ სავარაუდო პასუხებს:

- ✓ ყურადღება;
- ✓ ჯგუფის მართვის/ლიდერობის უნარი;
- ✓ ორგანიზების უნარი (სამუშაოს დაგეგმვის, განაწილების, დროის კონტროლის);
- ✓ დახმარების;
- ✓ მოთმინების.

დამრიგებელმა შესაძლოა დაავალოს მოსწავლეებს, რომ ენციკლოპედიაში, ინტერნეტში მოძებნონ სიტყვის „თანამშრომლობა“ განმარტება ან მოიძიონ გამონათქვამები თანამშრომლობასთან დაკავშირებით.

რა არის აუცილებელი თანამშრომლობისთვის?

მოსწავლეები ასახელებენ მოსაზრებებს.

დამრიგებელი აჯამებს და ხაზს უსვამს, რომ თანამშრომლობისთვის მნიშვნელოვანია აქტიური მოსმენა.

აქტიურ მოსმენაში იგულისხმება, რომ თქვენ ისმენთ არა მხოლოდ ყურით, არამედ თვალითაც. (მოსმენისას ყურადღება უნდა მიაქციოთ არა მხოლოდ მოსაუბრის სიტყვებს, არამედ მის ჟესტებს, მიმიკას).

დამრიგებელი უსვამს შეკითხვებს მოსწავლეებს: „როგორ ხვდებით, როდესაც მეგობრები, მშობლები არ გისმენენ? რას გრძნობთ ასეთ დროს?“ „რას გრძნობთ, როდესაც თქვენ გისმენენ?“

აღამიანებს, როდესაც გვისმენენ, გვიჩნდება განცდა იმისა, რომ ჩვენ გვაფასებენ. როდესაც გვისმენენ, ჩვენ უფრო მეტი იდეა გვიჩნდება. სადამრიგებლო საათის დროს მნიშვნელოვანია, ვისაუბროთ სხვადასხვა თემაზე, ჩამოვაყალიბოთ სხვადასხვა იდეა. ამიტომ აქტიური მოსმენის უნარის გავარჯიშება აუცილებელია.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს შემდეგ აქტივობას:

აქტივობა 2.

მიზანი: აქტიური მოსმენის მნიშვნელობის გააზრება;

მასალა: ბარათები სხვადასხვა ინსტრუქციითა და სასაუბრო თემით.

ინსტრუქციები: მაგ., ბარათზე, შესაძლოა, დანერგილი იყოს შემდეგი ინსტრუქციები: „არ უყურო მოსაუბრეს“, „შეეცადე, შეაცვლეწინო სასაუბრო თემა“, „მიეცი რჩევები, რომელსაც არ საჭიროებს“, „შეაწყვეტინე ყოველი ფრაზის დასრულებამდე“, „უყურე თვალებში, დაუქნიე თავი“, „დაუსვი შეკითხვები ამბის დაზუსტების მიზნით“.

სასაუბრო თემები: მაგ., როგორ გავატარე არდადეგები, ჩემი საყვარელი ფილმი, საყვარელი მსახიობი, კურიოზი, რომელიც გადამხდა...

მიმდინარეობა: კლასიდან გამოვყოფთ ორ ადამიანს, რომელთაგან ერთი მთხრობელია, მეორე კი მსმენელი. მსმენელი მაგიდაზე დანყობილი ინსტრუქციებიდან ირჩევს ერთ - ერთს, არ ამხელს, თუ რა ინსტრუქცია შეხვდა.

მსმენელსაც შეუძლია აირჩიოს თემა წინასწარ შეთავაზებული თემებიდან, რომელზედაც ისაუბრებს ან თვითონ დაიწყოს რაიმე ამბის მოყოლა. მსმენელი ასრულებს შესაბამის ინსტრუქციას. თითოეული წყვილის დიალოგი 2 წთ-ზე მეტ ხანს არ გრძელდება.

წყვილის „გათამაშების“ შემდეგ დამრიგებელი ეკითხება დამკვირვებლებს, თუ რას აკეთებდა მსმენელი. პასუხები შესაძლოა იყოს შემდეგნაირი: „არ უსმენდა“, „არ აინტერესებდა“, „მოეწონა სასაუბრო თემა“ და ა.შ.

ამის შემდეგ დამრიგებელი ეკითხება მოსაუბრეს, თუ რას გრძნობდა თამაშის მსვლელობისას.

მთხრობელის პასუხებიც, შესაძლოა, შემდეგნაირი იყოს: „არ აინტერესდა“, „არ მისმენდა“, „მეწყინა“.

დამრიგებელი სთხოვს მთხრობელს, რომ აღწეროს, თუ როგორ იქცეოდა მსმენელი და ცდილობს ზუსტად ააღწერინოს, თუ რას აკეთებდა მსმენელი. მაგ., თუ მსმენელის როლი იყო, არ შეეხება მოსაუბრისთვის, დამრიგებელი ეკითხება მსმენელს, თუ რის შესახებ საუბრობდა მსმენელი. ის იმეორებს. დამრიგებელი კი აჯამებს აქტივობას და აღნიშნავს, რომ როდესაც ჩვენ საუბრის დროს არ გვიყურებენ, გვიჩნდება განცდა, რომ არ გვისმენენ და ეს საკმაოდ უსიამოვნოა.

აქტივობის შემდეგ, ან შემდეგ შეხვედრაზე, დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს აქტიური მოსმენის გასაჯარჯიშებელ მეთოდებზე:

- ✓ **ღია პოზის შენარჩუნება.** იმისთვის, რომ მოსაუბრე ადამიანმა კარგად იგრძნოს თავი, უმჯობესია, მას ისე მოვუხმინოთ, რომ ხელები და ფეხები არ გვექონდეს გადაჯვარედინებული, ჩვენ კი ოდნავ გადახრილი ვიყოთ თანამოსაუბრისკენ.
- ✓ **თვალეში ყურება.** რამდენად გიჩნდებათ სურვილი ესაუბროთ იმ ადამიანს, რომელიც არც კი გიყურებთ თვალეში? გგონიათ, რომ ეს ადამიანი თქვენ არ გისმენთ? ხოლო როდესაც თვალეში უყურებთ ადამიანს, უკვე კონცენტრირება გააკეთეთ იმაზე, რასაც ის ამბობს.
- ✓ **დაბრუნება იმასთან, რაც უკვე ითქვა.** ძალიან კარგი ხერხი, რომლითაც აგრძნობინებთ ადამიანს, რომ მას უსმენთ, მისი საუბრის მთავარ აზრთან მიბრუნებაა. ამაში იგულისხმება, რომ თქვენ გასურთ გადაამოწმოთ, რომ ნამდვილად გაიგეთ ის, რასაც გეუბნებოდათ თანამოსაუბრე.
- ✓ **დააზუსტეთ მნიშვნელობა იმისა, რაც გაიგონეთ.** მაგ.: „სწორად გავიგე, როდესაც ბრძანეთ, რომ...“ „ამას გულისხმობდით?“

აქტივობა 3.

მიზანი: არავერბალური კომუნიკაციის უნარის განვითარება;

მასალა: ბარათები სხვადასხვა ემოციით.

მიმდინარეობა: მოსწავლე, სურვილისამებრ, გამოდის დაფასთან, ირჩევს ბარათს და პანტომიმით გამოხატავს ემოციას. კლასმა უნდა გამოიცნოს, თუ რა ემოცია გამოხატა პრეზენტატორმა.

დამრიგებელი სვამს შეკითხვას, თუ რა ისწავლეს მოსწავლეებმა აღნიშნული აქტივობით.

დამრიგებელი საუბრობს იმაზე, რომ ჩვენ შეგვიძლია გამოვიცნოთ მოსაუბრის ემოცია არა მხოლოდ სიტყვიერად, არამედ მიმიკასა და ჟესტებზე დაკვირვებითაც.

ტყუილს მოკლე ფიქები აქვს

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვებს: რატომ იტყუებიან ზოგჯერ ადამიანები? რა განსხვავებაა მათი აზრით ფანტაზიასა და ტყუილს შორის. (სთავაზობს განმარტებით ლექსიკონში მოიძიონ მათი მნიშვნელობა).

შესაძლოა, შესთავაზოს სადისკუსიო თემა: „ყოველთვის ზიანის მომტანია ტყუილი?“

სიტუაცია 1.

ნანიკომ მე - 8 კლასი დაასრულა თუ არა, სხვა სკოლაში გადანიშნა გადასვლა. ახალი სკოლისა და შთაბეჭდილებების მოლოდინში დასასვენებლად ბორჯომში გაემგზავრა. იქ თავის თანატოლები გაიცნო, რომლებიც ძალიან მოეწონა და მათთან დამეგობრების დიდი სურვილი გაუჩნდა. ახალ ნაცნობებზე შთაბეჭდილებების მოხდენის მიზნით გოგონამ, ფანტაზიურობა დაიწყო. უამბო, რომ მას ჰყავს ულამაზესი დოგი, რომელსაც სხვადასხვა შეჯიბრებაზე უამრავი ჯილდო აქვს მიღებული, ჰყავს უფროსი ძმა, გამოჩენილი სპორტსმენი. თვითონ კი აქვს პეპლების უნიკალური კოლექცია, რომელიც ალფირში ცხოვრების დროს შეაგროვა.

საკუთარ თავზე ინფორმაციის მიწოდების შემდეგ ნანიკო დაინტერესდა, თუ რომელ სკოლაში სწავლობდნენ ახალი ნაცნობები. წარმოიდგინეთ, მისი მდგომარეობა, როდესაც აღმოჩნდა, რომ ახალი ნაცნობები იმავე, ახალი სკოლიდან იყვნენ.

შეკითხვები:

1. თქვენი აზრით, როგორ უნდა მოიქცეს ნანიკო?
2. რატომ დაიწყო ტყუილების მოყოლა?
3. რას ურჩევდით, ახალი ნაცნობების შეძენისას, როგორ სჯობს მოიქცეს?

სიტუაციების გარჩევის შემდეგ დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ტყუილის თქმის სავარაუდო მიზეზებზე:

ადამიანები ხშირ შემთხვევაში მაშინ ვიტყუებით, როდესაც გარკვეული მოქმედება უკვე განხორციელებულია და განხორციელების შემდგომ მის მართებულობაში ეჭვი გვეპარება.

გარდა ამისა, ადამიანები შეიძლება ცრუობდნენ ისეთ სიტუაციაში, როდესაც არჩევანის გაკეთება უხდებათ ორ უსიამოვნო გარემოებას შორის: როდესაც სიმართლის თქმით შეიძლება მეორე ადამიანს გული ვატკინოთ და მასთან ურთიერთობა „გავიფუჭოთ“ (ასეთ შემთხვევაში დანაშაულის გრძობა ჩნდება). ტყუილის თქმის შემთხვევაში კი, მიუხედავად იმისა, რომ ვიცით, ეს არ არის სწორი საქციელი, ვფიქრობთ, რომ ტყუილმა შეიძლება მეორე ადამიანი დაამშვიდოს. თუმცა, ტყუილს, როგორც წესი, თან ახლავს დანაშაულის ან სირცხვილის გრძობა, მაგრამ იმ კონკრეტულ შემთხვევაში ურთიერთობის დაძაბვას ტყუილი თქმას ვამჯობინებთ.

დამრიგებელი შეკითხვებით მიმართავს მოსწავლეებს:

- როგორ სჯობს ასეთ სიტუაციაში მოქცევა?
- რეალურად როგორ არჩევანს ვაკეთებთ ცხოვრებაში?

განვასხვავოთ ერთმანეთისგან ორი ცნება: **განზრახვა** და **ქცევა**.

განზრახვა არის ადამიანის მზაობა განხორციელოს კონკრეტული ქცევა. განზრახვის შესახებ იცის მხოლოდ სუბიექტმა, გარემოსთვის/გარშემომყოფთათვის კი ის ცნობილი ხდება მხოლოდ ქცევის განხორციელების შემთხვევაში.

ქცევა კი რეალობაში განხორციელებული განზრახვაა, რომელზედაც დაკვირვება შეუძლიათ გარშემომყოფებს.

როდესაც ადამიანი ცრუობს, ის ცუდად იქცევა, მაგრამ თუ გავითვალისწინებთ იმას, რომ ადამიანს, რომელმაც მოიტყუა, სიტუაციიდან გამომდინარე, შესაძლოა, სხვა გზა არ ჰქონდა (ან იმ მომენტში ვერ მოიფიქრა უკეთესი გამოსავალი), ამ არგუმენტებზე დაყრდნობით, შეგვიძლია გამოვყოთ ის სავარაუდო მიზეზები, რის გამოც ადამიანებმა შეიძლება იცრუონ:

- ✓ არ სურთ სხვა ადამიანისთვის გულის ტკენა;
- ✓ სურთ თავიდან აიცილონ დასჯა;
- ✓ სურთ თავიდან აირიდონ კონფლიქტი;
- ✓ არ სურთ გაამხილონ სიმართლე, რომელიც მათ ნაკლოვან მხარეებს წარმოაჩენს;
- ✓ სურთ სხვებთან უკეთ წარმოაჩინონ საკუთარი თავი.

თუ მიზეზებს ყურადღებით გავაანალიზებთ, აღმოვაჩენთ, რომ ადამიანები ხშირ შემთხვევაში ცრუობენ ვიღაცის მიმართ შიშის გამო (მაგ., არ გვსურს გამხელა, რომ სკოლაში გაკვეთილები გვიან კი არ დაგვიმთავრდა, არამედ მეგობრებთან ერთად გარკვეული დრო სკოლის ეზოში დავყავით, ვინაიდან გვეშინია, რომ მშობლები გაგვინყრებიან). ამ შემთხვევაში პრობლემა შემდგომში მდგომარეობს: გვიჭირს უფროსებთან იმის აღიარება, რომ „წესი დავარღვიეთ“, ასეთ შემთხვევაში ღიად ვერ ვსაუბრობთ იმის თაობაზე, რომ გარკვეული დროის გატარება გვსურს მეგობრებთან და თავს ვარიდებთ უფროსებთან ამის თაობაზე წინასწარ შეთანხმებას.

გარდა ამისა, სიცრუეს ზოგჯერ განაპირობებს საკუთარი „სისუსტეების“ არაღიარება. მაგრამ მნიშვნელოვანია, ვიცოდეთ, რომ შიშის გრძნობა ან სიზარმაცე ყველა ადამიანისთვის დამახასიათებელი თვისებებია და სჯობს მის დაძლევაზე მუშაობა, ვიდრე კიდევ ერთი მანკიერი თვისების განვითარება.

როგორ მოვაგვაროთ კონფლიქტი?

კონფლიქტი და კონფლიქტური სიტუაციები ყოველდღიური ცხოვრების ნაწილია. მართალია, კონფლიქტი მასში მონაწილე მხარეებისთვის საკმაოდ უსიამოვნოა, მაგრამ ადამიანს შესწევს ძალა

მათ სამართავად ან მოსაგვარებლად.

კონფლიქტი არის უთანხმოება, რომელიც წარმოიშობა ინდივიდებს ან ჯგუფებს შორის. ძირითადად ხუთი ტიპის კონფლიქტს განიხილავენ: ღირებულებითი (დაკავშირებული ამა თუ იმ მოვლენის მიმართ გარკვეულ დამოკიდებულებებთან), ინფორმაციული (დაკავშირებული ინფორმაციის სიმცირე/სიჭარბესთან ან დეზინფორმაციასთან), ურთიერთდამოკიდებულებითი (რომელსაც ქმნის ურთიერთობის ნაკლებობა ან არარსებობა), ინსტიტუციური (დაკავშირებულია საზოგადოების წესებთან, ნორმებსა და კანონებთან) და ინტერესთა (დაკავშირებული მოთხოვნილებებთან ან ქცევებთან).

ამ ტიპის კონფლიქტები ხშირია ყოველდღიურ ცხოვრებაში, ზოგ შემთხვევაში, ერთდროულად რამდენიმე სახის კონფლიქტი იჩენს თავს.

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვას, თუ როგორი სახის კონფლიქტს აქვს ხოლმე ადგილი ძირითადად მოზარდთა ცხოვრებაში. ან სთავაზობს სიტუაციებს და ეკითხება, თუ კონფლიქტის რომელ სახეს აქვს ადგილი?

სიტუაცია 1.

„ერთერთ კლასში ახალი მოსწავლე გადმოვიდა. კლასმა ახალი წევრი დიდი სიხარულით არ მიიღო. თავიდან ახალი მოსწავლე ცდილობდა თანაკლასელებთან დამეგობრებას. უყვებოდა მათ საკუთარ ინტერესებზე: რომ ძალიან მოსწონდა სკეიდბორდით სრიალი და პოპ მუსიკა. მაგრამ აღმოჩნდა, რომ მის თანაკლასელებს სრულიად სხვა ინტერესები გააჩნდათ და მისი ათვალისწინება დაიწყეს. მათ შორის ურთიერთობა გვარიანად დაიძაბა“.

სიტუაცია 2.

„ერთ-ერთ კლასში წლების განმავლობაში პირველ მერხზე ერთი მოსწავლე იჯდა. მაგრამ მათ კლასში ახალი მოსწავლე გადმოვიდა და მასაც პირველ მერხზე ჯდომის დიდი სურვილი აღმოაჩნდა. რადგან მის კლასში მოსწავლეები თვითონ ირჩევდნენ ადგილს. მოსწავლეებს შორის ურთიერთობა დაიძაბა“.

სიტუაციების გარჩევის შემდეგ დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ არსებობს კონფლიქტის მოგვარების მრავალი ხერხი. ისინი ძირითადად 3 ტიპად შეიძლება დაიყოს.

მოგება – მოგება - ისეთ გადაწყვეტილებამდე მისვლა, როდესაც ორივე მხარე მოგებულია;

მოგება – წაგება - ასეთ კონფლიქტში მხოლოდ ერთი მხარე იგებს;

წაგება – წაგება - კონფლიქტი ორივე მხარისთვის წამგებიანია.

მაგალითად, ავიღოთ ბურთის გამო მოჩხუბარი ბავშვები. უფროსი ჩაერევა, და ან ორივეს ერთად ათამაშებს, ან თანაბარი დროით მისცემს თითოეულ მათგანს. თუ უფროსი მხოლოდ ერთ ბავშვს ათამაშებს, მაშინ მხოლოდ ერთი მათგანი იქნება მოგებული, ხოლო თუ უფროსი ბურთს ორივეს წაართმევს, მაშინ ორივე წაგებული იქნება.

კონფლიქტის გადასაჭრელად სხვადასხვა სტრატეგია არსებობს: განრიდება, კონკურენცია, კომპრომისი, თანამშრომლობა (მოლაპარაკება) და შეგუება.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს კონფლიქტის მოგვარების სტრატეგიების მოფიქრებას შემდეგი სიტუაციისთვის:

სიტუაცია 3.

„გიორგიმ დავალების რვეული ათხოვა თავის მეგობარ ვატოს. ვატოს რვეული დაეკარგა. მეორე დღეს გიორგის შეკითხვაზე: „რვეულს როდის დამიბრუნებო“, ვატომ არხეინად მიუგო: „აღარ მაქვს შენი რვეული და რა ვქნაო“. მათ შორის დაიძაბა ურთიერთობა“.

დამრიგებელი ჯგუფებად ყოფს მოსწავლეებს და სთავაზობს კონფლიქტის მშვიდობიანი სტრატეგიის მოფიქრებას.

შესაძლოა, დამრიგებელმა მოსწავლეებს შესთავაზოს შემდეგი აქტივობა:

აქტივობა 1. „ტკბილი პრობლემა“

მიზანი: მოლაპარაკების უნარ — ჩვევების განვითარება;

მასალა: ორცხობილა, ხელსახოცები.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი მოსწავლეებს ესაუბრება, რომ კონფლიქტს ზოგჯერ რაიმეს დეფიციტი ან ურთიერთსაწინააღმდეგო მოთხოვნილება იწვევს. მაგ., ორ მოსწავლეს ერთსა და იმავე სკამზე უნდათ ჯდომა, ან და - ძმას ერთიდაიმავე დროს სურთ კომპიუტერზე მუშაობა. მაგრამ კონფლიქტის წარმოშობა თვითონ ბავშვებზეა დამოკიდებული.

დამრიგებელი შემდეგ ინსტრუქციას სთავაზობს მოსწავლეებს:

თითოეულ წყვილს დაურიგდებათ ერთი ორცხობილა და ერთი ხელსახოცი.

წყვილის არც ერთ წევრს არ ექნება უფლება შეეხოს ორცხობილას, სანამ არ მოელაპარაკება მეწყვილეს და ერთობლივად არ მიიღებენ გადაწყვეტილებას.

მოლაპარაკებისთვის დამრიგებელი 5-10 წუთს აძლევს. დასასრულს, ის აჯამებს თამაშს, აფიქსირებს მოსწავლეთა მიერ გამოყენებულ სტრატეგიებს.

შესაძლოა, დამრიგებელი ისევ მიუბრუნდეს მაგალითს. მაგ., კომპიუტერზე მუშაობის/თამაშის პრობლემას და შესთავაზოს, მოიფიქრონ პრობლემის იმავე სტრატეგიით გადაჭრა.

მე შამიქლია სიბრაზის მართვა

დამრიგებელი მოსწავლეებს ეკითხება, თუ რას გრძობენ ისინი, როდესაც უსამართლობის, და-ჩაგვრის ან აგრესიის შემსწრენი ხდებიან?

როგორია სიბრაზის განცდა? რას ვგრძნობთ, როდესაც ბრაზდებით?

დამრიგებელი განუმარტავს მოსწავლეებს, რომ უსამართლო სიტუაციაზე გაბრაზება ჩვეულებრივი რეაქციაა, რასაც ფიზიოლოგიურადაც ვგრძნობთ ხოლმე: მაგ., გულისცემა ხშირდება, კუნთები იჭიმება...

ხოლო, როგორ ვიქცევით არასასიამოვნო სიტუაციის დროს, ეს უკვე ჩვენს ხასიათზე, ტემპერამენტსა და საკუთარი თავის მართვის უნარზეა დამოკიდებული.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, გაიხსენონ, თუ რა აბრაზებთ მათ თანატოლებს ყველაზე ხშირად? არის თუ არა შესაძლებელი თავის არიდება ან სხვაგვარი დამოკიდებულება აღნიშნული პრობლემის/საკითხის მიმართ?

როგორ იქცევით მოზარდები, როდესაც ბრაზდებიან?

მოსწავლეებმა, შესაძლოა, ღიად გამოხატული აგრესიული ქცევები ჩამოთვალონ. დამრიგებელი ეკითხება მათ, ხომ არ იწვევს აღნიშნული ტიპის ქცევები პრობლემების მომრავლებას. მაგ., დაპირისპირება სერიოზულ ჩხუბში გადაიზარდა, მშობლები ჩაერთვნენ, ამის გამო კომუნიკაცია შეწყვეტიტ და ა.შ.

ამის შემდეგ დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რა გზებს მიმართავენ ისინი სიბრაზის გრძნობასთან გასამკლავებლად?

ან თვითონ სთავაზობს ჩამონათვალს: ზოგჯერ ადამიანი იოლად მშვიდდება გუნებაში ოცამდე დათვლით, ზოგს სასიამოვნო სიტუაციის მოგონება შველის, ზოგს „სიბრაზის გრძნობის“ დახატვა, ზოგისთვის კი სპორტული აქტივობებია ყველაზე ეფექტური.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ესაუბრება **ასერტული** - თავდაჯერებული ქცევის მნიშვნელობაზე.

დამრიგებელი უხსნის მოსწავლეებს, რომ ადამიანები სხვადასხვაგვარად იქცევიან პრობლემურ სიტუაციაში:

ზოგი აგრესიულად იქცევა — აგრესიულია ადამიანი, რომელიც არ ისმენს სხვის აზრს, მუდამ ჩხუბობს, ხმამაღლა საუბრობს.

ზოგი გაუბედავად იქცევა — უჭირს საკუთარი აზრის გამოთქმა, ლაპარაკობს ხმადაბლა, ძალიან იოლია მისი დაყოლიება.

ზოგი თავდაჯერებულია — საუბრობს მშვიდად, კამათისას ყოველთვის გამოთქვამს საკუთარ

აზრს, აფიქსირებს, თუ რას გრძნობს პრობლემური სიტუაციის დროს, მოწინააღმდეგესაც ეკითხება მის პოზიციასთან დაკავშირებულ მოსაზრებას, ეძებს გამოსავალს.

დამრიგებელი განიხილავს პრობლემურ სიტუაციას:

სიტუაცია 1.

„ნატო დაბადების დღის აღსანიშნავად ემზადება. ის სტუმრების სიას ადგენს. საზეიმო სამზადისში მას უახლოესი მეგობარი, თამუნა ეხმარება. ნატომ სიაში ჩანერა მეზობელი გოგონა სოფო. აღმოჩნდა, რომ თამუნას არ მოსწონს სოფო და ნატოს უთხრა, ეს სოფო არ დაპატიჟოო. სოფო ნატოს ძალიან ახლო მეგობარია და თამუნას ნათქვამზე გული სტკივა“.

ნატო აგრესიულად რომ მოქცეულიყო, თამუნას წაეჩხუბებოდა — სოფო ჩემი მეგობარია და როგორც მინდა, ისე მოვიქცევიო.

გაუბედავად რომ მოქცეულიყო, ხმადაბლა ეტყოდა, რომ სოფო ძალიან უყვარს, მაგრამ თამუნას ძალიან რომ „ეყოჩაღა“, შესაძლოა, არც დაეპატიჟებინა სოფო დაბადების დღეზე.

თავდაჯერებულად რომ მოქცეულიყო, ასე უპასუხებდა: „თამუნა, სოფო მე ძალიან მიყვარს და გული მტკივა, ჩემ მეგობარზე ასე რომ ამბობ. თქვენ ჩემთვის ორივე ძვირფასი ხართ და ორივენი მიყვარხართ. ძალიან მინდა, რომ ორივე იყოთ ჩემს დაბადების დღეზე. შენ არ ხარ ვალდებული, რომ ჩემსავით გიყვარდეს სოფო, მაგრამ როგორც ჩემს მეგობარს და სტუმარს, გამეხარდება, რომ კარგად შეხვდე“.

შესაძლებელია, დამრიგებელმა როლური თამაშიც შესთავაზოს მოსწავლეებს.

დამრიგებელმა ბარათებზე წინასწარ უნდა დაწეროს სიტყვები: „თავდაჯერებული“, „გაუბედავი“, „აგრესიული“. მოსწავლეებს შესთავაზოს პრობლემური სიტუაცია და სთხოვოს რეაგირება არჩეული როლის შესაბამისად. თანაკლასელებმა კი უნდა გამოიცნონ, თუ რა როლი შეხვდა მათ თანაკლასელს.

დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას, ამბობს, რომ პრობლემას ყოველთვის გაამწვავებს აგრესიული ქცევა, ხოლო ნაკლებად გაამწვავებს გაუბედავი ან თავდაჯერებული საქციელი. თავდაჯერებული ქცევის დროს მოსწავლეს ეძლევა შესაძლებლობა, არ შეილახოს მისი უფლება და დააფიქსიროს საკუთარი პოზიცია.

კამათის ხელოვნება

დამრიგებელი უსვამს შეკითხვებს მოსწავლეებს:

- გიყვართ კამათი?
- ხშირად კამათობთ ხოლმე?

ის შემდეგ სიტუაციას სთავაზობს მოსწავლეებს:

სიტუაცია 1.

„კოტე მე - 9 კლასის მოსწავლეა. ის ძალიან აქტიური და ემოციური ადამიანია. მას ერთი საინტერესო თვისება აქვს: ყოველთვის დარწმუნებულია საკუთარ სისწორეში და სხვადასხვა თემაზე ხშირად ეკამათება მასწავლებლებს, თანატოლებს, მშობლებს. თანაც თემას დიდი მნიშვნელობა არა აქვს - იქნება ეს სპორტი, პოლიტიკა თუ ხელოვნება. თანაც კამათის დროს კოტე ყოველთვის ხმას უმაღლესს და ძალიან ბრაზდება, თუ ვინმე მის საწინააღმდეგო აზრს გამოთქვამს. ხშირად კამათი ჩხუბითა და კოტეს გაბუტვით მთავრდება. ასე ეცლება მეგობრები კამათის მოყვარულ კოტეს. იგი ზოგს შეურაცხყოფას აყენებს, ზოგსაც ებუტება. ასე რომ, ახლა ბიჭები მასთან პოლემიკაში შესვლას გაურბიან, მასწავლებლები კი სიმშვიდისკენ მოუწოდებენ.“

კოტე მართლაც ცუდ დღეშია, ვინაიდან საკუთარი აზრების დემონსტრირება აღარავისთან შეუძლია“.

- „როგორ ფიქრობთ როგორ უნდა მოიქცეს კოტე?“
- „რა უნდა გაითვალისწინოს მან კამათისას?“
დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას და ესაუბრება მოსწავლეებს კამათის წესებზე:
კამათის დროს აუცილებელია, ელემენტარული წარმოდგენა გვქონდეს საკითხზე, რომელზე-
დაც ესაუბრობთ, აუცილებლად უნდა მოვუსმინოთ მეორე მხარეს. მოსაზრების გამოთქმა კი, სა-
სურველია შემდეგი სიტყვებით დავიწყოთ: „ჩემი აზრით...“ ვინაიდან, ხშირად ადამიანები სწორედ
ისეთ თემებზე ვკამათობთ რაც ძალიან სუბიექტურია.

მიმართულება - პედაგოგიური და კულტურული განვითარება

როგორ გადავწყვიტოთ წვეულება ზეიმად?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ დაბადების დღე ან სხვადასხვა სადღესასწაულო
თარიღი ყველა ადამიანის ცხოვრებაში მნიშვნელოვანი მოვლენაა.

ყველას გვსურს, რომ ზეიმა, წვეულებამ კარგად ჩაიაროს და მასთან დაკავშირებით სასიამოვნო
მოგონებები დაგვრჩეს ჩვენც და ჩვენს სტუმრებსაც.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, შეკითხვა დაუსვას მოსწავლეებს, თუ რას ითვალისწინებენ ისინი
წვეულების ორგანიზებისას?

შესაძლოა, ჯგუფებში მუშაობა და შემდეგ ნამუშევრების პრეზენტაცია შესთავაზოს მოსწავ-
ლეებს.

- დამრიგებელი აჯამებს მონაწილეთა გამოსვლას და აფიქსირებს შემდეგ პუნქტებს:
- ✓ წვეულების ორგანიზებისას, აუცილებელია, რომ მშობლებთან მოხდეს შეთანხმება, თუ რა
დროს გაიმართება წვეულება, რამდენი სტუმრის დაპატიჟება იქნება შესაძლებელი;
 - ✓ სასურველია, სტუმრების სიის ჩამოწერა, თუ ვის დაპატიჟებას ვაპირებთ; ყველა სტუმარი იც-
ნობს თუ არა ერთმანეთს, სად იქნება სასურველი სტუმართა უმრავლესობისთვის უცნობი ადა-
მიანის განთავსება;
 - ✓ აუცილებელია, სტუმრებს ჩვენ თვითონ შევაცხოვინოთ წვეულების შესახებ (დავურეკოთ, თუ
ყველა კლასელის დაპატიჟებას ვგეგმავთ, კლასში გამოვაცხადოთ ან მოსაწვევები გავუგზავ-
ნოთ) ერთი დღით ადრე მაინც, რათა მან მშობლების ინფორმირება ან საკუთარი გეგმების შეც-
ვლა მოახერხოს;
 - ✓ შეიძლება წინასწარ მოვიფიქროთ, თუ რა ტიპის მუსიკას შევთავაზებთ ჩვენს სტუმრებს, ვინ
იქნება პასუხისმგებელი მუსიკის ორგანიზებაზე, შესაძლოა, თამაშობების ან სახლის მორთუ-
ლობის წინასწარ მოფიქრება.

მართო სახლში

დამრიგებელი უჩვენებს მოსწავლეებს ნახატებს, სადაც სხვადასხვა ყოფილი სიტუაციაა გამო-
სახული. მაგ., ბავშვები თამაშობენ მაღალსართულიანი სახლის აივანზე, ბავშვი დამოუკიდებლად
ანთებს გაზქურას, ბავშვი დანით თლის ფანქარს, ბავშვი კითხულობს წიგნს, ბავშვი ბეჭდავს კომპი-
უტერზე.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რომელი სიტუაცია არის მეტად საფრთხის შემცვე-
ლი? სიტუაციების დასახელების შემდეგ დამრიგებელი გონებრივ იერიშის მეთოდს მიმართავს და
ეკითხება, თუ როგორ უნდა მოიქცნენ ბავშვები, როდესაც სახლში მარტო რჩებიან?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ სახლში მარტო დარჩენისას, არ შეიძლება გაზ-
ქურით სარგებლობა, ელექტრომონაცხილობების გამოყენება, არც მშობლების კოსმეტიკით თამაში
არის სასურველი.

სახლში მარტო ყოფნისას, ისეთი საკვების მირთმევა არის სასურველი, რომელიც გაცხელებას
არ საჭიროებს. ცხელი ზეთით ან წყლით შესაძლებელია თავის დაზიანება. ასეთი რამ თუ მოხდა,
სასწრაფოდ უნდა შეუშვიროთ დაზიანებული ადგილი ცივ წყალს, შემდეგ კი მშობლებს დაურეკოთ.

არ შეიძლება ნატკენი ადგილის უფროსებისთვის დამალვა. თუ დამწვარ ადგილზე პატარა წყლული გაჩნდა, არ შეიძლება წყლულის გახეთქვა ან წვალება.

სახლში მარტო ყოფნისას, ელექტროხელსაწყოებსაც ფრთხილად უნდა მოვეპყრათ. დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, იციან თუ არა მათი გამოყენების წესები? დამრიგებელი აფიქსირებს მოსწავლეთა მოსაზრებებს. უხსნის მათ, რომ არ შეიძლება ელექტროხელსაწყოთა სველი ხელით შეხება ან ჩართული ხელსაწყოთა შეკეთება.

სახლში ყოფნისას ყურადღება უნდა მივაქციოთ, ხომ არ ზუზუნებს ელექტროხელსაწყო, ჩამრთველი ხომ არ არის გაშვებული? ასეთ დროს აუცილებლად უნდა დავურეკოთ უფროსებს.

დამრიგებელი უსვამს მოსწავლეებს შეკითხვას: რა უნდა მოვიმოქმედოთ, თუ მოულოდნელად ვიღაც ზარს რეკავს.

დამრიგებელი აფიქსირებს მოსწავლეთა მოსაზრებებს: უნდა გავიხედოთ ჭუჭრუტანაში, თუ ადამიანი უცნობია, მას კარი არ უნდა გავუღოთ.

აქტივობა 1.

დამრიგებელს შეუძლია შესთავაზოს მოსწავლეებს როლური თამაში, რომელიც წყვილებში სრულდება: ერთი იყოს „უცნობი სტუმარი“, მეორე კი „მარტო მყოფი ბავშვი“. ჯგუფის დანარჩენი წევრები მაყურებლები არიან. შემდეგ იცვლება წყვილები. თამაშის მთავარი მიზანია, „მარტო მყოფმა“, „უცნობი სტუმარს“ არ გაუღოს კარი.

დამრიგებელი ბავშვებს აძლევს საშინაო დავალებას სთავაზობს, მოიფიქრონ ოჯახის წევრებთან ერთად, რა უნდა მოიმოქმედონ ასეთ დროს.

წესები, რომელიც სჭირდება საზოგადოებას

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სიტუაციებს:

სიტუაცია 1.

„წარმოიდგინე, რომ მიდიხარ ქუჩაში და მეორე მხარეს გინდა გადასვლა, თუმცა, ახლოს შუქნიშანი არსად არის. იქვე კი არის მინისქვეშა გადასასვლელი. როგორ მოიქცევით ასეთ სიტუაციაში: გადაირბენთ ქუჩას, თუ ისარგებლებთ მინისქვეშა გადასასვლელით?“

სიტუაცია 2.

„ახალი წელი მოდის და საახალწლოდ ბუნებრივი ნაძვის ხე გინდათ რომ გქონდეთ. როგორ მოიქცევით? იყიდით გასაყიდად გამოტანილ ბუნებრივ ნაძვის ხეს, თუ ახლომდებარე ტყის მასივში პატარა, ლამაზ ნაძვის ხეს შეარჩევთ და მოჭრით?“ პასუხი დაასაბუთეთ.

სიტუაცია 3.

„მიდიხარ ქუჩაში და ძალიან მოგინდათ ნაყინი. ნაყინის მირთმევის შემდეგ ხელში შეგჩრათ ცარიელი ქაღალდი. როგორ მოიქცევით: ქაღალდს იქვე გადაადგებთ, თუ უახლოს ნაგვის ურნას იბოვით?“ პასუხი დაასაბუთეთ.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, მოსწავლეები ჯგუფებად დაყოს, მათ შესთავაზოს რეალური სიტუაციების მოფიქრება, შემდეგ კი ჯგუფებმა განსახილველად გაცვალონ სიტუაციები.

სიტუაციების განხილვის შემდეგ, დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ კანონები მხოლოდ კანონმდებელთა „ახირება“ კი არ არის, არამედ მათი შესრულება, ადამიანთა კეთილდღეობას ემსახურება. თუ წარმოვიდგენთ, რა შეიძლება მოჰყვეს საგზაო მოძრაობის წესების არარსებობას, ფანჯრებიდან ნაგვის გადმოყრას, ტყეების გაჩეხვას და ა.შ. ასეთი სიტუაცია არავისთვისაა სასურველი.

კანონები, რომლებიც ემსახურება ადამიანის უფლებების დაცვას, მათ კეთილდღეობას, მშვიდობიანი გარემოს შექმნას, თავად მოქალაქეებისთვისაა აუცილებელი და მათი აღსრულება იძულებითი არ უნდა იყოს.

ჩემი ქალაქი (გარემოს დაცვა) - ჰაერის სისუფთავის კვლევა; დავიცვათ გუნება

აქტივობა 1.

მიზანი: ქალაქსა თუ სოფელში ჰაერის სისუფთავის კვლევა;

მასალა: პოლიეთილენის პარკები, პატარა ფურცლები, ფლომასტერი.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი აღნიშნულ აქტივობას სკოლის გარეთ სეირნობისას სთავაზობს მოსწავლეებს.

ის სთხოვს მოსწავლეებს, რომ შეაგროვონ ფოთლები სხვადასხვა ადგილებიდან:

✓ ბაღის იმ ნაწილიდან, რომელსაც ქუჩა ესაზღვრება;

✓ ბაღის სიღრმიდან.

ბავშვები ფოთლებს სხვადასხვა პარკში ჩააწყობენ და დაურთავენ წარწერას, თუ საიდან აკრიფეს ისინი.

კლასში მობრუნებისას, დამრიგებელი სთხოვს წყვილებს, ცალ-ცაკლე ქილებში გარეცხონ პარკის სიღრმიდან და გზის პირას აღებული ფოთლები.

ფოთლების გარეცხვის შემდეგ, ბავშვებმა უნდა შეადარონ ერთმანეთს ქილებში არსებული წყლის სისუფთავე.

დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას, საუბრობს ტრანსპორტის მავნე ზეგავლენის შესახებ ჰაერის სისუფთავეზე.

აქტივობა 2.

მიზანი: გარემოს დაცვის მნიშვნელობის გაცნობიერება;

მასალა: სახატავი ფურცლები, ფლომასტერები, ფანქრები.

მიმდინარეობა: კლასი იყოფა 4-5 — კაციან ჯგუფებად და ურიგდებათ მასალა. დამრიგებელი სთხოვს ჯგუფებს ხის მოჭრის საწინააღმდეგო თემატიკით შექმნან პლაკატი. შესაძლოა, დამრიგებელმა ორგანიზება გაუკეთოს აღნიშნულ თემატიკასთან დაკავშირებული გამოფენის ორგანიზებასაც.

ეტიკეტი

დამრიგებელი უსვამს მოსწავლეებს შეკითხვას: თქვენი აზრით რას ნიშნავს სიტყვა „ეტიკეტი?“ დამრიგებელი აჯამებს მოსწავლეების მოსაზრებებს და განმარტავს, რომ ეტიკეტი არის საზოგადოებაში ქცევის წესები.

ეტიკეტის რამდენიმე სახე არსებობს, მათ შორისაა:

საზოგადოებრივი ეტიკეტი – რომელიც მოიცავს წესებს, ტრადიციებს, პირობითობებს, რომლებსაც ადამიანები იცავენ ადამიანებთან ურთიერთობისას სხვადასხვა საზოგადოებაში.

დიპლომატიური ეტიკეტი - არის დიპლომატიების ან სხვა ოფიციალური პირების ქცევის წესები შეხვედრებზე, მოლაპარაკებებსა და წვეულებებზე.

ადამიანი სოციალური არსებაა, ის სხვა ადამიანების გარემოცვაში იზრდება და ვითარდება. ამიტომ ყოველთვის უნდა გვახსოვდეს, რომ ისე უნდა ვიმოქმედოთ, რომ არ შევლახოთ სხვა ადამიანების უფლებები.

სერვანტესი წერდა, რომ „არაფერი ჯდება მასზედ იაფი და არაფერი ფასობს ისე ძვირად, როგორც ზრდილობა“.

ნებისმიერი ურთიერთობა მისაღმებით იწყება. სხვადასხვა კულტურაში მისაღმების სხვადასხვა ფორმა არსებობს. მაორის ტომის მაცხოვრებლები მისაღმებისას ერთმანეთს ცხვირს ადებენ,

ტიბეტის მაცხოვრებლები მისაღმებისას ენას ყოფენ და მარცხენა ხელს ყურს უკან იდებენ, ამით მოსაუბრეს აგრძნობინებენ, რომ მზად არიან მათ მოუსმინონ. იაპონელები მისაღმებისას სამი ტიპის თავის დახრას მიმართავენ: დაბალს, საშუალოსა და მსუბუქს.

დამრიგებელი აქტივობას სთავაზობს მოსწავლეებს:

აქტივობა 1.

მიზანი: კომუნიკაციის უნარის განვითარება, განტვირთვა;

მიმდინარეობა: მოსწავლეებმა წყვილებში უნდა მოიფიქრონ მისაღმება და შემდეგ წარუდგინონ ჯგუფს.

კლასი ხმას აძლევს თითოეულ ჯგუფს. დამრიგებელი, შესაძლოა, შეუთანხმდეს მოსწავლეებს, რომ კვირის განმავლობაში, ერთმანეთთან მისაღმებისას გამოიყენონ მისაღმების ის ფორმა, რომელმაც განსაკუთრებით ბევრი ხმა მიიღო.

ჩვენს ქვეყანაში, ევროპასა და ამერიკაში ადამიანები მისაღმებისას ერთმანეთს თავს უკრავენ, ხელს ართმევენ, გადაკოცნიან.

თუ გვინდა, რომ ადამიანები ერთმანეთს წარუდგინოთ, ზრდილობის წესები მოითხოვს, რომ უმცროსი წარუდგინოთ უფროსს, მამაკაცი – ქალს. თუმცა ბევრ ქვეყანაში, განსაკუთრებით კი დასავლეთში, კომუნიკაციისას, ასაკისა და სქესის ფაქტორი მხედველობაში არ მიიღება, მნიშვნელობა მხოლოდ თანამდებობას ენიჭება.

ხელის ჩამორთმევისას, უფროსი ადამიანი პირველი უწვდის ხელს უმცროსს, ქალბატონი, მამაკაცს.

სტუმრების მიღებისას კი, ბუნებრივია, სტუმრებს ზრდილობიანად მივესალმოთ, საჩუქარი მათი თანდასწრებით გავსცხნათ და მადლობა გადავუხადოთ.

ოთახში შესვლისას, პირველი ესაღმება ახალშემოსული, ხოლო ტელეფონზე დარეკვისას, ბუნებრივია, ის ადამიანი, ვინც რეკავს. თუ საუბარი მოულოდნელად შეწყდა, ხელმეორედ უნდა დარეკოს მან, ვინც პირველი რეკავდა.

დამრიგებელი უსვამს შეკითხვას მოსწავლეებს: ეხმარებიან თუ არა უფროსებს სუფრის განწყობაში? კონკრეტულად, რა ფუნქცია აკისრიათ?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს მაგიდის განწყობის ტრადიციაზე: ჩანგლები, სასურველია, დავდოთ თეფშის მარცხნივ, ხოლო დანები, მარჯვნივ. თეფშის წინ იდება ჭიქა. ხელსახოცის დადება, სასურველია ჩანგლის მარცხენა მხარეს ან ლამაზად გადაკეცილისა თეფშზე.

უნდა გავითვალისწინოთ, რომ ხილის მირთმევისას: ვაშლს სასურველია კანი შემოვაცალოთ, დავჭრათ ნაჭრებად, გული კი მოვაცალოთ; ფორთოხალს კი შეგვიძლია კანი შემოვაცალოთ, ლებნები დავაცალკეოთ ან მრგვალად დავჭრათ.

კრემიანი ნამცხვარი, სასურველია, მივირთვათ კოვზით, ფხვიერი ნამცხვარი კი ხელით. მნიშვნელოვანია, ჭამის შემდეგ ხელსახოცის გამოყენება, ჭამამდე და მის შემდეგ კი ხელების დაბანა.

VI კლასი

მიმართულება – პიროვნული, მოქალაქური და სოციალური განვითარება

დღის რეჟიმი, მისი ორგანიზება

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს: „რამდენად ხშირად ვამბობთ ფრაზას - დრო არ მაქვს“.

- რა საქმიანობაა ისეთი, რისთვისაც დრო არ გვრჩება? (მაგ., ვარჯიში, მეგობრის მონახულება).
- რა ფაქტორები გვიშლის ხელს ჩამოთვლილი აქტივობების შესრულებაში?
თუ აღნიშნული აქტივობები ჩვენთვის (ან ჩვენი საქმიანობისთვის) მართლაც მნიშვნელოვანია, მაშინ შეგვიძლია ვიფიქროთ დროის უკეთ ორგანიზებაზე.

პირველ რიგში, საჭიროა იმ საქმიანობების ჩამოწერა, რომელსაც ყოველდღიურად ვასრულებთ. ასევე სასურველია საჭირო დროის მითითება თითოეული აქტივობის შესასრულებლად. ხომ

არ არის ჩვენს დღის განრიგში ისეთი საქმიანობები, რომელიც დიდ დროს მოითხოვს და აუცილებელი სულაც არ არის (მაგ., ვინმესთან ყოველდღიური სატელეფონო საუბარი ან კომპიუტერზე თამაში). აუცილებელია ვიფიქროთ დროის რეგლამენზე.

სასურველია დღის რეჟიმის შედგენა, რომელიც შეიძლება ან პლაკატის ან ბლოკნოტში ჩანაწერის სახით გაფორმდეს. ასე უფრო იოლი იქნება გამოინახოს „ცარიელი სივრცე“, რომლის შევსებაც მოხერხდება იმ საქმიანობით, რომლისთვისაც დრო აღარ გვრჩება.

გთავაზობთ ტიპურ ნიმუშს:

დრო	აქტივობა
7.30 - 8.30	გაღვიძება, დილის ვარჯიში, მონესრიგება, საუზმე
8.30	სკოლაში წასვლა
14.30	სკოლიდან დაბრუნება
15.00- 15.30	სადილი, დასვენება
15.30–17.00	მეცადინეობა
17.30-18.30	მუსიკის გაკვეთილზე წასვლა
18.30-20.00	სეირნობა, მეგობრების ვიზიტი
20.00	ვახშამი
21.00-22.00	კითხვა, ტელევიზორის ყურება,
22.00	დაძინება

ცხოვრების ჯანსაღი წესი

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ცხოვრების ჯანსაღი წესის მნიშვნელობაზე და სთხოვს, ამოირჩიონ ის თვისებები, რომლებიც, მათი აზრით, ახასიათებს ჯანმრთელ ადამიანს:

- ✓ აქტიური;
- ✓ მოხრილი;
- ✓ ძლიერი;
- ✓ მოუქნელი;
- ✓ მოთენთილი;
- ✓ მხიარული.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, თუ რა უნდა მოვიმოქმედოთ იმისთვის, რომ თავი მხნედ ვიგრძნოთ? დამრიგებელი სთავაზობს ჩამონათვალს, რაც (მათი აზრით) გვეხმარება მხნე განწყობილების, კარგი განწყობის შექმნაში:

- ✓ დილით ადრე ადგომა;
- ✓ შხაპის მიღება;
- ✓ გვიანობამდე ძილი;
- ✓ ტელევიზორის გვიანობამდე ყურება;
- ✓ ვარჯიში.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ კარგი განწყობის, ჯანსაღი სხეულის ფორმირებაში გვეხმარება დილის ვარჯიში. ის სასურველია ერთსა და იმავე დროს შევასრულოთ. ვარჯიშის დაწყებამდე, აუცილებელია ოთახის განიავება.

დილის ვარჯიშის გარდა, საკუთარი ჯანმრთელობის მდგომარეობისა და შესაძლებლობების გათვალისწინებით, მიზანშეწონილია სპორტზე ან ცეკვაზე სიარული.

ჯანმრთელობის შესანარჩუნებლად აუცილებელია ჯანსაღი კვება.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს პროდუქტების ჩამონათვალს, რომელთაგან მოსწავლეებმა უნდა ამოირჩიონ ჯანმრთელობისთვის საჭირო პროდუქტები, შემდეგ კი დაასაბუთონ არჩევანი.

- ✓ თევზი;

- ✓ რძის პროდუქტები;
- ✓ შოკოლადი;
- ✓ ჩიფსები;
- ✓ სტაფილო;
- ✓ გაზიანი სასმელები.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, შემდეგი შეხვედრისთვის მოსწავლეებს სთხოვოს ჩამოთვლილი საკვების სარგებლიანობისა ან ზიანის შესახებ პრეზენტაციის მომზადება.

მსგავსება და განსხვავება

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს დახატონ პორტრეტები. შესაძლოა, წინასწარ მომზადებული მასალით შექმნან კოლაჟები.

მოსწავლე, რომელიც ასრულებს სამუშაოს, ნამუშევარს კედელზე აკრავს.

დამრიგებელი აფიქსირებს, რომ ყველას ნამუშევარი სრულიად განსხვავებულია. თითოეულ ჩვენთაგანს განსხვავებული გარეგნობა, შეხედულებები, გემოვნება გვაქვს.

დამრიგებელი დაფაზე აკრავს ადამიანის გამოსახულებას და მოსწავლეებს უსვამს ასეთ შეკითხვას: „ერთ მშვენიერ დღეს, ყველანი ზუსტად ერთნაირები რომ გავხდეთ, რა მოჰყვება ამას?“ დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სიტუაციას:

სიტუაცია 1.

„სალომე და თიკო კლასელები არიან. სალომეს ძალიან უყვარს ჯაზი, ხშირად უსმენს ელ ჯეროს. თიკოს კი ყველაზე მეტად ფინქი უყვარს. ერთ დღეს გოგონები შეკამათდნენ, თუ რომელია, მათი აზრით საუკეთესო მომღერალი. კამათით გაცხარებულმა თიკომ სალომეს ულტიმატუმი წაუყენა: 15 წუთს გაძლეო მოსაფიქრებლად და თუ ისევ განაცხადებ, რომ ელ ჯერო საუკეთესო მომღერალია, შენთან აღარ ვიმეგობრებ და არც აღარასდროს მოვალ შენთან სტუმრადო. სალომე დაბნეულია, არც თიკოს დაკარგვა სურს და არც იმის აღიარება, რომ ფინქი საუკეთესო მომღერალია“.

შეკითხვები:

1. რამდენად სამართლიანია თიკოს ქცევა?
2. ყოველთვის სამართლიანად ექცევიან ადამიანები ერთმანეთს?
3. რას ურჩევდით თიკოს? რას ურჩევდით სალომეს?

დამრიგებელი განაგრძობს: „დღეს ჩვენ ვისაუბრებთ შემწყნარებლობაზე, სხვა ადამიანის შინაგანი სამყაროს მიმართ ფაქიზ დამოკიდებულებაზე, თითოეული ადამიანის სურვილზე, გაუგოს სხვა ადამიანს“.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს შემდეგ გამონათქვამებს:

- ✓ არ გაუკეთო სხვას ისეთი რამ, რაც შენ ტკივილს გაყენებს;
- ✓ მოექცით სხვებს ისე, როგორც გინდათ რომ თქვენ მოგექცნენ;
- ✓ მიიჩნიეთ მეზობლის წარმატება თქვენ წარმატებად და მისი დანაკარგი თქვენ დანაკარგად;
- ✓ ბედნიერებისა და განსაცდელის დროს ისე მოექცით სხვებს, როგორც გინდათ რომ თქვენ მოგექცნენ;
- ✓ მე შემიძლია არ დავეთანხმო თქვენს მოსაზრებას, მაგრამ მე სიცოცხლეს გავწირავ იმისთვის, რომ თქვენ გქონდეთ მისი გამოთქმის უფლება.

დამრიგებელი კლასს ყოფს 3-4 — კაციან ჯგუფებად. ავალებს ახსნან თითოეული გამონათქვამის აზრი და დააფიქსირონ, რა არის საერთო აღნიშნულ მოსაზრებებს შორის.

დამრიგებელი ავალებს მოსწავლეებს განმარტებით ლექსიკონში მოიძიონ სიტყვის „შემწყნარებლობა“ მნიშვნელობა და ოჯახის წევრებს, მეგობრებს, მათთვის მნიშვნელოვან ადამიანებს სთხოვონ აღნიშნული სიტყვის განმარტება (დაახლოებით 4-5 ადამიანს) ან მოსაზრების გამოთქმა და მომავალ სადამრიგებლო საათზე მოაწიონ პრეზენტაცია.

დამრიგებელი ნიმუშისთვის სთავაზობს ერთ-ერთი ფსიქოლოგის მოსაზრებას შემწყნარებლობის/ტოლერანტობის თაობაზე:

„ტოლერანტობა არის სხვა ადამიანის გაგების ხელოვნება. მისი სიმბოლო არის ნოეს კიდობანი, რომელშიც ადამიანები, ცხოველები, ფრინველები მშვიდობიანად თანაარსებობდნენ. ტოლერანტობა, პირველ რიგში, არის სხვისი განსხვავებულობის მიღება და ხელშეწყობა.“

მომდევნო სადამრიგებლო საათზე მოსწავლეები წარმოადგენენ ნამუშევრებს, მსჯელობენ, თუ რომელი მოსაზრება მოეწონათ ყველაზე მეტად და რატომ?

მოსწავლეები ქმნიან შემწყნარებლობის/ტოლერანტობის ღერბს და აკრავენ კლასში.

მოთმენა

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, რას ნიშნავს მათი აზრით, მოთმენება?

აფიქსირებს მოსწავლეთა მოსაზრებებს:

მოსწავლეებს უხსნის, რომ მოთმენა არის დროის ორგანიზება, ეს არის ცოდნა იმისა, თუ როდის სჯობს მოქმედება. ეს არის ხელოვნება - იყო ერთდროულად აქტიურიც და პასიურიც.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, მოიფიქრონ, მოთმენების მაგალითები. როდესაც მათ მოთმენის გამო მიაღწიეს წარმატებას ან სთავაზობს გონებრივი იერიშის მეთოდს: **რაში ეხმარება ადამიანს მოთმენის უნარი?**

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, რომ მოიძიონ ცნობილი ადამიანების მოსაზრებები მოთმენის უნართან დაკავშირებით ან თვითონ სთავაზობს მათ.

„არაფერია უფრო ძლიერი, ვიდრე იდეა, რომლის დროც მოვიდა“. (ევერეტ დირკსენი - ამერიკელი სენატორი).

„ვერავინ იქნება ბრძენი, თუ არ იქნება მომთმენი“. (ფრენსის ბეკონი - ინგლისელი ფილოსოფოსი, ისტორიკოსი, პოლიტიკური მოღვაწე).

სამართლიანობა

დამრიგებელი დაფაზე წერს სიტყვას „სამართლიანობა“.

ეკითხება მოსწავლეებს დაფიქრდნენ, თუ რა სიტყვებისგან შედგება აღნიშნული სიტყვა.

მოსწავლეები ახმოვანებენ, რომ სიტყვაში შემდეგი სიტყვები შედის: „სამართალი“, „მართალი“. სთხოვს, განმარტებით ლექსიკონში მოიძიონ აღნიშნულ სიტყვათა განმარტებები.

სამართლიანობა მოიაზრებს იყო მართალი სხვადასხვა სიტუაციაში საკუთარი თავისა თუ სხვების წინაშე.

დამრიგებელი სვამს კითხვებს:

- რამდენად სამართლიანად ვიქცევით ხოლმე?
- რამდენად სამართლიანია გარემო ჩვენს მიმართ?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ სამართლიანი ქცევა ეფუძნება საზოგადოების წესებსა და კანონებს. მაგრამ ზოგჯერ რთულია გააცნობიერო სამართლიანობის მნიშვნელობა, თუ არ გააანალიზებ უსამართლობას.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს წყვილებად და სთხოვს, გაიხსენონ უსამართლობის ფაქტები, რომლებსაც შესწრებიან სკოლაში, ქუჩაში.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, მათი აზრით, რა ინვესტაცია ავსებდა უსამართლობას? (კანონების, წესების არცოდნა, მათი უგულვებელყოფა თუ სხვა ფაქტორები).

აქტივობა 1.

მიზანი: უსამართლობის ფაქტის გაცნობიერება;

მასალა: ფორმატის ფურცლები, ფერადი ფანქრები.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს ყვავილის დახატვას.

მოსწავლეები ხატავენ.

მასწავლებელი აძლევს უკუკავშირს „მე არ მომეწონა თქვენი ნამუშევრები, დაბალ ქულას გინერო“.

- ამგვარი შეფასება უსამართლოა;
- რატომ?
- პასუხი: მე არ მომიწონებია ზუსტი კრიტერიუმები, თუ როგორი ყვავილი უნდა დაგეხატათ, ამიტომ ჩემი შეფასება იყო უსამართლო.

აქტივობა 2.

მიზანი: წესების არსებობის მნიშვნელობის გაცნობიერება;

მასალა: ფორმატის ფურცლები, მარკერები.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი ქმნის 4 ჯგუფს. მოსწავლეებს აძლევს დავალებას: კლასში, სკოლაში ჯანსაღი განწყობისა და სამუშაო გარემოსთვის, რა წესებს შეიმუშავებდით მოსწავლეთათვის, მასწავლებელთათვის, მშობლებისთვის, სკოლის ტექნიკური პერსონალისთვის.

დავალების დასრულების შემდეგ უსვამს კითხვებს:

- რთულია წესების შემუშავება?
 - მათი დაცვა?
- სამართლიანობა არის ერთ-ერთი პრინციპი, რომელიც არეგულირებს ადამიანურ ურთიერთობებს (თავისუფლება, განათლება, პატივისცემა და ა.შ).
- დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, მოიფიქრონ სიტყვის „სამართლიანობა“ განმარტება.
- ასევე სთხოვს განმარტონ და იმსჯელონ ტ. ჯეფერსონის სიტყვების შესახებ:
- „კანონები იწერება ჩვეულებრივი ადამიანებისათვის, ამიტომ უნდა ეფუძნებოდეს ჯანსაღი გონიერების ჯანსაღ წესებს.“

პატივისცემა

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ ყველა ადამიანი უნიკალურია, კონკრეტულ საკითხებთან დაკავშირებით ყველას თავისი აზრი გააჩნია. ამიტომ, მნიშვნელოვანია ყველა ადამიანის და მათი მოსაზრებების პატივისცემა. ამგვარი დამოკიდებულება კარგ განწყობას უქმნის ადამიანს, აგრძნობინებს საკუთარ ღირებულებას.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს ცნობილ ადამიანთა გამონათქვამებს და სთხოვს მოსწავლეებს ამოარჩიონ, თუ რომელი მოსწონთ ყველაზე მეტად, შემდეგ ახსნან, თუ რატომ მოეწონათ.

- მოძღვრება ადამიანთა სიყვარულზე - ეს არის სხვებს პატივის სცემდე, ისე, როგორც სცემ პატივს საკუთარ თავს (კონფუცი - ჩინელი ფილოსოფოსი);
 - ის, ვინც კარგავს სხვების პატივისცემას, არც საკუთარ თავს აფასებს (ფ. დოსტოევსკი).
- დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სქემას.

სქემა 1.

ადამიანები, რომელთაც ვცემ პატივს	ადამიანები, რომლებიც მა მცემენ პატივს

აქტივობის დასრულების შემდეგ დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შემდეგ კითხვებს:

- თვლით, რომ ვისაც პატივს სცემთ, ყველა მათგანი თქვენი ახლობელია?
 - რა უფრო იოლია: პატივს სცემდეთ ახლობელ ადამიანს თუ უცხოს? როგორ ფიქრობთ, რატომ?
- დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს რომელიმე ცნობილი ადამიანის პორტრეტს (მწერლის,

მეცნიერის, საზოგადო მოღვაწის. თუ ბავშვები მას არ იცნობენ, უყვება მის შესახებ) და ეკითხება, იმსახურებს აღნიშნული ადამიანი პატივისცემას? რა თვისების ან თვისებების გამო?

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჯგუფურ სამუშაოს სთავაზობს: ჩამოწერონ რჩევები ადამიანისთვის, რომელსაც სურს, რომ პატივისცემას იმსახურებდეს.

- ჯგუფური სამუშაოს შემდეგ სთავაზობს რჩევებს;
- გამოხატეთ გულწრფელი ინტერესი ადამიანების მიმართ;
- დაინახეთ პოზიტიური თვისებები ადამიანებში; ნუ დააფიქსირებთ მხოლოდ უარყოფით თვისებებს და გახსოვდეთ, რომ ყველა ადამიანს გვაქვს როგორც დადებითი, ასევე ნაკლებად დადებითი თვისებები;
- გამოავლინეთ ადამიანების მიმართ ყურადღება, ზრუნვა, საჭიროების შემთხვევაში, დაეხმარეთ მათ;
- მოუსმინეთ და პატივი ეცით ადამიანთა მოსაზრებებს, იმისდა მიუხედავად ეთანხმებით თუ არა მათ, არ შეაწყვეტინოთ საუბარი უხეშად, თქვენი მოსაზრება გამოთქვით ტაქტიკურად, აგრესიის გარეშე;
- თუ მაინც აწყვეტინებთ საუბარს, დაიწყეთ სიტყვებით: „ბოდიში, რომ განყვეტინებ, მაგრამ მე ვფიქრობ, რომ...“
- შეეცადეთ მიუტევოთ და გაუგოთ ადამიანებს, იმისდა მიუხედავად, მოგწონთ თუ არა მათი საქციელი.

ძალა (სიძლიერე)

დამრიგებელი დაფაზე წერს სიტყვებს: ძალა, სიძლიერე.

ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რა ასოციაციები უჩნდებათ აღნიშნულ სიტყვებთან დაკავშირებით?

თუ მოსწავლეები ყურადღებას მხოლოდ ფიზიკურ სიძლიერეზე ამახვილებენ, მაშინ დამრიგებელი სთხოვს, დაფიქრდნენ სხვა ასოციაციებზეც.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს 4-5 — კაციან ჯგუფებად და სთავაზობს შემდეგ დავალებებს:

აღნიშნულ სიტყვასთან დაკავშირონ რაც შეიძლება მეტი არსებითი სახელი (მოსწავლეები შეესაძლოა პასუხებს გვთავაზობენ: ფიზიკური ძალა, გონების ძალა, ნებისყოფის ძალა, პიროვნული სიძლიერე და ა.შ).

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს აღნიშნულ ტერმინთა განმარტებას.

სთავაზობს სადისკუსიო თემებს:

- რა მოიაზრება თითოეულ ტერმინში?
 - რაში გვეხმარება მაგ. ნებისყოფის ძალა? პიროვნული სიძლიერე? (შესაძლოა სთხოვოს როგორც პირადი, ასევე სხვების მაგალითების მოყვანა).
 - შესაძლებელია, აღნიშნული თვისებების გავარჯიშება? (დამრიგებელმა, შესაძლოა შესთავაზოს ლიტერატურული პერსონაჟის, მეცნიერის, სპორტსმენის ბიოგრაფია).
- მაგალითი: ლაშას მეორე დღისთვის სკოლაში პრეზენტაცია ჰქონდა მოსამზადებელი, ძალიან კარგი ამინდი იყო და მეზობელი ბიჭები ფეხბურთის სათამაშოდ უხმობდნენ. ლაშამ მეგობრებს მოუბოდიშა და პრეზენტაციისთვის მზადება განაგრძო.

შეკითხვები:

1. რაში გამოვლინდა ლაშას ნებისყოფის ძალა?
2. რაში დაეხმარა მას ნებისყოფის ძალა?
3. როგორ მოიქცეოდით, ლაშას ადგილზე რომ თქვენ ყოფილიყავით?

წონასწორობა

დამრიგებელი დაფაზე წერს სიტყვას „წონასწორობა“, სთხოვს მოსწავლეებს, გამოთქვან მოსაზრებები, რას ნიშნავს აღნიშნული სიტყვა. (შესაძლოა ექსპერიმენტის ჩატარება სასწოროთ).

დამრიგებელმა აღნიშნული ცნება, შესაძლოა, სახელმწიფოების მაგალითზე ახსნას.

სამყაროში განსხვავებული ადამიანები ცხოვრობენ, რომელთაც განსხვავებული იდეები და შეხედულებები გააჩნიათ. ხშირად კონფლიქტი და ომი სწორედ განსხვავებულობის გამო ხდებოდა. ამიტომ კონფლიქტის შეჩერების ერთ-ერთი გზა სწორედ იმის გააზრებით იწყება, რომ არ არსებობს აბსოლუტურად სწორი და არასწორი შეხედულებები. ნებისმიერი მხარე შეიძლება, რომ უშვებდეს შეცდომას.

ამის საილუსტრაციოდ, დამრიგებელმა შესაძლოა შემდეგი აქტივობები შესთავაზოს მოსწავლეებს:

აქტივობა 1.

მიზანი: განსხვავებული ხედვის მიღება, გაცნობიერება;

მასალა: ფურცელი ციფრით 6/9.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი კლასს ორად ყოფს, შუაში კი დებს ფურცელს, რომელზედაც ციფრი 6 წერია და ეკითხება, თუ რას ხედავენ სხვადასხვა მხრიდან მოსწავლეები. ნაწილი ასახელებს ციფრს - 6; ნაწილი კი 9 - ს.

დამრიგებელი სვამს შეკითხვას: ცდება თუ არა კლასის რომელიმე ნაწილი. თანხმდებიან იმაზე, რომ ყველა მართალია თავის გადასახედიდან.

ასევე, დამრიგებელმა მოსწავლეებს შეიძლება შესთავაზოს ორმაგი სურათები. და ჰკითხოს, რას ხედავენ მოსწავლეები?



აქტივობა 2.

მიზანი: შეთანხმების უნარის განვითარება

მიმდინარეობა: დამრიგებელი სთავაზობს კლასს დაგეგმონ კლასგარეშე ღონისძიება: ექსკურსია ქალაქში ან თეატრში.

მოსწავლეები გამოთქვამენ საკუთარ მოსაზრებებს.

კლასის წინაშე დგება პრობლემა.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს მოიფიქრონ, პრობლემის გადაჭრის გზები.

დამრიგებელი აჯამებს, რომ რომ ამგვარი პრობლემის მოგვარება შესაძლებელია ან კომპრომისით, ან დათანხმებით - შეთანხმების მიღწევის გზით. ეს ორი ცნება განსხვავებულია ერთმანეთისგან.

შეთანხმება (ჰარმონია) – ეს არის სხვადასხვა მხარის მოსაზრებების შერწყმა როდესაც საბოლოო გადაწყვეტილება აკმაყოფილებს ორივე მხარეს (ჩვენ შემთხვევაში შეიძლება იყოს ძველ ქალაქში წასვლა თეატრში).

კომპრომისი კი არის გადაწყვეტილება, როდესაც ორივე მხარე თმობს რაიმეს რათა მიაღწიონ

შეთანხმებას. ეს შეიძლება იყოს წასვლა თეატრში და ძველ ქალაქში გასეირნების სხვა დროისთვის გადადება.

სიტუაცია 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სიტუაციურ ამოცანას:

„ერთ საღამოს ოთხმა მეგობარმა: ლიზამ, ნატომ, დათომ და ანამ გადაწყვიტეს კინოში წასვლა. მაგრამ: ლიზას უნდა კომედიის ნახვა, ნატოს - რომანტიკული ფილმის, დათოს - დეტექტივის და ანას - საშინელებათა ფილმის. ამ ტიპის ფილმებს სხვადასხვა დროს სხვადასხვა კინოთეატრებში აჩვენებენ და მათი ხანგრძლივობა 2-2 საათია. რა უნდა მოიმოქმედონ მეგობრებმა რომ კონფლიქტი არ მოუვიდეთ?“

აქტივობა 3.

დამრიგებელმა შესაძლოა სხვა სიტუაციური ამოცანა შესთავაზოს მოსწავლეებს, რომლის გადაჭრისთვის საჭიროა ან კომპრომისის ან შეთანხმების გამოყენება.

სიტუაცია 2.

„ერთ ოჯახში, ერთ დღეს 3 ადამიანის დაბადების დღეა: შვილის, მამის და ბებულის. სამივე ოჯახის წევრთან სტუმრები მოვიდნენ. მაგრამ მამის სტუმრებს სურთ ცეკვა, ბებულის სტუმრებს სიმღერა, ბავშვებს კი - თამაში. სიტუაციას ისიც ართულებს, რომ სახლს ერთი დიდი ოთახი აქვს.“

აქტივობა 4.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, მოიფიქრონ, რა წესები უნდა დაიცვას საზოგადოებამ, რომ არ დაირღვეს წონასწორობა.

შესაძლოა, მოსწავლეებმა იმუშაონ ჯგუფებში და შემდეგ ნამუშევრების პრეზენტაცია გააკეთონ.

მიმართულება - შედეგებითი და კულტურული განვითარება

ბავშვთა უფლებები

1989 წელს გაერომ მიიღო ბავშვის უფლებათა კონვენცია. ბავშვთა უფლებების კონვენცია საქართველოში ძალაშია 1994 წლის 21 აპრილიდან.

ჟან ჟაკ რუსო ტრაქტატში საზოგადოებრივი შეთანხმების შესახებ (1762) წერდა, რომ „ხალხი, რომელიც ემორჩილება კანონებს, უნდა იყოს მისი შემქმნელი“.

დამრიგებელი გონებრივ იერიშს მიმართავს და მოსწავლეებს სთხოვს, გაიხსენონ ბავშვთა უფლებები.

დამრიგებელი დაფაზე აფიქსირებს მათ ჩამონათვალს.

ბავშვთა უფლებების კონვენციაში შესული უფლებები შემდეგ ჯგუფებად არის გაერთიანებული:

- ✓ ძირითადი უფლებები - სიცოცხლის, სახელის ან მოქალაქეობის ქონის;
- ✓ უფლებები ნორმალური ოჯახური გარემოს არსებობის აუცილებლობის შესახებ;
- ✓ უფლებები - მიმართული ბავშვის თავისუფალი პიროვნული განვითარების ხელშეწყობისკენ;
- ✓ უფლებები - მიმართული ბავშვის კულტურული განვითარებისკენ;
- ✓ უფლებები, რომელიც იცავს ბავშვებს სხვადასხვა ექსტრემალური სიტუაციებისგან.

ბავშვთა უფლებების დეკლარაცია ხელმოწერილია სხვადასხვა ქვეყნის მიერ, რომლებიც ვალდებული არიან მათ დაცვაზე. უფლებების დეკლარაცია ეხება ყველა ბავშვს, განურჩევლად მათი ეროვნებისა, სქესისა და აღმსარებლობისა.

გავშვის უფლებათა კონვენცია

(გამარტივებული ვარიანტი მოსწავლეთათვის)

(ჩვენი უფლებები - ბავშვის უფლებათა კონვენცია და მისი სწავლების მეთოდები. 2001)

მუხლი 1. 18 წლამდე ასაკის ყოველი ადამიანი ითვლება ბავშვად.

მუხლი 2. ყველა ბავშვი თანასწორია და ერთნაირი უფლებები აქვს.

მუხლი 6. ყველა ბავშვს აქვს სიცოცხლის უფლება.

მუხლი 7. ყველა ბავშვს დაბადებისთანავე აქვს სახელისა და მოქალაქეობის მიღების უფლება.

მუხლი 9. ყველა ბავშვს აქვს ოჯახში აღზრდისა და ორივე მშობელთან ურთიერთობის უფლება.

მუხლი 13. ყველა ბავშვს აქვს უფლება, გამოთქვას საკუთარი შეხედულება ყველა საკითხზე, რომელიც მას ეხება. მის შეხედულებებს სათანადო ყურადღება უნდა მიექცეს.

მუხლი 16. ყველა ბავშვი დაცული უნდა იყოს მის პირად ცხოვრებაში უკანონო ჩარევის, საცხოვრებლის ხელყოფისა და მისი ღირსებისა და რეპუტაციის შელახვისგან.

მუხლი 17. ყველა ბავშვს უფლება აქვს, დაუბრკოლებლად მიიღოს მისი განვითარებისათვის საჭირო ყველანაირი ინფორმაცია და მასალები.

მუხლი 20. სახელმწიფო ვალდებულია დაიცვას და დაეხმაროს იმ ბავშვებს, რომლებიც რაიმე მიზეზით მონყვეტილი არიან ოჯახს.

მუხლი 22. სახელმწიფო ვალდებულია დაიცვას და დაეხმაროს ლტოლვილ ბავშვებს. მათ ისეთივე უფლებები აქვთ, როგორც ყველა მათ თანატოლს.

მუხლი 23. ყველა შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვს აქვს უფლება იცხოვროს ისეთ პირობებში, რომელიც უზრუნველყოფს მისი ღირსების დაცვას, განუმტკიცებს მას საკუთარი ძალების რწმენას და გაუადვილებს საზოგადოებრივ ცხოვრებაში აქტიურ მონაწილეობას. სახელმწიფო ვალდებულია განსაკუთრებული მზრუნველობა გამოიჩინოს შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე ბავშვების მიმართ.

მუხლი 24. ყველა ბავშვს აქვს ჯანმრთელობის დაცვისა და უსაფრთხო ცხოვრების უფლება.

მუხლი 27. ყველა ბავშვს აქვს უფლება ჰქონდეს განვითარებისათვის საჭირო ყველა პირობა. მშობლები და სახელმწიფო ვალდებული არიან უზრუნველყონ ბავშვები საკვებით, ტანსაცმლითა და საცხოვრებლით.

მუხლი 28. ყველა ბავშვს აქვს განათლების უფლება.

მუხლი 30. ყველა ბავშვს აქვს უფლება, ილაპარაკოს მშობლიურ ენაზე.

მუხლი 31. ყველა ბავშვს აქვს თამაშისა და დასვენების უფლება.

მუხლი 32. ყველა ბავშვი დაცული უნდა იყოს ისეთი სამუშაოსაგან, რომელიც მავნებელია მისი ჯანმრთელობისათვის ან ხელს უშლის მის სწავლა-განათლებას.

მუხლი 37. ყველა ბავშვი დაცული უნდა იყოს ნებისმიერი სახის ძალადობისაგან.

მუხლი 38. ყველა ბავშვი დაცული უნდა იყოს ომისაგან. დაუშვებელია ბავშვების განწევვა შეიარაღებულ ძალებში.

მუხლი 42. ყველა ბავშვსა და უფროსს აქვს უფლება იცოდეს, რა წერია ბავშვის უფლებათა კონვენციაში.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სადისკუსიო თემას, თუ ვინ უნდა დაიცვას ბავშვთა უფლებები.

დისკუსიის დასრულების შემდეგ დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას:

ბავშვთა უფლებების დაცვა, პირველ რიგში, მშობლებს ევალებათ. მაგრამ მშობლების გარდა, ბავშვთა უფლებების დაცვაზე, მათ განათლებაზე, მკურნალობაზე სახელმწიფოც ზრუნავს.

მაგრამ ზოგჯერ ცხოვრებაში სამწუხარო ფაქტებიც ხდება და უხეშად ირღვევა ბავშვთა უფლებები. ასეთ შემთხვევაში, ბავშვის უფლებებს იცავს საქართველოს სახალხო დამცველის ბავშვთა უფლებების ცენტრი. ცენტრის ფუნქციაა ბავშვზე ზრუნვის დაწესებულების მონიტორინგი, ბავშვის უფლებების დარღვევის ცალკეული შემთხვევების შესწავლა/გამოკვლევა და მათზე რეაგირება, რეკომენდაციების შემუშავება.

ცენტრს შეიძლება მიმართოს: ბავშვმა, რომლის უფლებაც დაირღვა; ბავშვის მშობელმა ან ნათესავმა; ნებისმიერმა მესამე პირმა, რომელსაც მიაჩნია, რომ ბავშვის უფლება დაირღვა.

უცენზურო ლექსიკა

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ უცენზურო ლექსიკის გამოყენება ძალიან ცუდად მოქმედებს მსმენელზე. თანაც უცენზურო სიტყვების მოყვარული ადამიანები საზოგადოებაში ხშირად გაღიზიანებას იწვევენ.

დამრიგებელი სადისკუსიო თემებს სთავაზობს მოსწავლეებს:

- რატომ იყენებენ ზოგჯერ ადამიანები უცენზურო ლექსიკას?
- რა სიტუაციაში იყენებენ მას? არის თუ არა შესაძლებელი მსგავსი სიტყვების გარეშე სიტუაციის დარეგულირება?
- რას გრძნობთ, როდესაც გესმით მსგავსი სიტყვები?
- რა უნდა მოვიმოქმედოთ იმისთვის, რომ ადამიანებმა არ გამოიყენონ უცენზურო სიტყვები?

მოსწავლეები გამოთქვამენ მოსაზრებებს.

უცენზურო ლექსიკის გამოყენებით ბავშვები ზოგჯერ ხაზს უსვამენ საკუთარ დამოუკიდებლობას, გამობატავენ პროტესტს გარემოსადმი.

დამრიგებელი უხსნის მოსწავლეებს, რომ ამ დროს კი ხდება ყურადღების მიქცევა, მაგრამ განაჩენი მიზანი საზოგადოების ჩვენს წინააღმდეგ განწყობაა? ხომ არ სჯობს ყურადღების ცენტრში მეტად პოზიტიური აქტივობით მოვექცეთ?

საკუთარი მოსაზრების დაცვისას კი უცენზურო ლექსიკას ძირითადად თავის თავში დაურუნ-მუნებელი ადამიანები იყენებენ, ხშირად სხვისი წამხედურობით. ან იქნებ მათ კამათისას უბრალოდ არგუმენტები ან ცოდნა არ ჰყოფნიან?

უცენზურო სიტყვების გამოყენება დასაბამს ძველი დროიდან იღებს. ასეთი სიტყვებს იყენებდნენ შელოცვებსა და წყევლაში, ეყრდნობოდნენ რა მოსაზრებას, რომ სიტყვებს რეალური ზემოქმედება შეუძლიათ ადამიანებზე/ გარემოზე.

მსოფლიო ისტორიას ახსოვს პერიოდები, როდესაც უცენზურო სიტყვების გამოყენება კანონით ისჯებოდა.

ალბათ უმჯობესი იქნება მეტი გვეფიქრა საკუთარ სიტყვებზე, ყურადღების მიქცევის გზებსა და იმაზე, რომ „დიდობა“ პასუხისმგებლობის და ვალდებულებების ალების უნარით განისაზღვრება და არა მხოლოდ „ცუდი სიტყვების“ გამოყენებით.

როგორ ვეცნობით კლასიკას

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვებს:

- რა არის თქვენი საყვარელი ნაწარმოები?
- ვინ არის თქვენთვის საყვარელი ლიტერატურული პერსონაჟი?
- რის შესახებ გიყვარს ყველაზე მეტად კითხვა?
- საიდან ვეცნობით კლასიკურ ლიტერატურას? მაგ., ალ. დიუმას, ვ. ჰიუგოს ნაწარმოებებს?

(ფილმებიდან, მულტფილმებიდან თუ წიგნებიდან).

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სადისკუსიო თემას: კლასიკური ნაწარმოების მიხედვით გადაღებული ფილმები/მულტფილმები ხელს უწყობს თუ უშლის კითხვის სურვილის გაჩენას?

რა უპირატესობა გააჩნია კითხვას? დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს შემდეგი სადამრიგებლო საათისთვის წარმოადგინონ თავიანთი არგუმენტები.

VII კლასი

მიმართულება – პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

გატაცება თუ დამოკიდებულება

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს იმის თაობაზე, რომ ყველა ადამიანს გვაქვს დადებითი-ლობისგან, უსიამოვნო განწყობისგან გადართვის საშუალება, რაც დიდ სიამოვნებას გვანიჭებს.

მასწავლებელმა შესაძლოა დაუსვას მოსწავლეებს შეკითხვები:

1. რას მიმართავენ თქვენი თანატოლები იმისთვის, რომ დაისვენონ, ხასიათზე მოვიდნენ თავისუფალ დროს?
2. რამდენ დროს უთმობენ ასეთი ტიპის საქმიანობას?
3. შეიძლება, რომ ასეთი ტიპის გატაცება იქცეს პრობლემად?
4. რა შემთხვევაში ხდება ასე?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ ზოგჯერ გარკვეული გატაცება ადამიანის მთელ დროს მოიცავს და სხვა ინტერესებზე უარს ატყევენებს. ასეთ შემთხვევაში გატაცება პრობლემად იქცევა ხოლმე.

დამრიგებელმა შესაძლოა ორი სიტუაცია შესთავაზოს მოსწავლეებს:

სიტუაცია 1.

„გაგა პატარაობიდან ფეხბურთით იყო გატაცებული, სერიოზულად ვარჯიშობდა და სპორტსმენის კარიერაზეც ოცნებობდა.

ერთ დღეს მშობლებთან ერთად ავარიში მოყვა. სამივემ სერიოზული ტრავმები მიიღეს. ყველაზე მეტად გაგა დაშავდა, ექიმებმა რამდენიმე ოპერაცია გაუკეთეს, მართალია ფეხზე დადგა, მაგრამ პროფესიონალი სპორტსმენის კარიერა ვეღარ გააგრძელა.

გაგამ ძალიან განიცადა ეს ამბავი, სწავლაზეც გული აიცრუა, გაკვეთილების გაცდენაც დაიწყო. გუნება - განწყობილების გამოსწორების მიზნით, მშობლებმა მას კომპიუტერი უყიდეს. გაგა მალე მოიხიბლა კომპიუტერული თამაშებით და ინტერნეტიდან ახალი ინფორმაციის მოძიებით.

გაგას მშობლები თავიდან ძალიან კმაყოფილები იყვნენ, რომ მათი შვილი ახალ უნარ—ჩვევებს ეუფლებოდა, მაგრამ მალე შენიშნეს, რომ გაგა კომპიუტერიდან მხოლოდ საჭმელად თუ დგებოდა, ისიც დიდი ხვენწა-მუდარის შემდეგ. ყოველდღე ათას რამეს იმიზიზებდა, რომ სკოლაში არ წასულიყო. გაკვეთილების მომზადებაზე ხომ ლაპარაკიც ზედმეტი იყო, აღარც კლასელებთან დადიოდა სტუმრად და საერთოდ, იშვიათად გადიოდა გარეთ“.

სიტუაცია 2.

„ნანუკას ძალიან უყვარს თიხაზე მუშაობა. ორი წელია, რაც კერამიკის გაკვეთილებზე დადის. იგი თავის ნახელავს ხშირად ჩუქნის მეგობრებს. ნანუკა თავის გატაცებით არა მხოლოდ საკუთარ თავს, არამედ ახლობლებსაც ახალისებს“.

შეკითხვები:

1. რომელ შემთხვევაში არის გატაცება პრობლემა?
2. რატომ ფიქრობთ ასე?
3. როგორც მეგობრები, რას ურჩევდით გაგას?

უნდა გვეზინოდეს თუ არა კრიტიკის?

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვას, თუ როგორ ესმით სიტყვის „კრიტიკა“ მნიშვნელობა? სთავაზობს განმარტებით ლექსიკონში მის მოძიებას.

1. რა შემთხვევაში მივმართავთ კრიტიკას? რა შემთხვევაში გვაკრიტიკებენ?
2. რატომ არის კრიტიკა უსიამოვნო?
3. საჭიროა თუ არა კრიტიკა?
4. როგორი ფორმით უნდა მოხდეს კრიტიკა?
დამრიგებელი სიტუაციურ ამოცანას სთავაზობს მოსწავლეებს:

სიტუაცია 1.

„ლევანი საკმაოდ კარგი მოსწავლე და ნიჭიერი მხატვარია. მას ბევრი მეგობარიც ჰყავს, რომლებიც ლევანს საკმაოდ საინტერესო ადამიანად მიიჩნევენ. მაგრამ ყველა მეგობარმა იცის მისი ხასიათის თავისებურება. მას ძალიან არ უყვარს, როდესაც აკრიტიკებენ.“

ერთ მშვენიერ დღეს ლევანმა გადაწყვიტა, მონაწილეობა მიეღო პლაკატების კონკურსში, რომელსაც თბილისში ერთ-ერთი ორგანიზაცია ატარებდა. კონკურსი შავი ზღვის ეკოლოგიის თემას ეძღვნებოდა.

ლევანმა ბევრი ესკიზი შექმნა და ბოლოს საკონკურსოდ, თავისი აზრით, საუკეთესო შეარჩია. მეგობრებსაც უჩვენა პლაკატი და დასძინა, რომ ამ პლაკატით კონკურსს აუცილებლად მოიგებდა. მეგობრებს ძალიან მოეწონათ პლაკატი, ის მართლაც მაღალ დონეზე იყო შესრულებული. მაგრამ დათომ, რომელიც ასევე ძალიან კარგად ერკვეოდა ხელოვნებაში, შეამჩნია, რომ ლევანის ნახატი ცნობილი გრაფიკოსის ჰერლუფ ბიდსტრუპის ერთ-ერთი პლაკატის „გადამღერება“.

ჯერ იფიქრა, რომ უნდა ეთქვა მეგობრისთვის, რადგან კონკურსის ჟიურიც აუცილებლად მიაცეცდა ყურადღებას ამ ფაქტორს. მაგრამ შემდეგ გაახსენდა, რომ ლევანს ძალიან არ უყვარს როდესაც აკრიტიკებენ“.

- თქვენი აზრით, როგორ უნდა მოიქცეს დათო?
- თქვენ როგორ მოიქცევდით დათოს ადგილზე?

დამრიგებელი აჯამებს მსჯელობის შედეგებს და კიდევ ერთხელ განმარტავს, რომ ჯანსაღი კრიტიკა ნიშნავს ობიექტურ შეფასებას. შეფასება, უკუკავშირი კი აუცილებელია. კრიტიკისას უნდა შევხვით ნამუშევარს, საქციელს და არავითარ შემთხვევაში პროვნებას.

სიმორცხვე

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სადისკუსიო თემას მოსწავლეებს: გარკვეულ სიტუაციაში ყველა ადამიანს ახასიათებს სიმორცხვე? ან იყენებს „გონებრივი იერიშის“ მეთოდს: რა შეგიძლია გავაკეთოთ სიმორცხვის დასაძლევად?

შესაძლოა გასარჩევად სიტუაციაც შესთავაზოს:

სიტუაცია 1.

„ბუბა 14 წლის არის. მას თანაკლასელები და მასწავლებლები მორცხე ადამიანად თვლიან. ბუბა ხშირად არიდებს თავს გაკვეთილზე პასუხს, პრეზენტაციის გაკეთებას. მასწავლებლები ითვისებისწინებენ მის პიროვნულ თავისებურებას და ხშირად ცოდნას წერითი დავალებებით ამოწმებენ. მაგრამ ამ ბოლო დროს ბუბა აღარც კლასელების დაბადების დღეზე დადის, ხან ცუდად ყოფნას იმიზეზებს და ხან გადაუდებელ საქმეებს. თუ მოხდა ისე, რომ მაინც მივიდა დაბადების დღეზე, თავს არიდებს ბავშვებთან ურთიერთობას და ისევ „გადაუდებელი საქმეების“ გამო, მალე ტოვებს იქაურობას“.

დამრიგებელი შეკითხვებით მიმართავს კლასს:

1. რას ურჩევდნენ ბუბას?
2. როგორ დაეხმარებოდით მეგობარს?

შესაძლოა, დამრიგებელი სიმორცხვის დაძლევის გზებზე ესაუბროს მოსწავლეებს:

- პირველ რიგში, საჭიროა დავფიქრდეთ რამეში ხომ არ „ვიყენებთ“ ჩვენს სიმორცხვეს. მაგ., „სიმორცხვის“ მიზეზით თავს ხომ არ ვარიდებთ საპასუხისმგებლო საქმეებს ან ჩვენთვის არც თუ ისე საინტერესო ადამიანებთან კომუნიკაციას?
- საჭიროა დავფიქრდეთ იმაზეც, ჩვენი სიმორცხვე ყველგან ვლინდება თუ გარკვეულ სიტუაციაში?
 - მაგ., დიდ კამპანიაში;
 - უცხო ადამიანების გარემოცვაში;
 - ჩვენთვის ღირებული ადამიანების კამპანიაში? და ა.შ

დამრიგებელი ხაზს უსვამს, რომ თითქმის ყველა ადამიანი უცხო ადამიანების, ავტორიტეტული ფიგურების, საჯარო გამოსვლებისას გრძნობს შფოთვისას, და ეს სულაც არ ნიშნავს იმას, რომ ჩვენ ყველა სიტუაციაში მორცხვები ვართ.

- ✓ დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს, რომ დაფიქრდნენ, თუ ვისი თანდასწრებით მორცხვობენ ისინი? როგორ არიან განწყობილნი ეს ადამიანები მათ მიმართ? ჩვენ თვითონ როგორ ვართ განწყობილი ამ ადამიანების მიმართ? რა გვიშლის ხელს მათთან ურთიერთობაში? არც თუ ისე კარგი დამოკიდებულება, თუ ის, რომ ზოგჯერ ის ადამიანები ისეთ თემაზე საუბრობენ, რაზეც ჩვენ წარმოდგენა არ გვაქვს. მართლაც, ზოგ სიტუაციაში, შესაძლოა, ჩვენ მხოლოდ მსმენელის როლში ვიყოთ და მოვისმინოთ ჩვენთვის ახალი ინფორმაცია.

ადამიანები მორცხვობენ ასევე მაშინ, როდესაც თავს არც თუ ისე კომპეტენტურად მიიჩნევენ. ამიტომ კარგია, ვიზრუნოთ საკუთარ თვითშეფასებაზეც.

ჩამოვწეროთ ჩვენი კარგი თვისებები. მაგ., სიკეთე, იუმორის გრძნობა, საიდუმლოს შენახვის უნარი. კარგი იქნება კვირის განმავლობაში შესრულებული კარგი საქმეებიც გავიხსენოთ: მაგ., ხომ არ დავეხმარეთ რამეში ახლობელს ან ლამაზი ნახატი დავხატეთ და ვაჩუქეთ მეგობარს.

საკუთარი პოზიტიური თვისებების და იმის გაცნობიერება, რომ ჩვენ ბევრი კარგი საქმის კეთება შეგვიძლია, პოზიტიურად აისახება ჩვენს თვითშეფასებაზე.

- ✓ მნიშვნელოვანია ურთიერთობის უნარების გავარჯიშებაც. პირველ რიგში, ხშირად გაილიმეთ, მოიკითხეთ ადამიანები, დაინტერესდით სხვების ჯანმრთელობით, საქმეებით;
- ✓ ადამიანებს ზოგჯერ გვგონია, რომ საყოველთაო ყურადღების ცენტრში ვიმყოფებით. მაგრამ ადამიანები ბევრად ნაკლებ ყურადღებას გვითმობენ და ზოგჯერ თავის საფიქრალზე ფიქრობენ;
- ✓ რაც მეტ სფეროში ვგრძნობთ თავს კომპეტენტურად, მით უფრო გვითმობენ ადამიანებთან ურთიერთობა. ასე რომ, მხატვრული ლიტერატურის კითხვა, მხოლოდ დაგვეხმარება კომუნიკაციის დამყარებაში.

მარტოობა

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, განიცდიან თუ არა ისინი მარტოობას?

რა სიტუაციაში განიცდის მოზარდი მარტოობას?

თუ არის მარტოობაში რაიმე პოზიტიური?

დამრიგებელს შეუძლია მოსწავლეებს შესთავაზოს სიტუაცია გასარჩევად:

სიტუაცია 1.

„დათუნა ახალ სკოლაში გადავიდა. სკოლის გარდა, მისმა ოჯახმა საცხოვრებელი ადგილიც შეიცვალა. დათუნას ახალ კლასში საკმაოდ მეგობრული ბავშვები სწავლობენ. დილით ერთად მოდიან სკოლაში, შაბათ-კვირას კი რომელიმე კლასელთან იკრიბებიან. ორშაბათობით ძალიან სახალისო ამბებს ყვებიან ერთად გატარებულ დროზე.“

დათუნა საკმაოდ კარგად სწავლობს, მაგრამ მაინც ძალიან მოწყენილია. კლასში მარტოსულად გრძნობს თავს. სულ იმაზე ფიქრობს, როგორ შეიძლება თანაკლასელები საკუთარი პიროვნებით დააინტერესოს“.

რას ურჩევდით დათუნას?

დამრიგებელი აფიქსირებს მოსწავლეთა მოსაზრებებს.

დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას, ესაუბრება მოსწავლეებს იმის შესახებ, რომ მართლაც ზოგჯერ აუცილებელია. ის გვეხმარება საკუთარი თავის უკეთ გაცნობაში, თვითგანვითარებასა და სამომავლოდ გეგმების დასახვაში. ნებისმიერი სერიოზული ნაშრომი მარტო ყოფნის დროს იქმნება.

სიტუაციიდან გამომდინარე, შესაძლოა, ჩვენი გმირისთვის რჩევებიც შემუშავდეს: რომ დათუნას შეუძლია სიტუაციის გამოყენება იმისთვის, რომ დააკვირდეს თანაკლასელებს, ვინ იმსახურებს, მისი მოსაზრებით, ნდობას, ვინ - არა. თუ არის კლასში გამოკვეთილი ლიდერი, ვინ არის მისთვის ყველაზე საინტერესო პიროვნება. დათუნას შეუძლია კლასში ამოირჩიოს ან ძალიან აქტიური ადამიანი, ვისთანაც ურთიერთობა იოლი ეჩვენება, ან პირიქით, წყნარი თანაკლასელი, რომელიც მუდმივად არ არის ჩართული კლასის აქტივობებში. ბუნებრივია, რომ თანაკლასელებისგან მისადმი წამოსულ ინტერესსაც ენთუზიაზმით უნდა უპასუხო.

ჯგუფი თუ ინდივიდუალობა?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს იმის თაობაზე, რომ ადამიანისთვის მნიშვნელოვანია შეესატყვისებოდეს საზოგადოებრივი თუ მიკროსოციალური ჯგუფის ნორმებს (სამეგობრო წრე), წესებს, შეხედულებებს. მაგრამ როგორ იქცევინა მოზარდები, როდესაც მათი შეხედულებები სცილდება ერთმანეთს ან სიტუაცია ჯგუფის რომელიმე წევრს ახალ პერსპექტივებს სთავაზობს?

საკითხზე სადისკუსიოდ დამრიგებელი მოსწავლეებს კვლავ სიტუაციის ანალიზს სთავაზობს:

სიტუაცია 1.

„სიტუაციის გმირებს პირობითად ლიზა და ნატალი ვუწოდოთ. ლიზა და ნატალიმ სკოლის გაზეთი დაარსეს. გაზეთი საკმაოდ საინტერესო გამოვიდა. სკოლის ამბების გარდა, გაზეთში ქვეყნის კულტურულ ცხოვრებაში მიმდინარე მოვლენებსაც აშუქებდნენ.

ერთხელ, მათი გაზეთი ტელევიზიის ცნობილ ჟურნალისტს ჩაუვარდა ხელში. მას ძალიან მოეწონა ლიზას სტატიები და ტელევიზიაში, მოზარდთა გადაცემაში სამუშაოდ მიიწვია. აღფრთოვანებული ლიზამ ყველაფერი ეს საუკეთესო მეგობარს მოუყვა. ნატალი ამაზე ძალიან გაბრაზდა. ჩვენ ხომ გაზეთი ერთად შევექმენით, ერთად ვგეგმავდით, ვმუშაობდით, შენ კი ჩვენ მიტოვებას აპირებ. ეს მეგობრების ღალატიაო“.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სადისკუსიო თემას: როგორ უნდა მოიქცეს ასეთ სიტუაციაში ლიზა?

უკვე დიდი ვარ

დამრიგებელი სადისკუსიო შეკითხვებს უსვამს მოსწავლეებს:

1. რაში ვლინდება, მათი აზრით, „დიდობა“ (მონიფულობა)?
2. რა უფლებები გააჩნიათ მონიფულ ადამიანებს? რა ვალდებულებები?
3. რა ასაკიდან ითვლება ადამიანი მონიფულად? სრულწლოვნად?
4. რის უფლებას ანიჭებს ადამიანებს სრულწლოვანება?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს შესავსებად სთავაზობს სქემას (აღნიშნული სქემის შევსება შესაძლებელია როგორც ინდივიდუალურად, ისე ჯგუფურად).

რისი კეთება შემაქლო როდესაც 6 წლის ვიყავი?	რისი გაკეთება შემიძლია ახლა?	რის გაკეთებას შევაქლო, როდესაც 18 წლის ვიქნები?
რისი უფლება მქონდა, როდესაც 6 წლის ვიყავი?	რისი უფლება მაქვს ახლა?	რისი უფლება მაქნება, როდესაც 18 წლის ვიქნები?
რა ვალდებულებები მქონდა როდესაც 6 წლის ვიყავი?	რა ვალდებულებები მაქვს ახლა?	რა ვალდებულებები მაქნება, როდესაც 18 წლის ვიქნები?

დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას, საუბრობს იმაზე, რომ მონიფული ადამიანები ფიზიკურად, ცოდნით, გამოცდილებით განსხვავდებიან პატარებისგან. მათ მეტი ვალდებულებები და უფლებები გააჩნიათ. ადამიანი სრულწლოვნად 18 წლის ასაკიდან ითვლება. ამ დროს მას უკვე შეუძლია არჩევნებში მონაწილეობა, მუშაობა.

იყო მონიფული, „დიდი“ - ნიშნავს გქონდეს ვალდებულებები და იყო პასუხისმგებელი საკუთარ ქცევაზე, საკუთარი თავის, ნივთების მოვლაზე, დროის ორგანიზებაზე, ოჯახის წევრებზე და ა.შ.

სწორედ პასუხისმგებლობისა და ვალდებულების გრძნობა გვანიჭებს ზრდასრულის სტატუსს და არა უფროსის გარეგანი, თვალშისაცემი გამოვლინებების მიბაძვა. (მაგ., სიგარეტის მოწევა, განსაკუთრებული ლექსიკონი, კოსმეტიკის გამოყენება).

მიმართულება - შემეცნებითი და კულტურული განვითარება

იუმორი ჩვენს ცხოვრებაში

დამრიგებელი შეკითხვებით მიმართავს მოსწავლეებს:

- რას ნიშნავს იუმორი? სატირა? – შესაძლოა, მოსწავლეებს დაავალოს სიტყვის მნიშვნელობის მოძიება განმარტებით ლექსიკონში.
 - რა განსხვავებაა მათ შორის?
 - გვეხმარება თუ არა იუმორის გრძნობა? რა შემთხვევაში? დაგხმარებიათ თქვენ?
 - შეიძლება, რომ იუმორი საწყენი აღმოჩნდეს ვინმესთვის, რა შემთხვევაში?
- დამრიგებელმა, შესაძლოა, შესთავაზოს მოსწავლეებს შემდეგი სიტუაციის გარჩევა:

სიტუაცია 1.

„ერთ-ერთ სკოლაში სოფო და მისი კლასელები საახალწლო ღონისძიებისთვის ემზადებიან. ბევრი იფიქრეს ღონისძიების ფორმატზე: ჯერ კარნავალის ორგანიზებას აპირებდნენ, მაგრამ ბოლოს გადაწყვიტეს სკოლის ცხოვრებაზე იუმორისტული სპექტაკლის დადგმა, სადაც ყველა თანაკლასელისა და მასწავლებლის პაროდია ნარმოადგენენ. ზოგის უცნაური ჩაცმის სტილზე აკეთებენ აქცენტს გაუსმევენ ხაზს, ზოგის თავისებური მეტყველების მანერაზე, ზოგს ჯანმრთელობის პრობლემებზე უყვარს წუნწი, ზოგს კი პოლიტიკაზე საუბარი.“

მაგრამ შემდეგ დაფიქრდნენ, ხომ შეიძლება რომელიმე თანაკლასელისა ან მასწავლებლისთვის მათი ხუმრობები საწყენი აღმოჩნდეს. მათ კი ძალიან უნდათ, რომ საღამო ყველასთვის სასაცილო და სასიამოვნო იყოს.“

დამრიგებელი სადისკუსიო თემას სთავაზობს მოსწავლეებს: რა უნდა გაითვალისწინონ ღონისძიების ორგანიზატორებმა, რომ მათი სპექტაკლი არავისთვის აღმოჩნდეს შეურაცხმყოფელი.

დამრიგებელი აჯამებს დისკუსიის შედეგებს. ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ ხშირად იუმორი გვეხმარება უხერხული სიტუაციიდან გამოსვლაში ან კონფლიქტური სიტუაციის განმუხტვაში.

მაგრამ არ არის მიზანშეწონილი ხუმრობა ადამიანის მიერ გადატანილ ტრავმაზე, თვისებებზე, რომელსაც ის ვერ შეცვლის, ან იმაზე, რისი გაკეთებაც მას რეალურად არ შეუძლია.

VIII კლასი

მიმართულება – პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

მინდა ვიყო პოპულარული

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სადისკუსიო თემებს პოპულარობასთან დაკავშირებით. რა განაპირობებს ადამიანის სურვილს, იყოს პოპულარული? ეხმარებათ ადამიანებს რაიმეში პოპულარობა?

- რა გზებს მიმართავენ ადამიანები იმისთვის, რომ გახდნენ პოპულარულები?
- აუცილებლად განაპირობებს პოპულარობა ბედნიერებას?
- როგორ არის შესაძლებელი რომ გახდე პოპულარული?
- თუ არის ამისთვის რაიმე თანდაყოლილი უნარები საჭირო?

დისკუსიას აჯამებს დამრიგებელი და საუბრობს პოპულარობის მიღწევის გზებზე.

პირველ რიგში, მნიშვნელოვანია, დაფიქრება იმის თაობაზე, თუ რა ხდის ადამიანს პოპულარულს (მაგ., მისი ნიჭი, შრომისმოყვარეობა).

საზოგადოებაში პოპულარული სახეები სწრაფად იცვლებიან. დამრიგებელი სთხოვს, გაიხსენონ პიროვნებები, რომლებიც წლების განმავლობაში რჩებიან საზოგადოებაში პოპულარულები. რა განაპირობებს მათ პოპულარობას?

ადამიანები ერთმანეთისგან ასევე განსხვავდებიან პოპულარობის ხარისხითაც. ვიღაც შეიძლება იყოს ცნობილი დიდ პოპულაციაში, ვიღაც კი - უფრო ლოკალურში, მაგ., სკოლაში.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, შეიმუშაონ რჩევები მათი თანატოლებისთვის, ვისაც პოპულარობა სურს კლასში ან სკოლაში.

რჩევებს დამრიგებელი ავსებს შემდეგი მტკიცებულებებით:

- ✓ სკოლაში, კლასში პოპულარული ადამიანები ხშირად კარგი კომუნიკაციის უნარებით გამოირჩევიან. ამიტომ სასურველია, რომ გახსოვდეთ ნაცნობების სახელები და მათ დილით ღიმილიანი საღამით შეეგებოთ;
- ✓ თუ დაკვირვებისხარტ, პოპულარულ ადამიანებს სხვადასხვა თემაზე საუბარი და მსჯელობა შეუძლიათ, ამიტომ წიგნების კითხვა, საინტერესო ჰობი მხოლოდ დაგეხმარებათ პოპულარობის მიღწევაში;
- ✓ ხელი არ შეუშალოთ თანაკლასელებს გაკვეთილის პასუხში, მოუსმინეთ მეგობრებს, როდესაც რაიმეს გაიმბობენ, ვინაიდან მხოლოდ საკუთარი თავით დაინტერესებული ადამიანები დიდად არ უყვართ;
- ✓ დაეხმარეთ ადამიანებს, რომლებიც თხოვნით მოგმართავენ; იყავით კარგი მსმენელი;
- ✓ იყავით ყურადღებიანი ადამიანების მიმართ, მოიკითხეთ შეუძლოდ მყოფი თანაკლასელები;
- ✓ დაიცავით საკუთარი აზრი, თქვით – „არა“, მაშინ როდესაც არ ეთანხმებით სხვების მოსაზრებებს, მაგრამ აუცილებლად დაიცავით კორექტულობა.

მომხიბვლელობა

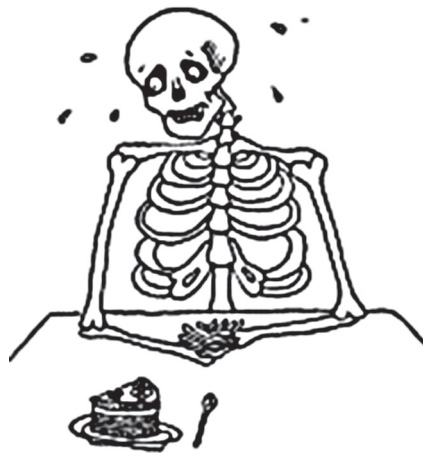
დამრიგებელი შეკითხვას უსვამს მოსწავლეებს თუ - რა განაპირობებს მომხიბვლელობას, სილამაზეს?

მოსწავლეები გამოთქვამენ მოსაზრებებს, რომ მომხიბვლელობას განაპირობებს - სილამაზე, ჭკუა, კარგი მანერები, იუმორის გრძნობა.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რას მოიაზრებენ ცნებაში „სილამაზე“

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს იმის თაობაზე, რომ სილამაზის ეტალონი ყოველთვის განსხვავებული იყო სხვადასხვა ეპოქასა და კულტურაში. ძველ საბერძნეთში სილამაზის ეტალონად მიიჩნეოდნენ მაღალი, თხელი აღნაგობის ადამიანები, მაშინ, როდესაც XV საუკუნეში მოდაში მრგვალფორმებიანი ქალბატონები შემოვიდნენ. XVII საუკუნეში სილამაზის ეტალონად მიიჩნეოდნენ ძალიან წვრილწელიანი ქალბატონები. ამიტომ მოდაში შემოვიდა კორსეტის გამოყენება, რაც გვარიანად აზიანებდა ადამიანთა ჯანმრთელობას. თანამედროვე ეპოქაში კი გოგონები ხშირად ცდილობენ დაემსგავსონ თანამედროვე, ძალიან გამხდარ მოდელებს. მაგრამ ასეთი სილამაზე მისაღები მხოლოდ პოდიუმზეა. მოდელებს დიდი მსხვერპლის გაღება უწევთ პროფესიისთვის. მუდმივ დიეტაზე ყოფნა უარყოფითად აისახება ადამიანის ჯანმრთელობაზე.

სამწუხაროდ, მუდმივი ზრუნვა წონის დაკლებაზე, შეიძლება სერიოზულ პრობლემაში გადაიზარდოს, რომელსაც „ნერვული ანორექსია“ ეწოდება. უნორმო დიეტისგან გამოფიტული, ჯანმრთელობაშერყეული ადამიანის სილამაზეზე საუბარიც კი ზედმეტია. განსაკუთრებით მაშინ, როდესაც მას სტაციონარში ზონდის მეშვეობით კვებავენ.



ფსიქოლოგებმა ჩაატარეს კვლევა: ისინი აფასებდნენ სხვადასხვა ადამიანების ფოტოებს. ფოტოებზე გამოსახული იყვნენ როგორც ძალიან ლამაზი ადამიანები, ისე ნაკლებ სიმპატიურები. ცდის პირებს უნდა ამოერჩიათ მათთვის განსაკუთრებით მისაღები გარეგნობა. ზოგი ფოტო ამოარჩია ცდის პირთა დიდმა ნაწილმა, ზოგი შედარებით ნაკლებმა. მაგრამ მათ შორის არ დარჩენილა ფოტო, რომელიც არავისთვის იყო მოსაწონი. ამიტომ გარეგნული სილამაზისადმი ადამიანებს ყოველთვის განსხვავებული დამოკიდებულება აქვთ.

საგულისხმოა ისიც, რომ მოზარდი 20 - 25 წლამდე აგრძელებს ზრდას, ამიტომ დასკვნების გაკეთება საკუთარ გარეგნობასთან დაკავშირებით სკოლის ასაკში ჯერ ნაადრევია.

მაგრამ უნდა გვახსოვდეს, რომ პიროვნული განვითარება მთელი ცხოვრების განმავლობაში გრძელდება!

ადამიანებს შეგვწევს ძალა, რომ ვიზრუნოთ საკუთარი გარეგნობის დახვეწაზე.

ორი მსგავსი გარეგნობის ადამიანს შორის, რომელთაგან ერთი რეგულარულად არის დაკავებული სპორტით ან ფიზიკური აქტივობებით, ის ბევრად მომხიბლელად გამოიყურება, ვიდრე მეორე, რომელიც ჯანსაღი ცხოვრების წესით არ არის დაკავებული.

ადამიანის სხეული ისეა მოწყობილი, რომ მისთვის ფიზიკური აქტივობა აუცილებელია.

1. სასურველია, რომ ადამიანი კვირაში 2-3 — ჯერ დღეში დაახლოებით ერთ საათს ფიზიკურ აქტივობას უთმობდეს. ეს შეიძლება იყოს როგორც სხვადასხვა სპორტის სახეობა: ტანვარჯიში, ჩოგბურთი, კალათბურთი, ფრენბურთი, ცურვა, ისე - სწრაფი სიარული, ცეკვა, სახტუნაოთი ხტომა, კიბეზე ფეხით ასვლა – ჩამოსვლა და სხვ;
2. ვარჯიშისა და ფიზიკური აქტივობისთვის სასურველია გამოვყოთ სპეციალური დრო. დროის

- ორგანიზება და სპორტულ რეჟიმში ყოფნა ყველანაირი საქმის ორგანიზებაში დაგეხმარებათ;
3. სპორტის სახეობის არჩევისა და ფიზიკური აქტივობების შერჩევისას, აუცილებელია, პროფესიონალებთან კონსულტაცია;
 4. ფიზიკური აქტივობები აუცილებელია, მაგრამ ზომიერების ფარგლებში.

რა უნდა გვახსოვდეს:

1. შედეგი სწრაფად არ ვლინდება, ამიტომ სასურველი შედეგის მისაღწევად ხანგრძლივი შრომაა საჭირო;
2. თავი აარიდეთ გადაღლას, მზარდი ორგანიზმისთვის გადატვირთვა არ შეიძლება;
3. ფიზიკური დატვირთვები თანდათან უნდა გაზარდოთ;
4. საკუთარი შედეგები შეადარეთ თქვენს ძველ შედეგებს და არა პროფესიონალი სპორტსმენის მიღწევებს;
5. და რაც მთავარია - ფიზიკურ აქტივობებს უნდა ახლდეს სიამოვნების განცდა, ასე რომ, თუ თქვენთვის აქტივობები უსიამოვნოა, სჯობს სპორტის სხვა სახეობით დაკავდეთ.

ტანდემობა

გარეგნული იერისთვის მნიშვნელოვანია - ტანდემობა.

ამ ტერმინში მოიაზრება სხეულის ჩვეული მდგომარეობა მოსვენებულ ან მოძრაობის მდგომარეობაში.

ტანდემობა — დამოკიდებულია ხერხემლის ფორმაზე.

მაგრამ ხშირად ის ჩვევაა. ნებისმიერი ჩვევა კი ფორმირდება ხშირი განმეორებითა და კონტროლით.

თუ ჩვენი ჯდომის მანერა გაკვეთილებზე ძირითადად მოხრილი მდგომარეობაა, მაშინ, შესაძლოა, ჩვენი ტანდემობაც შეიცვალოს. როდესაც კუნთები ამგვარ მდგომარეობას ეჩვევა, მის გასასწორებლად ხანგრძლივი ფიზიკური აქტივობებია საჭირო. მოხრილი პოზა — არა მხოლოდ მომხიბვლევადობას ართმევს ადამიანს, არამედ უარყოფითად მოქმედებს შინაგან ორგანოებზე.

ალბათ შეგიძნელიათ, რომ მოცეკვავეები, ძირითადად, კარგი ტანდემობით გამოირჩევიან. ასე რომ, ხანგრძლივი ვარჯიში და ხერხემლის მდგომარეობის კონტროლი დაგეხმარებათ მის ჩამოყალიბებაში.

სიარულის მანერა

სიარულის მანერა დამოკიდებულია ადამიანის სიმაღლეზე, წონაზე, ტერფის ფორმაზე. მაგრამ სიარულის მანერა ასევე ინფორმაციას გვაძლევს ადამიანის გუნება – განწყობილებაზე, დაკავებულია თუ არა იგი სპორტით და ა.შ.

სიარულის კარგი მანერის გამომუშავება შესაძლებელია.

რა განაპირობებს სიარულის კარგ მანერას:

ნაბიჯის საშუალო სიგრძე;

სახსრების სრული გაშლა ტერფის საყრდენზე დადგამამდე;

თავის ვერტიკალური ქერა;

ხელების თავისუფალი მოძრაობა, ნორმალური ამპლიტუდით.

კარგი მანერები

მანერა – არის ქცევის გარე გამოხატული ფორმები.

ალბათ ხშირად გაგიგონიათ: „მას ძალიან დახვეწილი მანერები აქვს“ ან „ის ცუდი მანერებით გამოირჩევა“. ქცევის მანერაზე დიდადაა დამოკიდებული, რა შთაბეჭდილებას ვახდენთ ადამიანებზე.

მომხიბვლევლობა და ყურადღების მიქცევა სხვადასხვა ქცევაა. თუ ადამიანი ძალიან ხმამაღლა საუბრობს, ხშირად იყენებს უცენზურო სიტყვებს, ამ ფორმით შესაძლოა მოექცეს ყურადღების ცენტრში. მაგრამ გარშემომყოფების „შოკირება“ სულაც არ იწვევს პიროვნებისადმი პოზიტიურ დამოკიდებულებას. თუ ადამიანს მოსწონს ამგვარი ფორმით ყურადღების ცენტრში ყოფნა, ეს მისი

უფლებაა, მაგრამ უნდა გვახსოვდეს, რომ ამ დროს არ უნდა შევლახოთ სხვისი უფლებები.

ნებისმიერი ქცევის საფუძველი უნდა იყოს შემდეგი ფაბულა - არ ავნო სხვას და არ შელახო სხვისი უფლება/ღირსება, პატივისცემით მოეპყარი სხვა ადამიანებს.

რა უნდა მოვიმოქმედოთ მაშინ, თუ ვგრძნობთ, რომ დიდად არ გამოვიჩვენებთ კარგი მანერებით? თუ ეს გვანუხებს - უკვე კარგია. ყურადღებიანი, ზრდილი ადამიანი ნებისმიერი საზოგადოებისთვის მისაღებია.

კარგი მანერები მხოლოდ იმისთვის არ არის საჭირო, რომ ყველას გავაგებინოთ, თუ როგორი დახვეწილები და მანერულები ვართ, არამედ მოიაზრებს შემდეგს: არ შეუქმნათ სხვა ადამიანებს დისკომფორტი და ჩვენთან ურთიერთობა სხვებისთვის სასიამოვნო იყოს.

არა - ძალადობას!

- დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სადისკუსიო თემებს: რას ნიშნავს ძალადობა?
- რამდენად ხშირია ძალადობა ჩვენს დროში? ვინ შეიძლება აღმოჩნდეს ძალადობის მსხვერპლი? ვინ არის ხოლმე მოძალადე?
- როგორ შეგვიძლია ჩვენს მიმართ ძალადობის შეჩერება? ვის მივმართავთ ასეთ შემთხვევაში?
- ვსაუბრობთ ამგვარ საკითხებზე მშობლებთან? მეგობრებთან? მასწავლებლებთან?
- როგორ ფიქრობთ, ბავშვთა უფლებების კონვენციის ცოდნა შეამცირებს/აღმოფხვრის ძალადობის ფაქტებს თანატოლთა შორის?
- დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, ცნებაზე „ძალადობა“ და მის ფორმებზე. ძალადობა ეს არის ზიანის მომტანი, მავნებელი ან აგრეთვე, ზიანის საფრთხის შემცველი ქცევა, რომელიც განზრახა ჩადენილი

(შენიშვნა: შემთხვევით მიყენებული ზიანი, როგორც წესი, ძალადობად არ ითვლება).

ძალადობა შეიძლება იყოს როგორც ფიზიკური, ისე ფსიქოლოგიური.

ფსიქოლოგები ფსიქოლოგიური ძალადობის შემდეგ ფორმებს ანსხვავებენ:

1. გარიყვა;
 2. უარის თქმა ადამიანის თხოვნაზე, როდესაც მას რეალურად სჭირდება დახმარება და შესაძლებელია მისი დახმარება;
 3. ინდიფერენტული, ცივი დამოკიდებულება ბავშვის მიმართ;
 4. დამცირება - განსაკუთრებით ადამიანის სახალხოდ დამცირება, ქილიკი მის ინტელექტუალურ მონაცემებსა და შესაძლებლობებზე. მაგ., „შენ სულელი ხომ არ ხარ?“
 5. ტერორიზება – სიტუაცია, როდესაც ბავშვი სხვაზე განხორციელებული ძალადობის შემსწრე ხდება ან როდესაც მას მუდამ ემუქრებიან;
 6. იზოლაცია - როდესაც ბავშვს არ აძლევენ სხვებთან თამაშის, აქტივობაში მონაწილეობის უფლებას;
 7. ექსპლუატაცია - იგულისხმება ბავშვის გულუბრყვილობით სარგებლობა.
- ძალადობა მოქმედებს ადამიანის ემოციურ მდგომარეობაზე, მის თვითშეფასებაზე. თუ ადამიანი ხშირად ხდება სხვადასხვა სახის ძალადობის მსხვერპლი, მას შეიძლება გარემოს მიმართ უნდობლობა გაუჩნდეს.

დამრიგებელი სთავაზობს კლასს სიტუაციების გარჩევას:

სიტუაცია 1.

„კატომ თავის დაბადების დღეზე მთელი კლასი დაჰატიჟა სოფოს გარდა, გადანყვებილება შემდეგნაირად დაასაბუთა: „სოფო მოსაწყენი ადამიანია, სულ ჩუმად არის, არც ცეკვა უყვარს და არც ჩვენს საყვარელ მუსიკას უსმენს“. მეორე დღეს თანაკლასელები სოფოს თანდასწრებით მხიარულად ყვებოდნენ წინა დღეს გატარებულ დროზე“.

სიტუაცია 2.

„გიორგი ძალიან აქტიური და კონტაქტური ადამიანია, მას ბევრი მეგობარი ჰყავს, მაგრამ განსაკუთრებით ზურასთან მეგობრობს. გიორგი ხშირად იმიზეზებს წელის ტკივილს და საკუთარ ჩანთას ზურას ატარებინებს. საკუთარი მობილურითაც იშვიათად სარგებლობს და ძირითადად ზურას ტელეფონით ურეკავს ხოლმე მშობლებს“.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, აქვს თუ არა ადგილი ზემოთხსენებულ სიტუაციებში ძალადობას? რატომ? რა სახის ძალადობასთან გვაქვს საქმე?

რას ურჩევდით სიტუაციის გამირებს?

კონფორმიზმი

მასწავლებელი მოსწავლეებს უკითხავს ქვემოთ მოცემულ სიტუაციას:

სიტუაცია 1.

„ლევანმა და თეამ გადაწყვიტეს გაკვეთილების შემდეგ რამდენიმე საათის ერთად გატარება - კაფეში ერთად წასვლა, ხოლო შემდეგ კინოთეატრში პრემიერის ნახვა; ლევანს არა აქვს საკმარისი თანხა, რომ თეაც დაჰპატიჟოს და ფიქრობს, რომ შესაძლებელია, მან და თეამ თანხა გაინაწილონ. რჩევას თანაკლასელებს ეკითხება; ლევანს კლასელები ურჩევენ, რომ ასეთ შემთხვევაში ყოველთვის ბიჭი იხდის ხოლმე თანხას და სასაცილო მდგომარეობაში აღმოჩნდება, თუ თეას თანხის გაყოფაზე დაელაპარაკება; ლევანს ეჭვი ეპარება საკუთარი მოსაზრების სისწორეში“.

შეკითხვები:

1. თქვენ როგორ მოიქცევდით ლევანის ადგილას? რატომ?
2. რას ურჩევდით ლევანს?
3. რა მოხდება, თუ ლევანი არ დაუჯერებს მეგობრებს და ისე მოიქცევა, როგორც თვითონ მიაჩნია სწორად?
4. თქვენ როგორ მოიქცევდით თეას ადგილას? რატომ?

სიტუაციის განხილვის შემდეგ მასწავლებელი მოსწავლეებს ეკითხება, რას ნიშნავს სიტყვა „კონფორმიზმი“?

შემდეგ კითხულობს „მინი“ ლექციას კონფორმიზმზე; ამისათვის შეუძლია შემდეგი დამხმარე მასალის გამოყენება.

კონფორმიზმი არის ადამიანის ქცევისა და რწმენების შეცვლა უმრავლესობისათვის მისაღები ქცევისა და რწმენების შესაბამისად.

საზოგადოებაში არსებობს უამრავი როგორც დანერგილი, ასევე დაუწერელი წესი, რომლებიც მიუთითებენ რა ქცევებია საზოგადოებისათვის მისაღები და მიუღებელი; ეს წესები ცნობილია როგორც სოციალური ნორმები; სოციალური ნორმები გავლენას ახდენენ ადამიანის ქცევაზე; შეიძლება ითქვას, რომ ნორმების გავლენით საზოგადოება (ასევე ჯგუფი) აყალიბებს საზოგადოების წევრების ქცევას; ადამიანების უმრავლესობა სოციალური ნორმების მიმართ კონფორმულია. კონფორმული ქცევების საშუალებით ადამიანები საზოგადოებისათვის (ჯგუფისათვის) მისაღები და მოსაწონები ხდებიან, რადგან იცავენ საზოგადოების (ჯგუფის) მიერ განსაზღვრულ ნორმებს.

არსებობს კვლევები, რომლებიც მიუთითებს, რომ ადამიანების უმეტესობა კონფორმიზმს ავლენს; ხშირად კონფორმიზმს უარყოფით კონტესტში განიხილავენ და ადამიანებს კონფორმული ქცევების გამო აკრიტიკებენ. საინტერესოა, ცუდია თუ კარგი კონფორმიზმი? ამაზე ერთმნიშვნელოვანი პაუზი არ არსებობს; ეს დამოკიდებულია სიტუაციაზე; კონფორმიზმი, ერთის მხრივ, ადამიანებს იცავს ანარქიისა და ქაოსისაგან, რადგან საზოგადოების წევრებს საზოგადოებისათვის მისაღები ნორმების შესრულებისაკენ უბიძგებს, ხოლო მეორეს მხრივ, ხშირად ნორმებს არა აქვს რაიმე

კონკრეტული მიზანი და ის ხელს უშლის ადამიანების თავისუფალ, ჯგუფისაგან განსხვავებულ ქცევას. კონფორმიზმი ადამიანის ქცევებს სტანდარტულს ხდის.

კვლევები აჩვენებს, რომ, მიუხედავად იმისა, რომ კონფორმიზმი მეტ-ნაკლებად უნივერსალური ფენომენია, კულტურა მაინც გავლენას ახდენს მისი გამოვლენაზე. კერძოდ, ევროპული და ამერიკული კულტურა ადამიანის ინდივიდუალურობას უწყობს ხელს (ასეთ კულტურას ინდივიდუალისტური ეწოდება) და ამ ქვეყნებში შედარებით დაბალია კონფორმიზმის ხარისხი, ხოლო აზიური კულტურა უფრო კოლექტიურ ქცევებს უწყობს ხელს (ასეთ კულტურებს კოლექტივისტური ეწოდება) და შესაბამისად, შედარებით მაღალია კონფორმიზმის მაჩვენებელი.

ლიდერობა

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს კითხვებს:

1. რას ნიშნავს ლიდერობა?
2. როგორი ადამიანები ხდებიან ლიდერები?
3. ლიდერობა თანდაყოლილი თვისებაა თუ ადამიანები ლიდერისათვის აუცილებელ უნარებს ცხოვრების განმავლობაში იძენენ?

დამრიგებელი მოსწავლეებს უხსნის, რომ ჯგუფში ლიდერი არის ის ადამიანი, რომელსაც ყველაზე მეტი გავლენა აქვს ჯგუფის მოქმედებაზე. ლიდერი ჯგუფის აქტივობის ინიციატორია, განსაზღვრავს ჯგუფის მიზნებს, მოქმედების თანამიმდევრობას, იღებს გადაწყვეტილებებს და აკონტროლებს შედეგებს; ლიდერი გავლენას ახდენს როგორც ჯგუფის წევრებზე, ასევე მათ ქცევაზე. ლიდერი განსაზღვრავს იმას, თუ რა არის მისაღები და მიუღებელი ჯგუფში.

არსებობს მოსაზრება, რომ ლიდერები ხდებიან ის ადამიანები, რომელთაც გარკვეული თვისებები ახასიათებთ: მჭერმეტყველება, თავდაჯერებულობა, საკუთარი თავის წარმოჩენის უნარი და ა.შ. მამაკაცები უფრო ხშირად ხდებიან ლიდერები, ვიდრე ქალები, თუმცა ცნობილია, რომ ეს ყოველთვის ასე არ არის; დღეისათვის მკვლევარების უმეტესობა იზიარებს იმ მოსაზრებას, რომ ლიდერები ხდებიან ის ადამიანები, რომელთაც შეუძლიათ ეფექტურად მოერგონ სიტუაციას და დააკმაყოფილონ სიტუაციის მოთხოვნები. შესაძლებელია, ადამიანი ერთ სიტუაციაში ეფექტური ლიდერი იყოს, ხოლო სხვა სიტუაციაში ვერ შესძლოს ლიდერის როლის შესრულება; მოქნილობა და კონკრეტულ სიტუაციაზე მორგების უნარი ეფექტური ლიდერიობისათვის უმნიშვნელოვანესია.

შესაძლებელია, ლიდერი ფორმალურად იყოს დანიშნული ან არჩეული ჯგუფის მიერ; მაგალითად, მენეჯერი - დანიშნული ლიდერია; სასკოლო რეალობაში მოსწავლეები შეიძლება გახდნენ კლასის ლიდერები - მათ ლიდერებად კი არ ნიშნავენ, არამედ ირჩევენ.

აქტივობა 1.

მიზანი: მოსწავლეებისათვის ლიდერობის, ჯგუფური მუშაობის უნარების გავარჯიშება;

მასალა: ფლიპჩარტი, მარკერები, სახაზავი.

მიმდინარეობა:

- ✓ მასწავლებელი მოსწავლეებს სთხოვს შექმნან ორი მცირე ჯგუფი (6-8 მოსწავლე) და აირჩიონ ლიდერი;
- ✓ თითოეულ ჯგუფს ეძლევა დავალება: მომავალი კვირისთვის სკოლაში ნებისმიერი სახის ღონისძიების დაგეგმვა; ამისათვის მათ ეძლევათ 30 წთ.
- ✓ ლიდერს ევალება: ჯგუფთან მუშაობა, ჯგუფთან ერთად საუკეთესო იდეის შერჩევა, ღონისძიების აღწერა და ღონისძიების მცირე გეგმის შემუშავება; ლიდერი ორგანიზებას უწევს ღონისძიების გეგმის ფლიპჩარტზე გაფორმებას;
- ✓ დავალების დასრულების შემდეგ ჯგუფის ლიდერი აკეთებს პრეზენტაციას და პასუხობს მეორე ჯგუფის წევრებისა და მასწავლებლის შეკითხვებს.

სავარჯიშოს შესრულების შემდეგ მოსწავლეები ბრუნდებიან ჯგუფში და მასწავლებელი სვამს კითხვებს:

1. რას გრძნობდნენ მოსწავლეები ლიდერის როლში?

2. რა უნარები იყო საჭირო ლიდერის მხრიდან ამოცანის ეფექტურად შესასრულებლად?
3. რას გრძნობდნენ ჯგუფის დანარჩენი წევრები ამოცანის შესრულებისას? რამდენად სამართლიანი, ორგანიზებული და მოტივირებული იყო ლიდერი მათი შეხედულებით?
4. რა უნდა გააკეთოს ლიდერმა იმისათვის, რომ ჯგუფმა მოუსმინოს და შესარულოს მისი მითითებები?

აქტივობა 2.

მიზანი: ლიდერისათვის დამახასიათებელი თვისებებისა და ქცევის სტილის გაცნობიერება;

მასალა: ფლიპჩარტი, მარკერები.

მიმდინარეობა:

- ✓ მასწავლებელი მოსწავლეებს სთხოვს შექმნან მცირე ჯგუფები;
- ✓ თითოეულ ჯგუფს ეძლევა დავალება, ერთობლივად ჩამოაყალიბონ, თუ ვინ არის, მათი შეხედულებით, ეფექტური ლიდერი.
ამისათვის მათ ეძლევათ ფლიპჩარტი შემდეგ ფორმით:
ეფექტური ლიდერი არის, ის ვისაც:

აქვს შემდეგი თვისებები	იქცევა შემდეგნაირად
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.
6.	6.
7.	7.

- ✓ დავალების დასრულების შემდეგ ჯგუფები აკეთებენ პრეზენტაციას და პასუხობენ მოსწავლეებისა და მასწავლებლის შეკითხვებს;
- ✓ მასწავლებელი მოსწავლეებს ეხმარება იმის გაანალიზებაში, რამდენად მსგავსი და განსხვავებულია მათი პასუხები;
- ✓ ასევე ეხმარება იმის გაცნობიერებაში, რომ ლიდერის ეფექტურობა ხშირად დამოკიდებულია სიტუაციასა და გარემოებებზე.

მიმართულება - შემცნებითი და კულტურული განვითარება

ჩაცმის სტილი - ჩვენი იმიჯი

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, თუ რა განაპირობებს მოსწავლეთა ჩაცმის სტილს?

რა უფრო მნიშვნელოვანია, რომ სამოსი იყოს მოდური, მოხერხებული თუ მოხდენილი?

მოსწავლეები აფიქსირებენ თავიანთ მოსაზრებებს.

ასევე, შესაძლოა, სთხოვოს სიტყვის „მოდა“ - განმარტება.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ სამოსის შერჩევისას დიდი მნიშვნელობა აქვს სიტუაციას. ჩაცმის სტილი თეატრსა და სკოლაში, სასურველია, განსხვავებული იყოს.

სკოლაში, იმისდა მიუხედავად, არის თუ არა შემოღებული სასკოლო ფორმა, არ არის მიზანშეწონილი აქსესუარებით სამოსის გადატვირთვა, არც დეკოლტე და ძალიან მოკლე კაბა არის შესაფერი სასკოლო გარემოსთვის.

დამრიგებელმა შესაძლოა მოსწავლეებს რამდენიმე რეკომენდაცია შესთავაზოს:

- ✓ სამოსმა, პირველ რიგში, თავის ძირითადი დანიშნულება უნდა შეასრულოს - დაიცვას ადამიანის სხეული. სიცხეში გაათბოს და სიციხეში არ გააღიზანოს კანი, არ შებოჭოს მოძრაობები.

- ✓ სამოსი, სასურველია. იყოს მოხდენილი ზომისა და ფერის მიხედვით.
- ✓ ჩაცმულობა აუცილებლად უნდა შეესატყვისებოდეს სიტუაციას. შეუსაბამობას იწვევს, როდესაც ადამიანი გამოსასვლელი ტანსაცმლით ვარჯიშობს და ოპერაში დახეული ჯინსით ცხადდება. გარდა ამისა, სიცივეში ძალიან თხლად ჩაცმული, შემცივნებული ადამიანი სულაც არ გამოიყურება მომხიბვლელად;
- ✓ არაოფიციალური ჩაცმულობა სულაც არ ნიშნავს უდიერად ჩაცმას-ტანსაცმელი და ფეხსაცმელი მუდამ სუფთა უნდა იყოს; რთულია ისაუბრო ადამიანის მომხიბვლელობასა დადებით იმიჯზე, თუ მას დალაქავებული და დაჭმუჭნული სამოსი აცვია.
- ✓ აუცილებლად უნდა დაიცვათ ზომიერება აქსესუარებისა და სუნამოს ხმარებისას. რეკომენდებული არ არის, რომ თქვენი გასვლის შემდეგ, ოთახში თქვენი სუნამოს სუნი დარჩეს.

IX კლასი

მიმართულება-პიროვნული, მორალური და სოციალური განვითარება

როგორ ვსწავლობთ, როგორ ვისწავლოთ უკეთ?

დამრიგებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვებს:

1. რომელი გაკვეთილის სწავლა გიყვართ ყველაზე მეტად, და რატომ?
 2. რა ხერხს მიმართავთ იმისთვის, რომ მასალას უკეთ დაეუფლოთ?
 3. რა ფაქტორები გეხმარებათ მეცადინეობაში? რა ფაქტორები გიშლით ხელს?
 4. აქვს თუ არა მნიშვნელობა დროის ფაქტორს, რა დროს სჯობს მეცადინეობა? შესაძლოა, დამრიგებელმა კლასი ჯგუფებად დაყოს და ჯგუფებმა ჩამოწერონ ფაქტორები.
- დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას და ესაუბრება მოსწავლეებს დამახსოვრების სტრატეგიებსა და სწავლის განსხვავებულ სტილის შესახებ:

მასალის დამახსოვრების რამდენიმე ხერხი

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ ადამიანებს გვაქვს უნარი, ვაკონტროლოთ საკუთარი შემეცნებითი პროცესები. როგორ სჯობს მასალის დასწავლა, საჭიროა თუ არა მნიშვნელოვანი მომენტების გამოყოფა, შესასწავლი ტექსტის რამდენჯერმე გამოკრება - ამ უნარებს მეტაშემეცნება ეწოდება.

რითმის, გამონათქვამების, დამახსოვრების სქემების უკეთ გამოყენება გვეხმარება მასალის დამახსოვრებაში. მაგ: გამონათქვამი „каждый охотник знает где сидит фазан“ გვეხმარება სპექტრის ძირითადი ფერების დამახსოვრებაში.

აკრონიმები ანუ აბრევიატურა გვეხმარება შედარებით გრძელი სახელწოდებების დამახსოვრებაში. მაგ., „თსუ“ ასე იშიფრება – თბილისის სახელმწიფო უნივერსიტეტი.

დამახსოვრების პროცესის გაადვილების ერთ-ერთი ხერხი არის ელემენტების კომბინირება. მაგ: რიცხვი 555 12 12 უფრო იოლი დასამახსოვრებელია ვიდრე ხუთი მილიონ ხუთასორმოცდათერთმეტი ათას ორასთორმეტი.

დამახსოვრების ერთ-ერთი ხერხია, ასევე, კავშირების სისტემის გამოყენება. ადამიანმა უნდა მოახდინოს მასალის ვიზუალიზაცია (თვალნათლივ წარმოიდგენა) და ჩამოაყალიბოს მხედველობითი ასოციაცია (კავშირი) მოცემულ ელემენტსა და სხვა ელემენტებს შორის. მოცემული ტექნიკის მაგალითად შეგვიძლია გამოვიყენოთ შესაძენი პროდუქტების სიის მაგალითი. ვთქვათ, სია მოიცავს შემდეგ ჩამონათვალს: პური, მარილი, ტყემალი, ყველი. მოცემული სიის დასამახსოვრებლად ჯერ უნდა წარმოვიდგინოთ პირველი კომპონენტი: პური, შემდეგ მარილი, წარმოსახვაში უნდა დავაკავშიროთ პური და მარილი ერთმანეთთან. ვთქვათ, პურის შუაგულში მოთავსებული სამარილე, შემდეგ ამ კომპოზიციას ვუმატებთ ტყემალს. სულ რამდენიმე წამია საჭირო თითოეული კომპონენტის წარმოსადგენად. მოცემული ხერხი ძალიან ეფექტურია, თუმცა, გარკვეული ხარვეზი გააჩნია. შეიძლება ვერ გავიხსენოთ პირველი კომპონენტი, ამის შემდეგ კი გავგიჟირდება სხვა კომპონენტების

მოგონება. მეორე მეთოდი, რომელიც კავშირების სისტემას ეყრდნობა, არის „ადგილის მეთოდი“. ჩვენ შეგვიძლია დასამახსოვრებელი საგნები „მოვითავსოთ“ სხვადასხვა ოთახში. მაგ: პური სამზარეულოში, მარილი საძინებელში. მოგონება მოხდება ოთახების მიხედვით.

ლექსის დასწავლისას, ეფექტურია თითოეული ფრაზის განმარტება, მისი ვიზუალურად წარმოდგენა, ჩანახატის გაკეთება და შემდგომ მათზე დაყრდნობით მოგონება.

დიდი მასალის დასწავლისას, მნიშვნელოვანია ყოველი აზრის ან მონაკვეთის ძირითადი აზრის ჩანიშვნა, ერთგვარი გეგმის გაკეთება და შემდეგ მოგონებისას გეგმაზე დაყრდნობა.

რატომ ვივინყებთ ადამიანები?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ სწავლის პროცესი ხანგრძლივ მეხსიერებაზეა ორიენტირებული. მნიშვნელოვანია, რომ სასწავლო წლის დასაწყისში მიღებული ინფორმაცია სასწავლო წლის ბოლოსაც კარგად გვახსოვდეს. ამიტომ მნიშვნელოვანია, ვიცოდეთ, თუ რატომ ვივინყებთ ადამიანები გარკვეულ მასალას თუ გამოცდილებას.

დამრიგებელი აცნობს მოსწავლეებს დავინყების მიზეზებს:

ჩაქრობა - თურმე იოლად გვაგინდება ის მასალა, რომლის ხშირი გამოყენება და გახსენებაც არ ხდება. მაგ., თუ მე დღეს, 5 ნოემბერს, მოვისმინე ამინდის პროგნოზში, რომ თოვლის საფარველი კახეთში 15 სანტიმეტრია და შემდეგ ეს ინფორმაცია აღარავინ შემახსენა, ნამდვილად არ მემახსოვრება ერთი წლის შემდეგ. ამიტომ, თუ გვსურს, რომ რაიმე მასალა კარგად დავიმახსოვროთ, მისი ხშირი გამეორებაა საჭირო.

დამახინჯება - მასალა, რომლის ხშირი გახსენება არ ხდება, მაგრამ მთლიანად არ გამქრალა ჩვენი მეხსიერებიდან, შეიძლება დამახინჯდეს ან სხვა მოგონებებთან აირიოს. ასეთ შემთხვევაში, თითქოს, მოგონებები არაადეკვატურად უკავშირდება ერთმანეთს. როდესაც ადამიანი ცდილობს გარკვეული მოვლენის გახსენებას, ხდება მხოლოდ ცალკეული ფრაგმენტის აღდგენა და არა დეტალების. ამიტომ სწავლის დროს უნდა დავაფიქსიროთ მასალის მნიშვნელოვანი, მოსაჭიდი ასპექტები. სახასიათო და მნიშვნელოვანი თავისებურებების დამახსოვრება და აღდგენა უფრო იოლია.

განდევნა - არსებობს მოსაზრება, რომ ადამიანები ვივინყებთ ჩვენთვის უსიამოვნო მოვლენებს. მოცემული ფენომენი განხილულია ზიგმუნდ ფროიდის თეორიაში: უსიამოვნო და მატრავმიზებული მოგონებები იდევნება ცნობიერებიდან და ილექება ფსიქიკის არაცნობიერ ნაწილში. საბედნიეროდ, სასკოლო გარემო არ არის იმდენად მატრავმიზებული, რომ მასთან დაკავშირებული მოგონებები ფსიქიკის არაცნობიერ ნაწილში განიდევენოს.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ თურმე ადამიანები ერთმანეთისგან სწავლის სტილითაც განესხვავდებით. ზოგი უკეთ იმახსოვრებს მოსმენილ ინფორმაციას, ზოგი კი თვალთ ნანახს. ამას **სწავლის სტილი** უწოდებენ; ეს იმას კი არ ნიშნავს, რომ ადამიანს მხოლოდ ამ სტილით შეუძლია სწავლა, არამედ იმას, რომ ამ სტილით სწავლა მისთვის უფრო იოლი და მოსახერხებელია.

სამყაროდან ინფორმაციას აღქმით ვიღებთ. ჩვენ ვხედავთ საგნებს და მოვლენებს, გვესმის საუბარი და სიტყვები, შევიგრძნობთ ტემპერატურას და ა.შ. საერთოდ, სხვადასხვა სიტუაციაში განსხვავებული ტიპის ინფორმაციის მიღებაა საჭირო, თუმცა, როგორც ცნობილია, ადამიანები უკეთ აღიქვამენ და იმახსოვრებენ ერთი რომელიმე ტიპის ინფორმაციას, ანუ ადამიანთა უმეტესობას ინფორმაციის მიღების ერთი დომინანტური სტილი აქვს. გამოყოფენ: ვიზუალური, აუდიალური და კინესთეტიკური სტილის ადამიანებს.

ვიზუალური სტილის ადამიანებს უადვილდებათ ახალი ინფორმაციის ვიზუალურად მიღება – სურათებით, დიაგრამებით, ცხრილებით; მათ ურჩევნიათ სასწავლო მასალას ხედავდნენ, ვიდრე ისმენდნენ ან რაიმეს აკეთებდნენ. საკლასო გარემოში მათთვის ყველაზე ეფექტური ვიზუალური მასალების გამოყენებაა.

აუდიალური სტილის ადამიანებს ურჩევნიათ მასალა მოისმინონ; ისინი უკეთ იმახსოვრებენ საუბარს, დისკუსიას, დიალოგებს; მათ ასეთი სახით მიღებული მასალის გახსენებაც უადვილდებათ. ასეთი ადამიანებისთვის ყველაზე ეფექტური სწავლის პროცესში ლექციების მოსმენა, დისკუსიებსა და სემინარებში მონაწილეობის მიღებაა.

კინესთეტიკური სტილის ადამიანებს უადვილდებათ სწავლა, როდესაც რაიმეს აკეთებენ, აგებენ, აწყობენ ან ასრულებენ როლებს. მათ ურჩევნიათ ინფორმაცია გადაამუშავონ მოძრაობითა და

დემონსტრირებით. ასეთი ადამიანები საკლასო გარემოში ყველაზე ადვილად მაშინ სწავლობენ, როდესაც ისინი ფიზიკურად აქტიურები არიან.

თვითგანვითარება

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ რას ნიშნავს მათი აზრით თვითგანვითარება? რა სიტყვებისგან შედგება ეს ტერმინი?

რას ნიშნავს თვითგანვითარება, თვითგანვითარება, მაგ., სპორტში?

რა ხერხებს მივმართავთ თვითგანვითარებისა და თვითგანვითარებისთვის?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ ყველა ადამიანს აქვს სურვილი იყოს რაიმე სფეროში კომპეტენტური და რეალიზებული. სწორედ ეს სურვილი განაპირობებს ხშირად მოსწავლეებში ლამაზების თენებას გიტარის აკორდების აწყობასა და უცხო ენის სიტყვების სწავლაში.

თვითგანვითარება იოლი შესამჩნევია სპორტში ან რომელიმე პროფესიაში. შეგვიძლია იოლად შევამჩნიოთ, რომ ადამიანს განუვითარდა მუსკულატურა ან ახალ უნარ - ჩვევებს დაეუფლა. ხოლო, პიროვნული თვითგანვითარება პიროვნული თვისებების, ღირებულებების სრულყოფას მოიაზრებს, რაც შეარებით ძნელი შესამჩნევია.

ადამიანებს ყოველთვის გვაქვს იდეალური – „მე“ ანუ საკუთარი თავის ხატი, როგორც გვინდა რომ ვიყოთ.

„იდეალი“ შეიძლება იყოს, რეალური ადამიანი, ვისაც გვინდა რომ ვგავდეთ გარკვეული თვისებებით ან ვიყოთ მასსავით წარმატებული.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ ჰყავთ მათ იდეალი? რა თვისებების გამო არის ის მათთვის იდეალი?

დამრიგებელმა შესაძლოა შემდეგი აქტივობა შესთავაზოს მოსწავლეებს:

აქტივობა 1. იდეალური ადამიანის პორტრეტი

მიზანი: საზოგადოებისთვის მნიშვნელოვანი პოზიტიური თვისებების გაცნობიერება, თვითგანვითარების სტრატეგიების გაცნობა;

მასალა: ფორმატები, ფლომასტერები, ფერადი ქაღალდები.

მიმდინარეობა: დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს მათთვის იდეალური ადამიანის პორტრეტის „შექმნას“. ოღონდ პორტრეტში მნიშვნელოვანი მხოლოდ გარეგნული იერსახე კი არ არის, არამედ შინაგანიც. აუცილებელია, აღნიშნული იყოს ის თვისებები, რომელიც გააჩნია ამ ადამიანს.

კლასი 4-5 — კაცთან ჯგუფებად არის დაყოფილი.

სამუშაო 15-20 წუთი გრძელდება, რის შემდეგაც ჯგუფები წარმოადგენენ საკუთარ ნამუშევრებს.

საბოლოოდ, კლასში 4-5 იდეალური ადამიანის პორტრეტი დგება.

პორტრეტები დაფაზე ან რომელიმე კედელზე იკვრება. დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, დაიკავონ საკლასო ოთახში პოზიცია (ადგილი), იმის მიხედვით, თუ მათი აზრით, რა მანძილით არიან დაშორებულნი საკუთარ იდეალთან.

შემდეგ კი სვამს შეკითხვას, თუ რა დაეხმარებათ მათ იდეალთან მიახლოებაში? ამისთვის დამრიგებელი მოსწავლეებს ურიგებს ფურცლებს, „აგურებს“ რომელზეც უნდა დაწერონ, თუ რა თვისება, პირობა სჭირდებათ მათ „იდეალთან“ მიახლოებაში?

მოსწავლეები ფურცლებზე წერენ პირობას, თვისებას, აწყობენ და მიუყვებიან გზას იდეალისკენ.

მოსწავლეების შესაძლო პასუხებია: შრომა, მონდომება, სიბეჯითე, ოპტიმიზმი და ა.შ.

ჩემი მიზანი

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, აქვთ თუ არა მათ დასახული რაიმე მიზანი? მიზანი კონკრეტულია თუ შორეულ პერსპექტივებს უკავშირდება? რას მიმართავენ მოზარდები მიზნის მისაღწევად?

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს, რომ მიზნის დასახვასა და მიღწევაში სხვადასხვა ფსიქიკური პროცესია ჩართული: წარმოსახვა, აზროვნება.

ფსიქოლოგები აზროვნების 3 სახეს ანსხვავებენ:

- ✓ ლოგიკურ - ვერბალური აზროვნება - ის ეხმარება ადამიანს ინფორმაციაზე დაყრდნობით დასკვნების გამოტანაში;
- ✓ თვალსაჩინო ხატოვანი აზროვნება - დასკვნების გამოტანისთვის საჭიროა მასალის უშუალოდ დანახვა;
- ✓ თვალსაჩინო მოქმედებითი აზროვნება - შედეგის მისაღწევად საჭიროა გარკვეულ საგნებზე მანიპულაცია.

წარმოსახვაში ვლინდება ადამიანის შემოქმედებითი პოტენციალი.

მაგრამ მხოლოდ მიზნის მიღწევაზე ოცნება ადამიანისთვის არაფრის მომცემია.

პირველ რიგში, უნდა განვსაზღვროთ, თუ რა არის ჩვენი მიზანი?

- რა არის საჭირო იმისთვის, რომ მიზანს მივაღწიოთ?
- რამდენად რეალურია ჩვენი მიზანი: მაგ., პლუტონზე დასასვენებლად ნამდვილად ვერ წავალთ, მაგრამ ნიჭისა და მონდომების შემთხვევაში, რეჟისორობა მიღწევადი მიზანია;
- რა უნდა ვისწავლოთ, მიზანს რომ მივაღწიოთ და დავინყოთ ინტენსიური მზადება, მეცადინეობა იმ სფეროში, რაც მიზნის მიღწევაში დაგვეხმარება.
- წარმოსახვის გამოყენება დაგვეხმარება მიზნის მიღწევისთვის საჭირო სტრატეგიების დასახვაში;
- მიზნის მიღწევის გზაზე ყველაზე დიდი დაბრკოლება სიზარმაცია.

ჩემი არჩევანი, მომავალი პროფესია

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, თუ დაფიქრებულან ისინი პროფესიის არჩევაზე?

- რა ხიბლავთ მათ არჩეულ პროფესიაში?
 - რამ განაპირობა მათი არჩევანი?
- შესაძლოა, დამრიგებელმა სთხოვოს მოსწავლეებს, რომ ეს შეკითხვა დაუსვან ახლობლებს, მშობლებს.

- რა უნდა გაითვალისწინოს ადამიანმა პროფესიის არჩევისას?
- რა უფრო მნიშვნელოვანია - ინტერესები, მონაცემები, პროფესიის მოთხოვნა ბაზარზე თუ პროფესიის პრესტიჟულობა/შემოსავლიანობა.

დამრიგებელს შეუძლია მოსწავლეებს ინტერესების საკვლევი ტესტი შესთავაზოს.

ტესტი 78 შეკითხვის/მტკიცებულებისგან შედგება.

ყურადღებით წაიკითხეთ თითოეული მათგანი. თუ კითხვაში მოწოდებული შინაარსი თქვენ ძალიან მოგწონთ, აღნიშნეთ ორი პლუსით (+ +); თუ მხოლოდ მოგწონთ (+); თუ არ მოგწონთ (-); ხოლო თუ ძალიან არ მოგწონთ - ორი მინუსით(— —).

მოგწონთ? საინტერესოა თქვენთვის?

1. ამოცანების ამოხსნა ფიზიკასა და მათემატიკაში?
2. ქიმიის სფეროში აღმოჩენების შესახებ მასალის კითხვა?
3. ტექნიკური საშუალებების მონყობილობებში გარკვევა?
4. ტექნიკის სფეროში სიახლეების შესახებ სამეცნიერო-პოპულარული სტატიების კითხვა?
5. სხვადასხვა ქვეყნის ყოფისა და სახელმწიფო წყობის გაცნობა?
6. მცენარეების აგებულების შესწავლა?
7. მსოფლიო კლასიკოსების ნაწარმოებების კითხვა?
8. საკუთარ ქვეყანაში თუ მის საზღვრებს გარეთ მიმდინარე პოლიტიკური პროცესების შესახებ მსჯელობა?
9. ლიტერატურის კითხვა თანატოლების ცხოვრების შესახებ?
10. მედიცინის სფეროს გაცნობა?
11. ზრუნვა საცხოვრებელი გარემოს კომფორტსა და გალამაზებაზე?

12. გამოფენებსა და თეატრებში სიარული?
13. სამხედრო პირების მემუარების კითხვა?
14. ფიზიკის სფეროში აღმოჩენების შესახებ კითხვა?
15. ქიმიური ამოცანების ამოხსნა?
16. ელექტრო ხელსაწყოების შეკეთება?
17. ახალი ტექნიკური მიღწევების შესახებ გადაცემების ყურება?
18. ლაშქრობაში სიარული, რეგიონების ადათ - წესების გაცნობა?
19. ბიოლოგიის შესწავლა?
20. ლიტერატურის სფეროში კრიტიკული სტატიების კითხვა?
21. საზოგადოებრივად ღირებულ, სოციალურ პროექტებში მონაწილეობა?
22. მეგობრების დახმარება საშინაო დავალების შესრულებაში?
23. ავადობების გავრცელების, მათი მკურნალობის საშუალებების შესახებ ინფორმაციის მოძიება?
24. სადილის მომზადება, დიასახლისობა?
25. კითხვა ხელოვნების შესახებ?
26. სამხედრო ტექნიკის გაცნობა?
27. ფიზიკაში ცდების ჩატარება?
28. ქიმიური ცდების ჩატარება?
29. ტექნიკის სფეროში სიახლეების შესახებ კითხვა?
30. ველოსიპედის თუ მოტოციკლეტის შეკეთება?
31. მინერალებისა და სხვადასხვა ქვების შეგროვება?
32. მუშაობა ბაღსა თუ ბოსტანში?
33. დღიურის წერა?
34. ისტორიული წიგნების კითხვა?
35. ასაკით უმცროსი ბავშვების მეცადინეობა?
36. შეუძლოდ მყოფი ადამიანების მოვლა-დახმარება?
37. ოჯახის წევრების დახმარება საოჯახო საქმეებში?
38. ლიტერატურულ, თეატრალურ თუ სამხატვრო წრეებზე სიარული?
39. ჯარის ისტორიის, საბრძოლო სტატეგიების გაცნობა?
40. მათემატიკის წრეზე სიარული?
41. სხვადასხვა ხსნარის თვისებების შესწავლა ქიმიური ცდებისთვის?
42. რადიოს თუ ტექნიკური საშუალებების შეკეთება?
43. მანქანების მოდელების შეგროვება?
44. გეოლოგიურ ექსპედიციებში სიარული?
45. ცხოველების შესწავლა შესწავლა/დაკვირვება მათზე?
46. უცხო ენების შესწავლა?
47. პოლიტიკური ვითარების შესწავლა?
48. სკოლის ცხოვრებაში ჩართულობა?
49. პატარა ბავშვების მოვლა?
50. საყიდლებზე სიარული?
51. მეგობრებთან ხელოვნებაზე საუბარი?
52. სპორტზე სიარული?
53. ფიზიკის ან მათემატიკის ოლიმპიადაში მონაწილეობა?
54. ქიმიური ამოცანების ამოხსნა?
55. მუშაობა სხვადასხვა საზომი მონყობილობებით?
56. მოდელების აწყობა?
57. გეოგრაფიული აღმოჩენების შესახებ ინფორმაციის კითხვა?
58. სკოლის ტერიტორიის მონყობა, მასზე ზრუნვა?
59. მეგობრებთან საუბარი წაკითხული წიგნების შესახებ?
60. სხვა ქვეყნების პოლიტიკური ვითარების შესწავლა?
61. სწავლა/აღზრდის საკითხების შესწავლა?

62. ცხოველთა ქცევაზე დაკვირვება?
63. მეგობრებთან კამათი?
64. ხელოვნების ისტორიის შესწავლა?
65. სასკოლო ღონისძიებების, ექსკურსიის ორგანიზებაში მონაწილეობა?
66. ფორმულების მიხედვით გამოთვლების წარმოება?
67. ბუნებაში მიმდინარე ქიმიურ პროცესებზე დაკვირვება?
68. ტექნიკურ სქემებში გარკვევა?
69. სხვადასხვა ნახაზის შექმნა?
70. გარემოს რუკის ხატვა?
71. ცხოველების მოვლა?
72. რაიმე საკითხზე პრეზენტაციის მომზადება?
73. კულტურის ისტორიის შესწავლა?
74. უმცროსი ასაკის ბავშვებისთვის სხვადასხვა ამბის მოყოლა?
75. სხვადასხვა დაავადებათა მიზეზების გაცნობა?
76. ახალი ნაცნობების შეძენა?
77. მხატვრულ თვითშემოქმედებაში მონაწილეობა?
78. დღის ორგანიზებაზე ზრუნვა?

შედეგების დამუშავება

ტესტის დასრულების შემდეგ დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, რომ ტესტის გასაღების მიხედვით შეაჯამონ შედეგები. მოსწავლეებმა უნდა დაითვალონ ყოველ სვეტში პლუსების რაოდენობა.

თუ რომელმე სვეტში 0 - დან 4 პლუსამდე დააგროვეთ, ეს ნიშნავს, რომ ამ სფეროში ნაკლებად გამოხატული ინტერესი გაქვთ, 4 - დან 8 ქულამდე — საშუალოდ გამოხატული, ხოლო 8 - 12 - მდე — ძლიერად გამოხატული.

ტესტის გასაღები

ფიზიკა მათემატიკა	ქიმია	ელექტრო- ტექნიკა	ბიოლოგია	გეოგრაფია	ლიტერატურა	ისტორია	კალენდარი	მუსიკა	მხატვრობა	მომსახურების სფერო	სპორტის სფერო	სამხედრო საქმე/საოქრო
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39
40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52
53	54	55	56	57	58	59	60	61	62	63	64	65
66	67	68	69	70	71	72	73	74	75	76	77	78

შედეგების მიღების შემდეგ დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, მათი მოსაზრებით, რამ განაპირობა ინტერესი აღნიშნული სფეროს მიმართ?

მოსწავლეები აფიქსირებენ საკუთარ მოსაზრებებს.

დამრიგებელი უხსნის მოსწავლეებს, რომ ძალიან მნიშვნელოვანია არჩეული პროფესიისადმი ინტერესი. ინტერესები ზოგჯერ სხვადასხვა უნარების განვითარებასაც უწყობს ხელს.

მაგრამ ინტერესები უფრო ცვალებადია (დროთა განმავლობაში შესაძლოა შეიცვალოს), უნარები კი უფრო მდგრადია.

უნარი - ეს არის ადამიანის ინდივიდუალურ - ფსიქოლოგიური თავისებურება, რომელშიც შედის როგორც სხვადასხვა კოგნიტური (შემეცნებითი) ისე - პიროვნული თავისებურებები.

მაგრამ მხოლოდ უნარის არსებობა არ არის იმის გარანტი, რომ ადამიანი აუცილებლად განვითარებს მას. მხოლოდ მათემატიკური უნარების არსებობა არ ნიშნავს, რომ ადამიანი აუცილებლად კარგი მათემატიკოსი გამოვა.

უნარის განვითარებისთვის გარკვეული პირობებიც არის საჭირო. უნარის არარსებობაც არ ნიშნავს იმას, რომ ადამიანი ვერასდროს განვითარებს მას. უბრალოდ მას შესაძლოა სხვაზე მეტი შრომა დასჭირდეს.

რა გვეხმარება სხვადასხვა უნარის განვითარებაში?

დამრიგებელი აფიქსირებს მოსწავლეთა შეხედულებებს.

დასრულებისას, აჯამებს შეხვედრას, საუბრობს იმაზე, რომ უნარების განვითარება დიდად არის დამოკიდებული ადამიანის მიზანსწავულობაზე. რომ მიზნის დასახვა და შემდეგ შრომა მიზნის მისაღწევად, აუცილებელია.

ადამიანები პროფესიის არჩევისას ითვალისწინებენ:

- ✓ პროფესიის მოთხოვნას ბაზარზე;
- ✓ ადამიანის უნარებს, ნიჭს, შესაძლებლობებს;
- ✓ ინტერესებს;
- ✓ მშობლების, მეგობრების რჩევებს;
- ✓ პროფესიის პრესტიჟულობას.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, შესთავაზოს მოსწავლეებს პროფესიის არჩევის მოტივების დადებითი და უარყოფითი მხარეების შეფასება.

სწრაფვა წარმატებისკენ

დამრიგებელი სადისკუსიო თემებს სთავაზობს მოსწავლეებს: რა სფეროში გვინდა ვიყოთ წარმატებულნი? რა გზებს მივმართავთ წარმატებისთვის?

დამრიგებელს მოჰყავს მაგალითი: მაგ., თქვენ კარგად დაწერეთ საკონტროლო წერა ან კარგი პრეზენტაცია გააკეთეთ.

რა მოიმოქმედეთ ამისთვის? რა თვისებები გეხმარებათ წარმატების მიღწევაში?

დამრიგებელი აჯამებს შეხვედრას და საუბრობს წარმატებისთვის აუცილებელ პიროვნულ თვისებებზე:

- ✓ მიზანსწრაფულობა – წარმატებისთვის, პირველ რიგში, მიზნის დასახვა და შრომაა საჭირო. წარმატებული ადამიანები – მწერლები, მეცნიერები დიდ გზას გადიან, სანამ წარმატებას მიაღწევენ. წარმატებისკენ მიმავალ გზაზე ბევრი პრობლემა, მარცხი შეიძლება შეხვდეს ადამიანს, მაგრამ მთავრია - არ გადაუხვიოთ მიზანს;
- ✓ უნარი გაუმკლავდე მარცხს - წარმატებისკენ მიმავალ გზაზე ადამიანები არ არიან დაზღვეულნი არც კრიტიკისა და არც მარცხისგან. მთავარია, ამ შემთხვევაში, არ „ჩამოვუშვათ ხელები“. დავეფიქრდეთ, თუ რატომ გვაკრიტიკებენ, რას ეყრდნობიან, მისაღებია თუ არა კრიტიკოსთა მოსაზრებები, უნდა ვიფიქროთ, მათი გათვალისწინება როგორ დაგვეხმარება საქმის უკეთ განხორციელებაში;
- ✓ გაიცანით საკუთარი თავი - წარმატების მიღწევაში ადამიანებს მნიშვნელოვნად დაგვეხმარება საკუთარი თავის შეცნობა, რა ძლიერი და სუსტი მხარეები გვაქვს, რა გამოგვდის იოლად, რა სფეროში გვინებს მეტი შრომის დახარჯვა;
- ✓ წარმატებისკენ მიმავალი გზა, სასურველია, დანაწევრებული და წინასწარ დაგეგმილი გვექონდეს. ყოველი დიდი საქმე უფრო პატარა საქმეებისგან შედგება. კარგი პრეზენტაციის მოსამზადებლად საჭიროა რესურსების მოძიება, რასაც დავეყრდნობით პრეზენტაციისას, საჭირო საკანცელარიო მასალის მომზადება (ფორმატი, ფოტოები ან ნახატები), მოხსენების ტექსტის მომზადება, რეპეტიცია. სასურველია, არ გადავიდეთ საქმიანობის ახალ ეტაპზე, სანამ არ დავასრულებთ უკვე დაწყებულს;
- ✓ ოპტიმიზმი – წარმატებისკენ მიმავალ გზაზე ერთ-ერთი აუცილებელი პირობა გახლავთ ოპტიმისტური განწყობა და შინაგანი რწმენა იმისა, რომ მართლაც მივალწევთ წარმატებას.

არა — ნარკოტიკებს!

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ნარკოტიკული ნივთიერების მავნე ზეგავლენაზე. ნარკოტიკულ ნივთიერებად ითვლება ის ნივთიერება, რომელიც უარყოფით ზეგავლენას ახდენს ადამიანის ცენტრალურ ნერვულ სისტემაზე. ნარკოტიკები იყოფა ლეგალურ და არალეგალურ ნარკოტიკულ საშუალებებად. ლეგალურ ნარკოტიკულ საშუალებებად მიიჩნევა: თამბაქო, ალკოჰოლი, საძილე საშუალებები, ხოლო არალეგალურად ის ნივთიერებები, რომელიც აკრძალულია კანონმდებლობის მიხედვით.

ნარკოტიკურ საშუალებებს გააჩნიათ ნერვული სისტემის დამორგუნველი და გამააქტიურებელი ან ჰალოცინოგენური ეფექტი. სუსტი ნებისყოფის ადამიანები სხვადასხვა მიზეზით მოიხმარენ მათ - იქნება ეს რეალობიდან გაქცევა თუ სხვისი მიმზადებლობა. თანდათან კი სიამოვნების ეფექტი ძლიერი ტკივილებით, ფიზიკური მდგომარეობის გაუარესებით იცვლება. მიღებული ნარკოტიკული დოზა აღარ ხდება საკმარისი. ადამიანის საზრუნავი მხოლოდ წამლის მიღება, ტკივილის მოხსნა და შერყეულ ჯანმრთელობასთან შეგუება ხდება.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, მოსწავლეებს შესთავაზოს აღნიშნულ თემატიკასთან დაკავშირებული ფილმის ნახვა ან რომელიმე ლიტერატურული ნაწარმოების წაკითხვა და შემდეგ მათი გარჩევა. მაგ., ფილმი: „კალათბურთელის დღიური“ (რეჟ. სკოტ კელვერტი, 1995). მ. ბულგაკოვის „მორფი“.

სასკოლო შფოთვა - როგორ მოვემზადოთ გამოცდებისთვის? საკონტროლოსთვის?

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს, იწვევს თუ არა რომელიმე სასკოლო აქტივობა მათში შფოთვას? კონკრეტულად რომელი?

მოსწავლეები ხშირად ასახელებენ პრეზენტაციას, ტესტირებას, გამოცდას.

დამრიგებელი უსვამს შეკითხვას: 0-დან 5-მდე სკალაზე როგორ შეაფასებდნენ საკუთარ შფოთვას?

თუ კლასის უმრავლესობა 5 ქულით აფასებს მდგომარეობას, დამრიგებელს აუცილებლად მოუწევს ამ თემაზე საუბარი.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ესაუბრება, რომ საპასუხისმგებლო საქმიანობის დაწყების წინ შფოთვა სრულიად ნორმალური მოვლენაა. დიდი მეცნიერები, მსახიობები, ტელე – წამყვანებიც კი ყოველთვის ღელავენ საჯარო გამოსვლის წინ.

ღელვა საქმიანობის დაწყების წინ თქვენს პასუხისმგებლობის გრძნობაზე მეტყველებს და გეხმარებათ აღნიშნული საქმიანობისთვის სერიოზულად მზადებაში.

რა უნდა გავითვალისწინოთ გამოცდებისთვის მზადების წინ?

გამოცდის/ტესტირებისთვის მზადების წინ, პირველ რიგში, იზრუნეთ სამუშაო ადგილის/გარემოს მოწესრიგებაზე. მოიშორეთ ზედმეტი ნივთები, აკურატულად დააწყვეთ მხოლოდ გამოცდისთვის საჭირო მასალები: წიგნები, რვეულები, კალმისტრები, ფანქრები და სხვა.

წინასწარ განსაზღვრეთ სასწავლო მასალის ოდენობა. შეადგინეთ სამეცადინო გეგმა.

ალბათ კარგად მოგეხსენებათ, რომ ყველაზე რთული მასალის სწავლა/გამეორება უმჯობესია მაშინ, როდესაც თქვენი ტვინი დასვენებულია.

არ დაივიწყოთ დასვენების აუცილებლობა. მაგ., შეგიძლიათ დრო ასე გადაანაწილოთ: 40 წუთი მეცადინეობა, 10 წუთი კი დასვენება. კარგი იქნება თუ დასვენების დროს ფიზიკურ ვარჯიშებს შეასრულებთ, ყვავილებს მორწყავთ ან საკუთარ ფინჯანს გარეცხავთ.

ნასწავლი მასალის გადამეორება შესაძლებელია როგორც სახელმძღვანელოში დასმული შეკითხვების, ისე თქვენს მიერ შედგენილი გეგმის მიხედვით.

ფსიქოლოგები მიიჩნევენ, რომ რაც უფრო განსხვავებულია სიტუაცია სწავლის და შემდეგ რეპროდუქციის (მოგონების) მით უფრო რთულდება მასალის მოგონება. ამიტომ კარგია თუ ნასწავლ მასალას, მაგ., გარკვეულ თეორიას სარკის წინ მოყვებით.

თუ გამოცდის/ტესტირების წინ ჩათვლით, რომ ზედმინევით კარგად არ იცით მასალა, სანამ აღელდებით, შეეცადეთ გაიხსენოთ, თუ რა იცით (მინიმალური) აღნიშნული საკითხის ირგვლივ.

მეცადინეობისას კი გახსოვდეთ, რომ თქვენი მიზანი მასალის დაზეპირება კი არა, მისი გააზრებაა.

რა არის გენდერული როლები

დამრიგებელი წერს დაფაზე „ქალი“, „მამაკაცი“ და სთხოვს მოსწავლეებს, ჩამოწერონ ქალისა და მამაკაცის ტიპური მახასიათებლები: მაგალითად, როგორ გამოიყურება ტიპური ქალი, რა მოსწონს ან არ მოსწონს მას, რა ტიპის სამუშაოს ასრულებს სახლში და სამსახურში, რა გამოსდის კარგად და რა არ გამოსდის, რა არის მისი ძლიერი და სუსტი მხარეები და ა.შ.

ამის შემდეგ დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, რიგ-რიგობით ჩამოთვალონ პასუხები და დაფაზე აფიქსირებს მამაკაცისა და ქალისთვის დამახასიათებელ თვისებებს.

მოსწავლეებს ყურადღებას ამახვილებინებს ამ ჩამონათვალში არსებულ მსგავსება-განსხვავებაზე.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სადისკუსიოდ სთავაზობს თემებს:

1. რა განაპირობებს ქალისა და მამაკაცის როლებს შორის არსებულ განსხვავებას?
2. როგორ ფიქრობთ, შესაძლებელია ამ განსხვავების შემცირება ან შეცვლა?

შემდეგ დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს გონებრივ იერიშს თემაზე: როგორ ესმით ტერმინის „გენდერი“ მნიშვნელობა. დამრიგებელი გონებრივი იერიშის დროს მიღებულ ყველა განმარტებას წერს დაფაზე; იდეების შეგროვების შემდეგ მასწავლებელი მოსწავლეებთან ერთად აჯამებს ყველა მოსაზრებას.

დამრიგებელი მოსწავლეებს განუმარტავს რომ „გენდერი“ არის ის წარმოდგენები, მოლოდინები რასაც საზოგადოება ქალსა და მამაკაცს მიაწერს.

ხშირად ტერმინებს - სქესი და გენდერი - სინონიმებად იყენებენ, თუმცა, მათ შორის განსხვავებაა; სქესი - ბიოლოგიური, უნივერსალური კატეგორიაა, რომელიც ცვლილებას არ ექვემდებარება. გენდერი კი, ხშირ შემთხვევაში, განსხვავებულია კულტურების მიხედვით. გენდერის ჩამოყალიბებაზე მნიშვნელოვან გავლენას ახდენს ის კულტურა, რომელშიც ადამიანები იზადებიან და ცხოვრობენ. ამიტომ ქალისა და მამაკაცის როლები განსხვავებულად ესმით სხვადასხვა კულტურაში. მაგალითად, აღმოსავლურ და დასავლურ კულტურაში განსხვავებული წარმოდგენა აქვთ იმის შესახებ, თუ რა როლი უნდა შეასრულოს ქალმა და მამაკაცმა საზოგადოებაში, სახლში, სამსახურში და ა.შ.

იდეატოპა: ვინ ვარ მე?

დამრიგებელი დაფაზე წერს წინადადებას „ვინ ვარ მე?“, მოსწავლეებს ურიგებს ბარათებს და სთხოვს 5 წთ-ის განმავლობაში, ბევრი ფიქრის გარეშე, ჩამოწერონ ფურცელზე რაც შეიძლება მეტი პასუხი კითხვაზე „ვინ ვარ მე?“.

სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს ინდივიდუალურად გააცნონ საკუთარი ნუსხა კლასს. ასევე გამოყონ, ამ ნუსხიდან რა არის მათთვის ყველაზე საამაყო და მისაღები ან არასასურველი მახასიათებელი. ასევე ამ სავარჯიშოს შესრულების შემდეგ იმსჯელონ, თუ აღმოაჩინეს ისეთი რამ საკუთარი თავის შესახებ, რაზეც ადრე არ უფიქრიათ?

დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად არჩევს ზოგადად რა ტიპის პასუხები მიიღეს კითხვაზე; პასუხები შეიძლება შეეხებოდეს ასაკს, სქესს, ეროვნებას და, რაც ყველაზე მნიშვნელოვანია, ჩამონათვალში ასევე იქნება მითითებული სხვადასხვა როლი (მაგალითად, და, ძმა, შვილი და ა.შ.).

დამრიგებელი განმარტავს რომ როლი არის გარკვეული პოზიცია, რომელსაც ადამიანი გარკვეული ურთიერთობებისას ასრულებს; ეს ის ფუნქციაა, რომელიც ადამიანმა საზოგადოებაში უნდა შეასრულოს. როლი შეიძლება იყოს სოციალური (მაგალითად, და, ძმა, დედა, მამა) ან ჯგუფური

(მაგალითად, ლიდერი, ხუმარა). ჩამონათვალში რაც უფრო ადრე ასახელებს მოსწავლე ამა თუ იმ როლს, მით მნიშვნელოვანია ის მისთვის. ცხოვრების მანძილზე ადამიანს სხვადასხვა როლის შესრულება უწევს.

დამრიგებელი მოსწავლეებს უხსნის, რომ ჩამონათვალის რაღაც კატეგორიები მეტ-ნაკლებად მსგავსი იქნება, მაგალითად მოსწავლეებმა შეიძლება მიუთითონ საკუთარი სახელი, გვარი, ასაკი და ა.შ. მაგრამ რაღაც მახასიათებლები განსხვავებული, სპეციფიკური იქნება. ეს სრულიად ბუნებრივია, რადგან ყველა ადამიანი განსხვავებულად აღწერს საკუთარ თავს და განსხვავებულ როლებსა თუ მახასიათებლებს ანიჭებს მნიშვნელობას. მანავლებელი მოსწავლეებს განუმარტავს, რომ ასეთი სავარჯიშოს შესრულებისას არ არსებობს მეტად ან ნაკლებად მისაღები, ან სწორი და მცდარი პასუხები; ყველა პასუხი ღირებულია. განუმარტავს, რომ მათ პატივი უნდა სცენ ერთმანეთის მიერ დასახელებულ როლებსა და მახასიათებლებს.

სიყვარული

დამრიგებელი უსვამს შეკითხვას მოსწავლეებს: რა არის სიყვარული. . .

ყველას აქვს სიყვარულის უნარი? რაში ვლინდება სიყვარული?

რაში გვეხმარება სიყვარული?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, იმუშაონ წყვილებში და ამოირჩიონ 3 ზმნა, რომელიც, მათი აზრით, მეტად გამოხატავს სიყვარულის არსს, დაასაბუთონ, რატომ გააკეთეს ასეთი არჩევანი.

- ✓ მოქმედება;
- ✓ პასიურობა;
- ✓ ზრუნვა;
- ✓ პატიოსნება;
- ✓ ცოდნა;
- ✓ ინტერესი;
- ✓ განვითარების ხელშეწყობა.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს სიყვარულის არსზე: სიყვარული, პირველ რიგში, არის სხვებთან ერთობის სურვილი და მარტოობიდან თავის დაღწევის საშუალება.

სიყვარული არის ზრუნვა სხვებზე. ყველა დედას უყვარს თავისი შვილი და მუდმივად ზრუნავს მის ჯანმრთელობაზე, განვითარებაზე, კვებაზე და ა.შ. სიყვარულის ობიექტი შეიძლება სხვადასხვაგვარი იყოს. მაგალითად, შეიძლება ვთქვათ ადამიანზე, რომელსაც მუდმივად ავიწყდება სახლის ყვავილების მორწყვა, რომ უყვარს მცენარეები?

სიყვარული არის აქტიური ზრუნვა სიყვარულის ობიექტის განვითარებაზე. სადაც არ არის ინტერესი და ზრუნვა, იქ არც სიყვარულს აქვს ადგილი.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სადისკუსიო თემას: არის თუ არა რაიმე საერთო შრომასა და სიყვარულს შორის?

მოსწავლეები გამოთქვანენ მოსაზრებებს.

დამრიგებელი აჯამებს, რომ სიყვარული არის ზრუნვა და შრომა ვინმესთვის. სიყვარული და შრომა განუყოფელია. გვიყვარს ის, ვის/რის გამოც ვშრომობთ და ვშრომობთ იმისთვის, ვინც/რაც გვიყვარს (მაგ., ჩვენი საქმე, პროფესია).

ზრუნვასა და ინტერესს მიყვავართ პასუხისმგებლობამდე. მოყვარული ადამიანი ყოველთვის გრძნობს პასუხისმგებლობას იმის მიმართ, ვინც უყვარს. დედა ყოველთვის ზრუნავს შვილზე და პასუხისმგებელია მასზე.

დამრიგებელი უსვამს მოსწავლეებს შეკითხვას: რაში ვლინდება თქვენი პასუხისმგებლობა მე-

გობრების, ოჯახის წევრების მიმართ?

პასუხისმგებლობა სიყვარულის გარეშე არის ძალაუფლების ან უპირატესობის განცდა.

პასუხისმგებლობა და სიყვარული არის პატივისცემა. პატივისცემა ნიშნავს ადამიანის დანახვას, მიღებას და აღიარებას ისეთად, როგორის ის არის და არა ისეთად, როგორსაც გინდა რომ ხედავდე.

სიყვარული, სხვა ადამიანებთან ურთიერთობა საშუალებას გვაძლევს ჩავწვდეთ „ადამიანურ საიდუმლოს“. სხვებთან ურთიერთობის დროს ჩვენ შევიცნობთ როგორც საკუთარ თავს, ისე სხვა ადამიანებს. ცოდნა კი ინტერესისა და სიყვარულის გარეშე არის ზედაპირული. ეს ესადაგება როგორც საქმის, ისე ადამიანების სიყვარულს. ძალიან ახლობელ ადამიანებზე ჩვენ ვიცით, როდის არიან ცუდ ხასიათზე ან ცუდად, მაშინაც კი, თუ თვითონ ამას არ გვეუბნებიან.

დამრიგებელმა, შესაძლოა, მოსწავლეებს ურჩიოს მხატვრული ნაწარმოებების წაკითხვა: ო. ჰენრი „უკანასკნელი ფოთოლი“, „მოგვთა საჩუქარი“, ნ. დუმბაძის „მე ვხედავ მზეს“, ჯ. ლონდონის „ზღაპრის დასასრული“ და თემასთან დაკავშირებით დისკუსია აღნიშნულ ნაწარმოებებზე დაყრდნობით წარიმართოს.

დამატება - გუნებრივი კატასტროფების რისკის შემცირება

V კლასი

თემა 1. მიწისძვრა

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, საკუთარი ტერმინებით განმარტონ რა არის **მიწისძვრა**? რა სმენიათ მათმიწისძვრის შესახებ?

დამრიგებელი მოსწავლეებს ეკითხება:

- თუ შეუგრძენიათ ოდესმე მიწისძვრა?
- რა ემოციები ჰქონდათ ამ დროს?
- რა მოიმოქმედეს მიწისძვრის დროს და მის შემდეგ?

თუ მოსწავლეებს არ ჰქონიათ მიწისძვრის გამოცდილება, დამრიგებელი სთხოვს მათ, აღწერონ, თუ რა შეიძლება, მათი ვარაუდით, დაინახოს, იგრძნოს ან გაიგოს ადამიანმა მიწისძვრის დროს. მასწავლებელი კითხულობს მცირე ლექციას მიწისძვრის შესახებ.

დამხმარე მასალა:

მიწისძვრა არის მოულოდნელი, სწრაფი მიწის ბიძგები, რომლებიც გამოწვეულია მიწისქვეშა ენერგიის გამოთავისუფლებით; არსებობს სხვადასხვა სახის მიწისძვრა, ეს დამოკიდებულია დედა-მიწის სიღრმეში ან მის ზედაპირზე მიმდინარე პროცესებზე. მიწისძვრების ყველაზე გავრცელებულ ტიპია ტექტონიკური მიწისძვრა, რომლის დროსაც ტექტონიკური ფილები ერთმანეთის მიმართ ვერტიკალური ან/და ჰორიზონტალური მიმართულებით გადაადგილდება. მიწისძვრები ხდება ოკეანეშიც, რაც იწვევს ცუნამის. არსებობს სუსტი მიწისძვრებიც, რომლებიც არ ქმნიან სერიოზულ საფრთხეს და, როგორც წესი, მათი რადიუსი არ აღემატება რამდენიმე კილომეტრს.

ძლიერი მიწისძვრის დროს შეიძლება გასკდეს და დაიშხვრეს ფანჯრის მინები, თაროებიდან ჩამოცვივდეს საგნები, ჭერიდან - ბათქაში, ირყევა წიგნების და ჭურჭლის კარადები, ირხევა ქაღალბი, კედლებში და ჭერში ჩნდება ბზარები, შესაძლებელია, გაჩნდეს ხანძრის კერა ან კარი ჩაიხერგოს. ყველაფერ ამას თან სდევს გამაყრუებელი ხმაური. რყევის დაწყებიდან 10-20 წამის შემდეგ ძლიერდება მიწისქვეშა ბიძგები, რის შედეგადაც შეიძლება დაინგრეს შენობა-ნაგებობები. სულ ათიოდე ძლიერი შერყევა ანგრევს მთელ შენობას.

მიწისძვრისთვის მზადების ხუთი აუცილებელი წესი:

1. მნიშვნელოვანია, რომ ოთახში არსებული საგნები (მაგ.: ჭალი, თარო, სარკე და ა.შ.) საიმედოდ იყოს დამაგრებული;
2. წინასწარ შეისწავლეთ უსაფრთხო ადგილები (მაგ.: მყარი მაგიდა, კარის ჭრილი/ლიობი საყრდენი კედლის ქვეშ, შენობებისა და ხიდებისგან მოშორებული ადგილი/ლია სივრცე);
3. წინასწარ გაამზადეთ ჩანთა აუცილებელი ნივთებით (სასმელი წყალი და არამალფუჭებადი საჭმელი, ტანსაცმელი, ფანარი, პირველადი დახმარების ნაკრები, საბუთები, ბლოკნოტი და კალამი). არ დაგავიწყდეთ თან იქონიოთ ახლობლებისა და სათანადო სამსახურების ტელეფონის ნომრები;
4. მოერიდეთ საფრთხის შემცველ ადგილებს (ელექტროგადამცემი ხაზები, კიბე, აივანი, ნივთები, რომელიც შეიძლება ჩამოვარდეს, ფანჯრები და ა.შ.);
5. იცოდეთ, როგორ დაიცვათ თავი, გახსოვდეთ: „ჩაიმუხლე, ამოეფარე, მყარად ჩაეჭიდე!“

შეკითხვები:

1. რომელია მიწისძვრისთვის მზადების ხუთი აუცილებელი წესი? ჩამოთვალეთ;
2. რატომ არის საშიში მიწისძვრის დროს შემდეგ ადგილებში ყოფნა:
 - ფანჯრებისა და სარკის ახლოს?
 - ჭალის და ნახატის ქვეშ?
 - იმ საგნებთან ახლოს, რომელიც შეიძლება ჩამოვარდეს?
 - აივანზე? კიბეებზე? ლიფტში?

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჰყოფს მცირე ჯგუფად; მოსწავლეებს ურიგებს წინასწარ მომზადებულ ფორმებს (სასურველია, დიდ ფორმატზე), რომელსაც მოსწავლეები ჯგუფურად ან ინდივიდუალურად ავსებენ. მოსწავლეებს დავალების შესასრულებლად ეძლევათ 15-20 წუთი.

სამუშაოს დასრულების შემდეგ მოსწავლეები აკეთებენ პრეზენტაციებს; კლასში განიხილავენ ქცევის წესებს.

როგორ უნდა მოვიქცეთ მინისკრის დროს?	რა არ შეიძლება გავაკეთოთ მინისკრის დროს?
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

აქტივობა 3.

დამრიგებელი „გონებრივი იერიშის“ გამოყენებით აგროვებს ინფორმაციას, რა ნივთების, პირველადი დახმარების საშუალებების არსებობაა საჭირო საკლასო გარემოში, რომელიც საჭიროა მინისკრის დროს.

მოსწავლეებს ჰყოფს 2 ჯგუფად: ერთი ჯგუფი მუშაობს ჩანთის დიზაინზე, რომელშიც საჭირო ნივთები ჩალაგდება, მეორე ჯგუფი კი – ლოგოზე.

მომდევნო გაკვეთილების განმავლობაში დამრიგებელი ეხმარება მოსწავლეებს ჩანთის შეკერვასა და ლოგოს დაკერებაში; სკოლას შეუძლია უზრუნველყოს საჭირო ნივთების შეძენა. მას შემდეგ, რაც ყველაფერი მზად იქნება, მოსწავლეები და დამრიგებელი თანხმდებიან, სად შეინახონ ისინი.

თემა 2. წყალდიდობა, წყალმოვარდნა

აქტივობა 1.

სიტუაციური ამოცანა: დამრიგებელი მოსწავლეებს უყვება ამბავს ერთი დასახლების შესახებ, რომელსაც მდინარის ნაპირი ეკავა. მდინარე ხშირად დიდდებოდა და დასახლების ტერიტორიას ტბორავდა. მიუხედავად ამისა, მოსახლეობა არ იყო დაცული და მსხვერპლიც ბევრი იყო ხოლმე.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, ამ დასახლების მოსახლეობისთვის ჩამოაყალიბონ სავალდებულო წესები, რომელთა დაცვა შეამცირებს მდინარის ადიდებით გამოწვეულ მსხვერპლსა და ზარალს.

მოსწავლეებმა წინასწარ გამზადებულ ბარათებზე უნდა ჩამოწერონ წესები და ჩაყარონ ასევე წინასწარ გამზადებულ „იდეათა ყუთში“. წესების მოსაფიქრებლად 10 წუთი ეძლევათ. ამ პროცედურის შემდეგ ყუთი იხსნება და მოსწავლეთა იდეები დაფაზე იწერება.

- ✓ გთავაზობთ მოსწავლეების მიერ შექმნილი წესების სავარაუდო ვარიანტს:
- ✓ სახლები უნდა იდგეს ხიმინჯებზე (სპეციალურ ბოძებზე);
- ✓ ყველა მოქალაქეს უნდა ჰქონდეს ნავი და მაშველი რგოლი;
- ✓ ქვეყანაში უნდა იყოს მაშველთა რაზმი;
- ✓ უნდა აშენდეს საავადმყოფოები;
- ✓ მდინარის კალაპოტს უნდა ჰქონდეს ჯებირი.

დასახლებულ წესებს დამრიგებელი აკრავს კედელზე და უბრუნდება მათ თემის ახსნის შემდეგ.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს წყალდიდობის შესახებ:

წყალდიდობა არის ტერიტორიის ჭარბი ნალექების მოსვლისა და თოვლის სწრაფი დნობის

შედეგად გამოწვეული მნიშვნელოვანი დატვირთვა. წყალდიდობის დროს იმატებს წყლის დონე და მდინარე გადმოდის კალაპოტიდან. წყალდიდობის ხანგრძლივობა რამდენიმე წუთიდან რამდენიმე თვემდე შეიძლება გაგრძელდეს.

წყალდიდობებს, რომლებიც უეცრად ყალიბდება და რამდენიმე ათეულ წუთს გრძელდება, **წყალმოვარდნა** ეწოდება. წყალმოვარდნა განპირობებულია თავსხმა წვიმებით ან თოვლისა და მყინვარების ინტენსიური დნობით.

წყალდიდობა სეზონური მოვლენაა მდინარეებზე. საქართველოს მდინარეების უმრავლესობისათვის დამახასიათებელია გაზაფხულის წყალდიდობა, რომლის ხანგრძლივობა აღემატება ერთ თვეს. განსაკუთრებით ძლიერი წყალდიდობები დამახასიათებელია მდინარეების – მტკვრის, რიონის, ცხენისწყლის, არაგვისა და ალაზნის აუზებისათვის.

მოქმედების წესები წყალდიდობის დროს:

1. შენობაში უნდა დაიხუროს კარ-ფანჯარა;
2. დამატებითი ზარალის თავიდან აცილების მიზნით, აუცილებელია ბუნებრივი აირის, წყლისა და ელექტრობის/ელექტროენერგიის გათიშვა;
3. არ შეიძლება მდინარესთან ან წყალსაცავთან მიახლოვება;
4. საჭიროა ევაკუაცია წინასწარ შერჩეულ ამაღლებულ ადგილზე, ან მყარი შენობის სახურავზე ასვლა;
5. თუ ადამიანი ევაკუაციას ვერ ასწრებს, მყარი შენობის სახურავზე ან მაღალ ხეზე ასვლა და დახმარების დალოდება საჭირო. დღისით სიგნალი უნდა მიეცეთ ჯოხზე დამაგრებული ფერადი ნაჭრით; დაბნელების შემდეგ ან ხილვადობის შეზღუდვის პირობებში (ნისლი) კი პერიოდულად ფარნის შუქით სიგნალის გაშვება საჭირო;
6. მოსწავლეებს უნდა შეეძლოთ პატრულის, სასწრაფოსა და სახანძრო სამსახურების გამოძახება, ადგილობრივ ადმინისტრაციასთან დაკავშირება;
7. მანქანაში ყოფნისას მძღოლი უნდა გაერიდოს წყალდიდობის წყაროს;
8. თუ მანქანა ჩაეფლო, არ შეიძლება მასში დარჩენა, წყალს შეუძლია თავისუფლად გაიტაცოს ავტოტრანსპორტი. საჭიროა მისი მიტოვება და შემალლებულ ადგილას ასვლა (ხე, გორაკი, შენობის სახურავი).

შეკითხვები:

1. რა არის წყალდიდობა?
2. რომელ სეზონზე არის მეტად მოსალოდნელი წყალდიდობა? როგორ ფიქრობთ, რატომ?
3. განსაკუთრებით საქართველოს რომელი მდინარეებისთვის არის დამახასიათებელი წყალდიდობა?
4. რომელი მდინარე გაედინება თქვენს ქალაქში/სოფელში?
5. ახასიათებს თუ არა წყალმოვარდნა, წყალდიდობა თქვენს რეგიონს/ქალაქს/სოფელს?
6. რომელ ადგილზე შეიძლება მოხდეს წყლის ადიდება თქვენს რეგიონში/ქალაქში/სოფელში? როგორ ფიქრობთ, რატომ?
7. რა სამსახურში დარეკავთ წყალდიდობის შემთხვევაში? გააქვთ მათი ტელეფონის ნომრები?

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, იმუშაონ წყვილებში და თავიანთი ქალაქის ან სოფლის რუკაზე აღნიშნონ:

1. დაბლობი ადგილები;
 2. ამაღლებული ადგილები, სადაც შეიძლება თავის შეფარება წყალდიდობის დროს.
- დამრიგებელი მოსწავლეებს ავალებს გადაიღონ უსაფრთხო/ამაღლებული ადგილების ფოტოები და დაასაბუთონ თუ რატომ აირჩიეს აღნიშნული ადგილები.

აქტივობა 3.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს შექმნან პლაკატი მოქალაქეებისათვის, სადაც ასახული იქნება მოქმედების წესები წყალდიდობის შემთხვევაში; დამრიგებელი განიხილავს ნამუშევრებს, აკრავს პლაკატებს და აწყობს გამოფენას.

თემა 3. მეწყერი

აქტივობა 1.

დამრიგებელი „გონებრივი იერიშის“ გამოყენებით აგროვებს ინფორმაციას შემდეგ საკითხებზე:

- რა არის მეწყერი? რა სმენიათ მოსწავლეებს მეწყერის შესახებ?
- რა ინვესტაციები მჭიდრობს?
- რა ზარალი შეიძლება გამოიწვიოს მეწყერმა?

დამრიგებელი ფლიპჩარტზე წერს ინფორმაციას და, საჭიროების შემთხვევაში, საკუთარი მოსაზრებების მიხედვით ავსებს მას.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს მეწყერის შესახებ:

დამხმარე მასალა:

მეწყერი არის სიმძიმის ძალის გავლენით მთის ქანების და გრუნტის ჩამოცურება (დაცოცება) მთისა და ხეობის ფერდობებზე, ზღვის, ტბისა და მდინარის ნაპირებზე. მეწყერის მიზეზია წონასწორობის დარღვევა მიწის მასებში (გრავიტაციულ და შეჭიდულობის ძალებს შორის), რასაც ინვესტაციები ფერდობის ძირის გამორეცხვა, გამოფიტვის ან უხვი ნალექებით გადამეტენიანობის გამო ქანების სიმტკიცის შესუსტება, სეისმური ბიძგები ან ადგილის გეოლოგიური პირობების გაუთვალისწინებლად ადამიანის სამეურნეო საქმიანობა (ასაფეთქებელი სამუშაოები და სხვა). ცნობილია, რომ თუკი ნალექების რაოდენობა მოცემულ ტერიტორიაზე არ აღემატება საშუალო წლიურ მაჩვენებლებს ანუ ნორმის ფარგლებშია, მეწყერების გააქტიურება ნაკლებად მოსალოდნელია.

საქართველოში დღეისათვის რეგისტრირებულია 50 000-მდე მეწყერული სხეული. მათი საშიშროების ზონაშია 2000-მდე დასახლებული პუნქტი 200 000-ზე მეტი მაცხოვრებლით. მეწყერებით დაზიანებული მიწების საერთო ფართობი 1,5 მლნ ჰა-ს აღემატება.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. მოიპოვეთ ინფორმაცია მეწყერის შესახებ წარმოქმნის ადგილებისა და მათი საზღვრების შესახებ;
2. უნდა აიკრძალოს დამენყრილ ტერიტორიაზე მსხვილფეხა რქოსანი პირუტყვის ძოვება; ასევე, ისეთი კულტურების მოყვანა, რომლებიც საჭიროებენ გათოხნასა და ნიადაგის გაფხვიერებას;
3. დამენყრილ უბნებს სადრენაჟო არხებით უნდა ავაცილოთ გრუნტისა და ატმოსფერული ნალექების შედეგად ნაწრეტი წყლები;
4. დაიმახსოვრეთ მეწყერის მომასწავებელი ნიშნები: შენობების კარის/კარებისა და ფანჯრების გაჭედვა, გზებზე ბზარებისა და ნაპრალების გაჩენა, მეწყერსაშიშ ფერდობებზე წყლის გაჟონვა;
5. მეწყერის მომასწავებელი ნიშნების გაჩენის შესახებ შეატყობინეთ საგანგებო სამსახურებს, დაელოდეთ ინფორმაციას, ხოლო თავად იმოქმედეთ ვითარების შესაბამისად, წინამდებარე წესების გათვალისწინებით.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. მეწყერის წარმოქმნის საშიშროების შესახებ ინფორმაციის მიღებისას გამორთეთ გაზის და ელექტროხელსაწყოები, წყალსადენის ქსელი, მოემზადეთ დაუყოვნებლივი ევაკუაციისათვის წინასწარ შემუშავებული გეგმის თანახმად;
2. იმოქმედეთ საგანგებო სამსახურების მიერ მოწოდებული ინფორმაციის შესაბამისად (იმის მი-

- ხედვით, თუ როგორია მენყერის გადაადგილების სიჩქარე);
- მენყერის გადაადგილების მცირე სიჩქარის დროს (რამდენიმე მეტრი თვეში) იმოქმედეთ თქვენი შესაძლებლობების მიხედვით: გადაიტანეთ ნაგებობები წინასწარ გათვალისწინებულ ადგილას, გაიტანეთ ავეჯი და ბარგი;
 - თუ მენყერის გადაადგილების სიჩქარე დღე-ღამეში 0,5-1 მეტრს აღემატება, ევაკუირება უნდა მოხდეს დაუყოვნებლივ, წინასწარ შემუშავებული გეგმის შესაბამისად;
 - ევაკუაციის დროს თან უნდა წაიღოთ საბუთები, მატერიალური ფასეულობანი, ხოლო ვითარების და ადმინისტრაციის მითითებების მიხედვით, თბილი ტანსაცმელი და პროდუქტები. დაუყოვნებლივ უნდა დატოვოთ საშიში ზონა და სასწრაფოდ გადახვიდეთ უსაფრთხო ადგილას.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ავალებს დაიყონ მცირე ჯგუფებად და შეიმუშაონ გეგმა, როგორ უნდა იმოქმედონ მენყერის წარმოქმნისას; გეგმაში უნდა აისახოს შემდეგი ინფორმაცია:

- როგორ უნდა მოიპოვონ საჭირო ინფორმაცია?
 - ვის ინსტრუქციას უნდა დაელოდონ/მოუსმინონ?
 - როდის არის საჭირო მენყერსაშიში ზონიდან ევაკუირება?
 - შეადგინონ ყველაზე საჭირო ნივთების ნუსხა, რომელსაც თან იქონიებენ ევაკუაციის დროს.
- დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს დაასაბუთონ პასუხები; მოსწავლეები აკეთებენ პრეზენტაციებს და განიხილავენ თითოეულ საკითხს.

თემა 4. სეტყვა

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს სეტყვის შესახებ:

სეტყვა ატმოსფერული ნალექის სახეობაა, რომელიც, ძირითადად წლის თბილი პერიოდისთვის არის დამახასიათებელი, როცა დედამიწის ზედაპირზე ტემპერატურა 20°C -ზე მაღალია. სეტყვა შეიძლება 6-დან 15 წუთამდე გაგრძელდეს. ის ერთ-ერთი არასასურველი კლიმატური მოვლენაა, რომელიც უარყოფითად მოქმედებს სოფლის მეურნეობაზე.

სეტყვას დიდი ზარალის მოტანა შეუძლია როგორც ნარგავებისთვის, ასევე შინაური ცხოველებისთვის. მისგან მიყენებული ყოველწლიური ზარალი საკმაოდ დიდია. აუცილებელია გახსოვდეთ, რომ უნდა მოერიდოთ შტორმული ხასიათის ღრუბლების ფრონტს წლის თბილ პერიოდში.

აქტივობა 1.

სიტუაციური ამოცანა: დათუნამ და გიომ გასეირნება გადაწყვიტეს. ამ დროს ცა მოიღრუბლა, თუმცა ჰაერის ტემპერატურა 14°C უჩვენებდა. გიომ გარეთ გასვლის შეეშინდა და დათუნაც დაარწმუნა, ასეთ ამინდში სეტყვა არის მოსალოდნელი.

შეკითხვები:

- როგორ ფიქრობთ, რამდენად სწორად მოიქცნენ ბიჭები?
- ძირითადად წლის რომელი პერიოდისთვის არის დამახასიათებელი სეტყვა?
- როგორ მივხვდეთ სეტყვის მოახლოების შესახებ?

აქტივობა 2.

დამრიგებელი სთავაზობს მოსწავლეებს წინასწარ გამზადებულ ბარათებზე ჩამოწერონ რა ზარალის/ზიანის მიყენება შეუძლია სეტყვას და მოათავსონ ეს ბარათები ასევე წინასწარ გამზადებულ „იდეათა ყუთში“. მოსწავლეებს მოსაფიქრებლად 15 წუთი ეძლევათ. ამ პროცედურის შემდეგ ყუთი იხსნება და მოსწავლეების იდეები დაფაზე იწერება.

VI კლასი

თემა 1. მინისძვრა

აქტივობა 1.

დამრიგებელი დაფაზე წერს ფრაზას: „**მინისძვრის დროს რა ადგილებია ყველაზე სახიფათო და უსაფრთხო ჩვენს საკლასო ოთახში?**“;

„გონებრივი იერიშის“ გამოყენებით მოსწავლეებს სთხოვს დაასახელონ ასეთი ადგილები, თავად კი ჩამონათვლს წერს დაფაზე.

სახიფათო ადგილები საკლასო ოთახში	უსაფრთხო ადგილები საკლასო ოთახში
1.	1.
2.	2.
3.	3.
4.	4.
5.	5.

საჭიროების შემთხვევაში, დამრიგებელი მოსწავლეებს უხსნის, რომ მინისძვრის დროს სახიფათოა ის ადგილები, სადაც განლაგებული ნივთები შეიძლება ადვილად გადმოვარდეს, გატყდეს და გამოიწვიოს ადამიანის დაზიანება; მაგალითად, კედელზე დაკიდული მძიმე თაროები, კარადები, და ა.შ.

დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად აკეთებს კლასში ყველაზე სახიფათო ადგილების/სახიფათოდ განლაგებული ნივთების ჩამონათვალს; მოსწავლეებს სთხოვს იმსჯელონ, როგორი უნდა იყოს ოთახის დიზაინი და რა ცვლილებები შეიძლება განახორციელონ საკლასო ოთახში, რომ ის მინისძვრის დროს უფრო უსაფრთხო გახდეს?

თუ დამრიგებელს მიზანშეწონილად მიაჩნია, შეუძლია საკლასო ოთახში ისე გადაალაგოს ნივთები, რომ მოსალოდნელი მინისძვრისას საკლასო ოთახი უფრო უსაფრთხო გახდეს.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს აძლევს საშინაო დავალებას, შეაფასონ რომელი ადგილებია მათ სახლში ყველაზე სახიფათო? ავალეს გადაიღონ ფოტოები (ან დახატონ სქემები) და დაასაბუთონ, რატომ მიაჩნიათ ეს ადგილები სახიფათოდ; დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს იმსჯელონ თუ შეიძლება ოთახების/ნივთების ისე გადალაგება, რომ მინისძვრის დროს ის უსაფრთხო გახდეს.

თემა 2. წყალდიდობა

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს წყალდიდობის შესახებ:

წყალდიდობა არის ბუნებრივი მოვლენა, რომელსაც განაპირობებს ჰიდრომეტეოროლოგიური ფაქტორები და მდინარის კვების რეჟიმი. კლიმატის გარდა, დიდი მნიშვნელობა ენიჭება რელიეფს, გეოლოგიურ აგებულებას, ნიადაგებისა და მცენარეული საფარის მდგომარეობას. წყალდიდობა სეზონური მოვლენაა და უკავშირდება წვიმებსა და თოვლის დნობის პერიოდს. ამ დროს მდინარეების, ტბების, ზღვის თუ წყალსაცავის დონის აწევის შედეგად მნიშვნელოვნად იტბორება ტერიტორია. ასევე, შესაძლებელია, წყალდიდობა მოჰყვეს მდინარის მეწყერით ჩახერგვას.

აღსანიშნავია, რომ თუკი ზამთრის პერიოდში თოვლის მაღალი საფარი და ყინვები იყო, ხოლო გაზაფხულზე ტემპერატურა მკვეთრად იმატა, თან სეზონიც წვიმიანია, დიდია წყალდიდობის ალბათობა. წყალდიდობამ შეიძლება 2-3 კვირამდე გასტანოს.

წყლის ჰიდრავლიკური დარტყმის, წყლის მასის ზემოქმედების შედეგად შეიძლება მნიშვნელოვანი ზარალი მიაღვეს შენობა-ნაგებობებს, ხიდებს, სოფლის მეურნეობას, ადამიანებს და სხვა

აუცილებელია აღინიშნოს, რომ წყალდიდობების გავრცელების არეალი, ძირითადად, სანაპი-

რო ზოლში ნაყოფიერ ნიადაგებს უკავშირდება, სადაც მოსახლეობა მჭიდროდ არის დასახლებული, შესაბამისად, გამოწვეული ზარალიც დიდია. ეკონომიკის დარგებიდან, განსაკუთრებით, სოფლის მეურნეობას უქმნის საფრთხეს, იწვევს ნიადაგების ეროზიას, ზღვის სანაპირო ზოლის დამლაშებას, მოსავლის გაფუჭებას, ფერმეებში შინაური ფრინველებისა და ცხოველების განადგურებას. ზემოაღნიშნული კი შიმშილობის პრობლემას ამძაფრებს, განსაკუთრებით, განვითარებად ქვეყნებში, სადაც სოფლის მეურნეობის წილი ეკონომიკაში ყველაზე მაღალია.

საინტერესოა, რომ განსაკუთრებული კატასტროფული ხასიათის წყალდიდობები შეინიშნება შერეული კვების რეჟიმის მდინარეებზე (მყინვარი, ატმოსფერული ნალექები).

საქართველოში ნალექების რაოდენობა სიმაღლის ზ.დ. 2000მ-მდე მატებასთან ერთად იზრდება, ხოლო დასავლეთიდან აღმოსავლეთისკენ კი - მცირდება.

მოქმედების წესები წყალდიდობამდე:

1. თუკი თქვენს საცხოვრებელ არეალში ხშირია წყალდიდობები, სახლის ქვედა სართულზე არ შეინახოთ ნივთები, რომლებიც წყალში ფუჭებადია;
2. დიდ ქალაქში საფრთხის შემცველ ადგილად შეიძლება მეტროპოლიტენი ჩაითვალოს, რადგან ის მიწის ქვეშ მდებარეობს და შესაძლოა, დაიტბოროს;
3. იმისათვის, რომ ადამიანი შემზადებული იყოს მოსალოდნელი ბუნებრივი საფრთხისთვის, სასურველია წინასწარ მომზადებული ჰქონდეს იმ საჭირო ნივთების ნაკრები, რომელიც მას ევაკუაციის საჭიროების შემთხვევაში გამოადგება (პირადი დოკუმენტები, შესაბამისი ტანსაცმელი, პირველადი მოხმარების ნივთები და მედიკამენტები, არამალფუჭებადი საკვებისა და წყლის მარაგი, რადიო და ა.შ);
4. თუკი დასახლებული პუნქტი წყალდიდობებისა და წყალმოვარდნების რისკის ზონაშია, მაშინ საჭიროა ადგილის წინასწარი შესწავლა, რათა განისაზღვროს ამაღლებული ადგილი, სადაც ძირითადი ტერიტორიის წყლით დატბორვის შემთხვევაში, ადამიანი შეიძლება უსაფრთხოდ ადგილისთვის დროებით თავის შეფარებას. ასეთი ამაღლებული ადგილის ნახვა, რომელიც წყალდიდობის თუ წყალმოვარდნის დროს წყლით არ იფარება, საჭიროა როგორც სკოლასთან, ისე სახლთან სიახლოვეში. საჭიროა განისაზღვროს ასეთი უსაფრთხო ამაღლება, ხოლო შემდგომ შემუშავებულ იქნას უმოკლესი მარშრუტი ამ ადგილამდე;
5. მოსწავლემ უნდა გაუზიაროს ინფორმაცია ევაკუაციის ადგილის შესახებ ოჯახის წევრებს თუ ნაცნობ-მეგობრებს;
6. სწორი ინფორმაციის ფლობას შეიძლება სასიცოცხლო მნიშვნელობა ჰქონდეს და კატასტროფის შემდეგ გაადვილდეს ახლობლების მოძიება, თუ ისინი ერთმანეთის შესაძლო გადაადგილების შესახებ წინასწარ არიან შეთანხმებულები;
7. წყალდიდობების ზარალი ნაკლებია, თუ და სანაპირო ზოლები დაფარულია მცენარეული საფარით (მაგ.: ჭალის ტყეები), გარემოს დაცვა წყალდიდობებისა და წყალმოვარდნების დროს მნიშვნელოვნად ამცირებს რისკს.

მოქმედების წესები წყალდიდობის შემდეგ:

1. დარჩით უსაფრთხო ადგილას საფრთხის სრულად გავლამდე;
2. სახლში დაბრუნებისას, ზედაპირულად შეამოწმეთ შენობა (ბზარები და სხვა დაზიანებები), დარწმუნდით რომ შენობას დანგრევის საფრთხე არ ემუქრება;
3. არ ჩართოთ ელექტროგანათება, არ ისარგებლოთ ელექტროხელსაწყოებით, სანამ არ დარწმუნდებით, რომ ისინი კარგად გამოშრა;
4. გაანიავეთ შენობა;
5. არ აანთოთ ასანთი სრულ განიავებამდე;
6. განსაკუთრებული სიფრთხილე უნდა გამოიჩინოთ ცხოველებისადმი, მათ შორის, შხამიანი გველებისადმი, რომლებმაც შეიძლება წყალდიდობისას თავი შენობას შეაფარეს;
7. სიფრთხილეა საჭირო დაკიდებული ავეჯის, სურათებისა და ჭალებისადმი, რადგან ისინი შეიძლება ჩამოცვივდეს;
8. გადასაყრელია ყველა პროდუქტი, რაც კი წყლით იყო დასველებული;

9. მაღალი ეპიდემიების გავრცელების ალბათობა;
10. სანიაღვრე თუ საკანალიზაციო სისტემის დაზიანების შემთხვევაში წყალდიდობის შედეგების სრულად აღმოფხვრამდე შეიძლება მხოლოდ ბოთლის ან სხვა სუფთა სასმელი წყლის მიღება.

შეკითხვები:

1. როგორი კლიმატური პირობები განაპირობებს წყალდიდობას?
2. როგორ შეუძლიათ მოქალაქეებს დაიცვან თავი? (ჩართვა სოციალურ პროექტში)
3. მოსალოდნელია წყალდიდობა: რა ნივთები უნდა შეაგროვოთ პირველ რიგში? დაასაბუთეთ არჩევანი.
4. რა ნივთები და პროდუქტები უნდა გვქონდეს თან? რა კრიტერიუმით უნდა შევარჩიოთ ისინი?
5. რატომ უნდა გავუზიაროთ ოჯახის წევრებს შერჩეული თავშესაფრის ადგილმდებარეობა?

აქტივობა 1.

ჯგუფური პროექტი:

დამრიგებელი მოსწავლეებს ავალებს, მოიძიონ ინფორმაცია წინა წლების წყალდიდობების შესახებ საქართველოში. რა ტემპერატურა იყო გაზაფხულზე? როგორი იყო თოვლის საფარის საშუალო სიმაღლე ზამთარში? როგორია წლევედელი მდგომარეობა მდგომარეობა წელს წინა წლის მონაცემებთან შედარებით? არის თუ არა მოსალოდნელი წყალდიდობა, წყალმოვარდნა?

აქტივობა 2.

გონებრივი იერიში:

როგორი ნივთები არ უნდა გქონდეთ პირველ სართულზე? ჩამოთვალეთ იოლად ფუჭებადი ნივთები.

აქტივობა 3.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, დახატონ სახლის ან ოთახის დიზაინი გარემოსთვის, რომლისთვისაც დამახასიათებელია წყალდიდობა. რა უნდა გავითვალისწინოთ ამ დროს? მუშაობის პროცესში მოსწავლეებს ეძლევათ მითითება, გაიხსენონ დასავლეთ საქართველოსთვის დამახასიათებელი ოდა და დააკავშირონ საქართველოს კლიმატურ თავისებურებებთან, წყალდიდობებთან; გამოიტანონ დასკვნა, თუ რამდენად საჭიროა ტრადიციების ცოდნა და გათვალისწინება.

აქტივობა 4.

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს წყალდიდობის შემთხვევაში მოქმედების წესებზე. მოსწავლეებმა უნდა ახსნან, თუ რატომ უნდა დავიცვათ აღნიშნული წესები.

აქტივობა 5.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, მოიძიონ ინფორმაცია საქართველოს ტერიტორიაზე არსებული დამბებისა და კაშხლების შესახებ და გააკეთონ პრეზენტაცია.

თემა 3. ღვარცოფი

აქტივობა 1.

დამრიგებელი აკეთებს პრეზენტაციას (რეკომენდებულია ვიზუალური მასალის გამოყენებით) ღვარცოფის შესახებ; განიხილავს შემდეგ საკითხებს:

- რა იწვევს ღვარცოფს? რომელ სეზონზეა უფრო მეტად მოსალოდნელი და რატომ?
- რა ადგილებშია მოსალოდნელი უფრო მეტად ღვარცოფი და რატომ?
- რა ნიშნებით შეიძლება ღვარცოფის მოახლოების ამოცნობა?
- რა უნდა გავაკეთოთ ღვარცოფის მოვარდნის დროს?
- რა ნივთები უნდა მოვიმარაგოთ ღვარცოფამდე და რა უნდა ვიქონიოთ ამ დროს?

დამრიგებელთან ერთად მოსწავლეები ირჩევენ იმ ადგილებს, სადაც შეიძლება უსაფრთხოდ შეაფარონ თავი ღვარცოფის დროს; საჭიროა ასეთი უსაფრთხო ადგილის მონიშვნა/შესწავლა როგორც სკოლის ტერიტორიაზე, ასევე ქალაქის/სოფლის მასშტაბით.

მოსწავლეები მსჯელობენ შემდეგ საკითხებზე:

- რა უმოკლესი მარშრუტით უნდა გადაადგილდნენ თავშესაფრამდე?
- აქვთ თუ არა ინფორმაცია უსაფრთხო ადგილის შესახებ მათი ოჯახის წევრებს?
- წინასწარ რა ნივთები უნდა მოიმარაგოს ოჯახმა? რაში შეიძლება მოსწავლე დაეხმაროს ოჯახს?
- გააკეთონ ევაკუირებისას თან წასაღები ნივთების ჩამონათვალი.

დამრიგებელი აქცენტს აკეთებს იმ შემთხვევებზე, როდესაც კატასტროფის დროს ვერ ხერხდება ევაკუაცია. მოსწავლეებს უხსნის ამ დროს ქცევის წესებს; აქვთ თუ არა შესაბამისი საკონტაქტო ტელეფონები.

ღვარცოფი არის წყლის და დიდი ოდენობით მთის ქანების ნაშალის (ნამსხვრევების), თიხოვანი ნაწილაკების, დიდი ქვებისა და ლოდების ნარევის დროებითი ნაკადი, რომელიც უეცრად წარმოიშობა მთის მდინარეების კალაპოტებსა და ველ-დაბლობებში, ინტენსიური, ზოგჯერ ხანმოკლე თავსხმა წვიმების შედეგად. სხვა მიზეზთა შორის აღსანიშნავია ტექნოგენური ღვარცოფები - კაშხლების, დამბების და სხვა ჰიდროტექნიკური ნაგებობების გარღვევა, რისი მიზეზიც სამშენებლო და კონსტრუქციულ ნაკლოვანებებთან ერთად შეიძლება იყოს სეისმური ბიძგები.

ღვარცოფებს, ღვარცოფსაში მდინარეებსა და ხეების აუზებს საქართველოს მთელი ტერიტორიის 50%-ზე მეტი უკავია. ისინი საშიშროებას უქმნიან ქვეყნის ასეულობით დასახლებულ პუნქტს, მათ შორის, მნიშვნელოვან საქალაქო ცენტრებს: თბილისი, თელავი, ყვარელი, ონი, მესტია და სხვა. ღვარცოფი წარმოიქმნება ხანგრძლივი და უხვი წვიმების, თოვლის ან მყინვარის ინტენსიური დნობის, წყალსატევების გარღვევის, მიწისძვრის და ვულკანის ამოფრქვევის შედეგად და მოძრაობს დიდი სიჩქარით (10 მ/წმ და მეტი). იგი შეიძლება გაგრძელდეს ათიოდე წუთიდან რამდენიმე საათის განმავლობაში. ღვარცოფული ტალღის სიმაღლემ შეიძლება 15 მეტრსაც მიაღწიოს.

დამრიგებელთან ერთად მოსწავლეები ირჩევენ იმ ადგილებს, სადაც შეიძლება უსაფრთხოდ შეაფარონ თავი ღვარცოფის დროს; საჭიროა მათი შესწავლა როგორც სკოლის ტერიტორიაზე, ასევე ქალაქის/სოფლის მასშტაბით.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ურიგებს წინასწარ მომზადებულ ფორმებს, რომელსაც მოსწავლეები ჯგუფურად ან ინდივიდუალურად ავსებენ. დამრიგებელს თავად შეუძლია დებულებების დამატება ან შეცვლა.

ნიმუში

		დიახ	არა
1	მთაში გამგზავრებამდე საჭიროა ღვარცოფსაში ადგილების წინასწარ გაცნობა.		
2	ღვარცოფში მოყოლილი ადამიანის გადარჩენა თითქმის შეუძლებელია.		
3	ევაკუაციის დროს, ბინის დატოვებამდე, საჭიროა დენის, წყლის და გაზის გამორთვა.		
4	ევაკუაციის დროს, ბინის დატოვებამდე, საჭიროა კარ-ფანჯრებისა და სავენტილაციო მილების მჭიდროდ დახურვა.		
5	ღვარცოფის თავიდან არიდება შესაძლებელია.		
6	შესაძლებელია ღვარცოფის წინასწარმეტყველება.		

სავარჯიშოს შესრულების შემდეგ დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად განიხილავს პასუხებს და მსჯელობენ, რამდენად სწორია/მცდარია ისინი.

თემა 4. ელვა

ელვა არის წვიმის გროვა ღრუბლებში ელექტროსტატიკური ნაპერწკლების განმუხტვა, რასაც თან სდევს გაელვება და ქუხილი. ელვის ერთ-ერთი საგანგებო ფორმაა მეხი. ელვა ძლიერ დენს იძლევა, რის გამოც ძალიან საშიშია, განსაკუთრებით ღია სივრცეში. მეხი, ძირითადად, მაღალ საგნებს აზიანებს, მაგალითად, ეცემა ხეებს, რაც მათ გაპობას და აალებასაც კი იწვევს, ან - ელექტროგადამცემ ხაზებსა თუ სახურავებზე განთავსებულ ანტენებს, რასაც ხშირად ხანძარი სდევს. ელვა საშიშია, თუ მას თან ქუხილი სდევს. აღსანიშნავია, რომ ელვას მეტად სეზონური ხასიათი აქვს და ზამთრის ცივი პერიოდისთვის ნაკლებად არის დამახასიათებელი.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. თუ ქალაქგარეთ გასვლას გეგმავთ, აუცილებლად გაეცანით ამინდის პროგნოზს;
2. თუ ელ-ჭექია მოსალოდნელი, ჯობს გადადოთ გასეირნება;
3. კარგია, თუკი შეგიძლიათ მანძილის განსაზღვრა ელ-ჭექის „ფრონტამდე“. ამისათვის ითვლით დროს გაელვებიდან ქუხილამდე. გაელვება ნინ უსწრებს ქუხილს. როდესაც ვიცით, რომ ხმის /ბგერის სიჩქარე 3 წამში, საშუალოდ, 1 კილომეტრია და თუკი დრო გაელვებასა და ქუხილს შორის მცირდება, ე.ი. საფრთხე ახლოვდება და აუცილებელია უსაფრთხოების ზომების მიღება. თუ გაელვებასა და ქუხილს შორის შუალედი არ არის ეს ნიშნავს, რომ ელ-ჭექის ღრუბელი უკვე თქვენს თავზეა.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. თუ ელვის დროს შენობაში იმყოფებით, აუცილებელია, დაკეტოთ კარები და ფანჯრები;
2. საჭიროა გამორთოთ ტელეფონი, ტელევიზორი და სხვა ელექტრომოწყობილობები, რადგან მეხი განსამუხტად სწორედ ელექტროგაყვანილობას, კაბელს შეიძლება დაეცეს /გამოჰყვეს;
3. არ მიიღოთ შხაპი, რადგან წყალიც და ლითონიც ელექტროგამტარია;
4. არ შეიძლება ღუმელის დანთება, რადგან მილიდან ამომავალმა სითბომ შეიძლება მიიზიდოს მეხი;
5. უმჯობესია, შორს იდგეთ ელექტროგაყვანილობისგან, მეხამრიდისგან, წყალსადინარი მილებისგან, ანტენისგან, ფანჯრისგან;
6. თუ გადაუდებელი აუცილებლობა არ არის, არ გახვიდეთ გარეთ;
7. თუ ჭექა-ქუხილმა ღია ადგილზე, ბუნებაში მოგისწროთ, არ შეიძლება თავი მაღალ ხეს შეაფაროთ. ყველაზე მეტად მეხისგან ზიანდება მუხა, ფიჭვი, ალვის ხე. ჯობს მოშორდეთ მათ 30-40 მეტრით, თავი კი ტანდაბალ ხეებს შეაფაროთ. უნდა ერიდოთ ცალკე/განცალკევებით მდგომ ხეებს. გახსოვდეთ, მეხი არ ეცემა ბუჩქნარს!
8. თუ ადგილი ღიაა, მაშინ, სასურველია, სასწრაფოდ იპოვოთ დადაბლებული, ჩავარდნილი ადგილი და ჩაიკუხოთ. საშიშია ფეხზე დგომა და, ასევე, მთლიანად მიწაზე განწოლა, რადგან ამ დროს იზრდება ზემოქმედების ფართობი;
9. აუცილებელია ლითონის საგნების, მაგალითად, ველოსიპედის, მონეტების თუ სხვა ნივთების თავიდან მოშორება;
10. არ შეიძლება ქოლგის ქვეშ დადგომა;
11. თუ რომელიმე წყალსაცავის ნაპირას იმყოფებით, უმჯობესია, გაეცალოთ მას და დადაბლებული ადგილი, ხევი იპოვოთ;
12. თუ უკვე დაიწყო ელვა, არ შეიძლება სირბილი; ნელა იმოძრავეთ თავშესაფარისკენ, რადგან ელვა ჰაერის ნაკადმაც შეიძლება მიიზიდოს;
13. თუ ავტომობილში იმყოფებით, არ შეიძლება მანქანიდან გადმოსვლა, უმჯობესია, ფანჯრები დახუროთ/მინები აწიოთ და ანტენა ჩაწიოთ. არ შეაფაროთ მანქანა მაღალ ხეს ან შენობებს;
14. თუკი თქვენ მოწმე გახდით იმისა, რომ თქვენს გვერდით ადამიანმა ამა თუ იმ სახის დაზიანება მიიღო, იცოდეთ, რომ შესაძლოა, მსხვერპლმა დაკარგოს გონება, გაუჩერდეს სუნთქვა და გულისცემა; ამდენად, აუცილებელია დაზარალებულს დახმარება პირველ წუთებშივე გაენიოს.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. თუ თქვენს გვერდზე დაზარალებული იმყოფება, გამოუძახეთ სასწრაფო დახმარება;
2. ხანძრის გაჩენის შემთხვევაში, უმჯობესია, ხანძარს განერიდოთ ქარის საწინააღმდეგო მიმართულებით და გამოუძახოთ სახანძრო სამსახურს.

მოიქცეით ისევე, როგორც ხანძრის დროს:

საჭიროა გზასთან ახლოს დარჩენა, რადგან კვამლმა შეიძლება ხილვადობა შეამციროს; სუნთქვისას პირზე აიფარეთ სველი ნაჭერი, რათა ფილტვების დაზიანება აირიდოთ; საჭიროა გახსოვდეთ, რომ მიწასთან ახლოს ჰაერი უფრო ნაკლებადია კვამლიანი, შესაბამისად, უმჯობესია მიწისპირა ჰაერით ისუნთქოთ.

შეკითხვები:

1. რატომ არ არის დამახასიათებელი ელვა ზამთრის ცივი პერიოდისთვის?
2. რას აზიანებს პირველ რიგში ელვა?
3. შეამოწმეთ შაბათ-კვირის ამინდის პროგნოზი. გამოთქვით ვარაუდი, მოსალოდნელი არის თუ არა ელვა? რატომ ფიქრობთ ასე?
4. რა ნომერზე უნდა დარეკოთ, თუ მეხისგან გაჩნდა ხანძარი?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი ჰყოფს კლასს 3-4 კაციან ჯგუფებად. ავალებს, მოიფიქრონ პლაკატი რა უნდა გავაკეთოთ ელ-ქექის დროს ღია სივრცეში მოხვედრისას?

აქტივობა 2.

სიტუაციური ანალიზი:

მაისის ერთ დილას ლიზიმ და თამუნამ ტყის პირას გასეირნება და ყვავილების დაკრეფა გადაწყვიტეს. ის-ის იყო გოგონებმა სახლიდან გასვლა გადაწყვიტეს, რომ სოფლის თავზე შავი ღრუბლები შენიშნეს. ამინდის პროგნოზიც მოსალოდნელ კოკისპირულ წვიმას იუწყებოდა. ლიზის შეეშინდა და თამუნას სთხოვა, გადაეფიქრებინათ გარეთ გასეირნება თამუნამ გაიკვირვა, რა მშიშარა ყოფილხარ, ბოტები ჩავიცვით და თან ქოლგა წავიღოთ.

შეკითხვები:

1. როგორ ფიქრობთ, არის თუ არა ამგვარ ამინდში მოსალოდნელი ელვა/მეხი?
2. რამდენად სწორია თამუნას მოსაზრება? რატომ?
3. რა უნდა მოიმოქმედონ გოგონებმა, თუ წვიმამ მოუსწრო ტყის პირას?

თემა 5. სეტყვა

ცნობილია, რომ საქართველოში სეტყვა განსაკუთრებით ხშირია ბორცვიანი და პლატოსმაგვარი რელიეფის მქონე ადგილებში, იშვიათია დაბლობებსა და მდინარეებს ფართო ხეობებში.

განსაკუთრებული სიხშირით ხასიათდება ჯავახეთის მთიანეთი, აჭარა-იმერეთისა და თრიალეთის ქედების სამხრეთი კალთები, კახეთის ქედის ფერდობების ჩრდილოეთი ნაწილი. ყველაზე მეტი ზარალი კახეთის იმ რაიონებზე მოდის, სადაც მევენახეობაა განვითარებული.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

მოერიდეთ შტორმული ხასიათის ღრუბლების ფრონტს წლის თბილ პერიოდში.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. სეტყვის დროს თუ შენობაში იმყოფებით, საჭიროა ფანჯრებს მოშორდეთ, რათა მათი ჩამსხვრევის შემთხვევაში არ დაზიანდეთ;

2. დარჩით სახლში სეტყვის დასრულებამდე;
3. ხშირად სეტყვას თან ახლავს ელ-ჭექი და თავსხმა წვიმა, ამდენად, მოერიდეთ ელექტო-მონყო-ბილობებით სარგებლობას;
4. თუ სეტყვამ ქუჩაში მოგისწროთ, სასწრაფოდ მოძებნეთ თავშესაფარი. გაუფრთხილდით თავს ხელის, ჩანთის თუ ტასნაცმლის დაფარებით. ერიდეთ დადაბლებულ ადგილებს, ისინი მცირე დროში შეიძლება დაიფაროს წყლით ან ყინულის სფერული მარცვლებით;
5. თუ ბუნებაში იმყოფებით, თავი უნდა შეაფაროთ მოფარებულ ალაგს. თუ სივრცე ღიაა, მაშინ დაწეით და მიეკარით მიწას, არ დაგავიწყდეთ ამ დროს თავისა და სახის დაფარვა;
6. თუ ავტომობილში იმყოფებით, გააჩერეთ და დარჩით ადგილზე. საურველია, იპოვოთ რაიმე საფარი, მაგალითად, ხიდი, გარაჟი, გადახურული სადგომი. მოერიდეთ სეტყვის მარცვლებით დაფარულ ადგილებს, სადაც მანქანამ შეიძლება მართვა დაკარგოს. ფანჯრები დახურეთ და ფანჯრისკენ ზურგით დაჯექით, რათა ჩამსხვრევის შემთხვევაში აირიდოთ დაზიანებები.

შეკითხვები:

1. სად ხდება განსაკუთრებით ხშირად სეტყვა საქართველოში? იშვიათად?
2. სად იყო ყველაზე დიდი ზარალი?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჯგუფებში მუშაობას სთავაზობს, რათა შეიმუშაონ სეტყვის დროს სახლში, ბუნებაში და ავტომობილში ქცევის წესები.

თემა 6. ტყის ხანძარი

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ტყის ხანძრის შესახებ:

ტყის ხანძარი საგანგებო სიტუაციის ერთ-ერთი სახეობაა. ტყის ფართობზე ცეცხლის უმარ-თავად და სტიქიურად გავრცელებას ტყის ხანძარი ეწოდება. იგი შეიძლება იყოს ბუნებრივი ან ტექ-ნოგენური (ანტროპოგენური) ხასიათის. ტყის ხანძრები ანადგურებენ ხეებსა და ბუჩქნარს, ტყეში დამზადებულ ხე-ტყის მასალას. ხანძრის შედეგად ნადგურდება ფაუნა, ნაგებობები, ცალკეულ შემ-თხვევებში, კი დასახლებული პუნქტები. ამას გარდა, ტყის ხანძარი სერიოზულ საფრთხეს უქმნის ადამიანებსა და შინაურ ცხოველებს. ტყის ხანძრების შედეგად, გარდა იმისა, რომ ნადგურდება მცე-ნარეული საფარი (ძვირფასი ხის სახეობები), შეიძლება დავდეთ სხვადასხვა ეკოლოგიური საფრ-თხის წინაშე მათ შორისაა: კლიმატის შეცვლა, ტემპერატურული ინვერსია, „ჟანგბადის შიმშილო-ბა“, სასმელი წყლის მარაგის გამოლევა ან მისი დაბინძურება, მიწის ჩაქცევები და მენყერი, მიწის ეროზია და ა.შ.

სტატისტიკის მიხედვით, 2010 წელს საქართველოში დაახლოებით 500-ზე მეტი ტყის ხანძარი დაფიქსირდა.

ტყის ხანძრების გაჩენის ძირითად მიზეზებად ითვლება ადამიანის საქმიანობა, დაუდევრობა, ელვა (ჭექა-ქუხილი), გაუმართავი ელექტროგაყვანილობა (მაღალი ძაბვის გადამცემი ხაზები), გამ-ხმარი ბალახის წვა, ტორფის თვითაღება, სასოფლო-სამეურნეო მიზნით ამოწვითი სამუშაოების ჩატარება ცხელ ამინდში ე.წ. ხანძარსაშიშ სეზონზე (პერიოდი ტყეში თოვლის საფარის დნობის მო-მენტიდან პირველი მწვანე საფარის გამოჩენამდე ან წვიმიანი შემოდგომის დადგომამდე) და სხვა.

ტყის ხანძრის წარმოშობის მიზეზების პროცენტული მაჩვენებელი:

- ✓ ტყეში ყოფნის დროს ადამიანის უპასუხისმგებლო და გაუფრთხილებელი დამოკიდებულება ცეცხლისადმი - 93%;
 - ✓ ელვით (ჭექა-ქუხილით), მეხის დაცემით გამოწვეული - 2%;
 - ✓ სხვა მიზეზები - 5%.
- გახსოვდეთ, რომ ტყეში კოცონით სარგებლობისას უნდა დაიცვათ მარტივი წესები:
- ✓ აკრძალულია კოცონის დანთება მშრალ, თბილ (ცხელ) და ქარიან ამინდში;
 - ✓ დაანთეთ კოცონი ამისათვის სპეციალურად გამოყოფილ ადგილებში;

- ✓ სასურველია, კოცონთან ახლოს იყოს წყლის წყარო;
- ✓ არ დაანთოთ კოცონი ხეებთან ახლოს.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს ჯგუფებად და სთავაზობს შემდეგ სქემას:

რა შეუძლია გააკეთოს ადგილობრივმა მუნიციპალიტეტმა ტყის ხანძრის თავიდან ასაცილებლად?	რა შეუძლია გააკეთოს ნებისმიერმა ადამიანმა, მათ შორის მე, ტყის ხანძრის თავიდან ასაცილებლად?
1.	1.
2.	2.
3.	3.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი ავალებს მოსწავლეებს, მოიძიონ ინფორმაცია, თუ როგორ შეიძლება ტყის გა-
ნადგურება აისახოს კლიმატის ცვლილებაზე, გახდეს სასმელი წყლის მარაგის გამოლევის ან მენე-
რის ჩამოწოლის მიზეზი. შემდეგ დამრიგებლის საათზე მოსწავლეები წარმოადგენენ თავიანთ ნამუ-
შევრებს.

თემა 7. ზვავი

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს აჩვენებს მოკლე ფილმს (ან power point-ში პრეზენტაციას) ზვავის შესახებ; ფილმის/პრეზენტაციის შემდეგ მოსწავლეები მსჯელობენ შემდეგ საკითხებზე:

- რა არის ზვავი?
- რა ინვესტ მას?
- ნელინადის რომელ დროს არის ყველაზე მოსალოდნელი ზვავის ჩამოწოლა?
- დღის რა მონაკვეთში არის ყველაზე მოსალოდნელი ზვავის ჩამოწოლა?
- რა კლიმატური პირობები უწყობს ხელს ზვავის ჩამოწოლას?
- რა ნიშნები ახლავს ზვავის ჩამოწოლას?
- რა ზიანი/ზარალი შეიძლება მოიტანოს ზვავმა?

დამხმარე მასალა:

ზვავი არის თოვლის დიდი მასა, რომელიც მოგორავს ან მოსრიალებს მთების ციცაბო ფერდო-
ბებიდან. ზვავის სიჩქარე შეიძლება აღემატებოდეს 100 მეტრს წამში. ზვავის ჩამოწოლის დროს წარ-
მოიქმნება ჰაერის ტალღა, რომელიც წინ უძღვის თოვლის მასას. ზვავი წარმოიქმნება ხანგრძლივი
თოვის, თოვლის ინტენსიური დნობის, მიწისძვრის, აფეთქებებისა და სხვა ანთროპოგენური საქმი-
ანობის შედეგად, რომელიც ინვესტ მთის ფერდობების და ჰაერის სივრცის რყევას. ზვავი შეიძლება
გამოინვიოს, ასევე, ძლიერმა ხმაურმა, ადამიანის ყვირილმა ან ძლიერმა შეძახილმა.

ზვავების წარმოქმნისათვის ოპტიმალურია ზედაპირის დახრილობა 20-450 ფარგლებში. შედა-
რებით ციცაბო ფერდობებსა და ქარაფებზე თოვლის მასის დაგროვება და ზვავის ფორმირება ნაკ-
ლებადაა მოსალოდნელი.

გაზაფხულის პერიოდში ძირითადად ადგილი აქვს სველი თოვლის მასის ჩამოშვავებას. არა-
ნაკლებ საშიშია, და უფრო სწრაფად მოძრაობს მშრალი თოვლის მასა, რაც ძირითადად ზამთარში
ხდება. ბოლო წლებში ჩამოსულმა ზვავებმა საქართველოს ტერიტორიის 36% მოიცვა. ზვავების
ჩამოსვლას მოჰყვა ადამიანთა მსხვერპლი, დაინგრა და დაზიანდა ათასობით საცხოვრებელი სახ-
ლი და სხვა შენობა-ნაგებობა, საავტომობილო გზები და ელექტროგადამცემი ხაზები. დღეისათვის
ზვავსაშიშ ზონაში მდებარეობს ქვეყნის, დაახლოებით, 220-ზე მეტი დასახლებული პუნქტი და სამე-

ურნეო ობიექტი, ათი ათასამდე შენობა-ნაგებობა და 40 000-მდე მაცხოვრებელი.

ზვავს წინ უსწრებს სპეციფიური სტვენის ხმა, რომელიც მის მოახლოებაზე მიუთითებს.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. სრაფად უნდა დატოვოთ სახიფათო ადგილი სირბილით ან ჩქარი ნაბიჯით და გადახვიდეთ უსაფრთხო ადგილას, მოეფაროთ კლდის შვერილს; არ დადგეთ ნორჩი ხეების უკან;
2. თუ ზვავს ვერ გაექცით, გათავისუფლდით ბარგისაგან, მიიღეთ ჰორიზონტალური მდგომარეობა ან გუნდის ფორმა, თავით ზვავის მოძრაობის მიმართულებით;
3. შეეცადეთ მჭიდროდ შეკრული ხელებით მიიკრათ მუხლები მუცელზე;
4. პირისა და ცხვირის დაცვის მიზნით, სახეზე აიფარეთ ხელთათმანები, შარფი, საყელო. ეცადეთ, ზვავის ზედაპირზე დარჩეთ, ხოლო ხელების ცურვისმაგვარი მოძრაობებით ზვავის კიდი-საკენ გადაადგილეთ (ზვავის კიდეზე მისი მოძრაობის სიჩქარე მცირეა);
5. როცა ზვავი გაჩერდება, შეეცადეთ სახის და მკერდის ირგვლივ თავისუფალი სივრცე შექმნათ, რაც გაგიადვილებთ სუნთქვას.
6. თუ საშუალება გექნებათ, იმოძრავეთ ზედაპირისკენ (თუ საით არის მიწის ზედაპირი, რაიმე ნივთის ან ნერწყვის ვარდნის მიმართულების მეშვეობით გაარკვევთ);
7. ზვავში მოყოლისას არ იყვიროთ; თოვლი მთლიანად ახშობს ხმას, გაუფრთხილდით ძალ-ლო-ნეს, ჟანგბადს და სითბოს;
8. ეცადეთ, არ ჩაგეძინოთ;
9. გახსოვდეთ, რომ თქვენ გეძებენ და აუცილებლად გადაგარჩენენ. ცნობილია შემთხვევები, როდესაც ზვავში მოყოლილი ადამიანები, ხშირად, რამდენიმე დღის, ხოლო, ზოგიერთ შემთხვევაში, ორი კვირის შემდეგაც კი გადაურჩენიათ.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. თუ თქვენ ზვავის ჩამონოლის ზონის გარეთ აღმოჩნდით, ნებისმიერი საშუალებით შეატყობინეთ მომხდარი უბედურების შესახებ უახლოესი დასახლებული პუნქტის ადმინისტრაციას და შეუდექით დაზარალებულების ძებნას;
2. დამოუკიდებლად ან მაშველების დახმარებით, თოვლიდან გამოსვლისას ყურადღებით შეათვალიერეთ თქვენი სხეული და, საჭიროების შემთხვევაში, აღმოუჩინეთ თქვენს თავს დახმარება;
3. შეატყობინეთ თქვენს ნათესავებს და ახლობლებს თქვენი მდგომარეობისა და ადგილმდებარეობის შესახებ;
4. უახლოეს დასახლებულ პუნქტში მისვლისას, შეატყობინეთ ზვავის ჩამონოლის შესახებ ადგილობრივ ადმინისტრაციას;
5. მიმართეთ ადგილობრივ სამედიცინო პუნქტს ან ექიმს იმ შემთხვევაშიც, თუ თვლით, რომ არ დაზიანებულხართ. შემდეგ კი იმოქმედეთ ექიმის ან სამაშველო რაზმის ხელმძღვანელის მითითებების თანახმად.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი ეკითხება მოსწავლეებს აქვთ თუ არა ინფორმაცია, სად ხდება ყველაზე ხშირად ზვავის ჩამონოლა საქართველოში. რამდენად ხშირია ეს მათ რეგიონში/სოფელში/ქალაქში?

დამრიგებელი აკეთებს მოკლე პრეზენტაციას იმის შესახებ, თუ როგორ უნდა მოვიქცეთ ზვავის ჩამონოლის დროს, რისი გაკეთებაა ამ დროს რეკომენდებული. შემდეგ დამრიგებელი „მოხალისე“ მოსწავლეს სთხოვს, ჯგუფში გააკეთოს დემონსტრირება, რა პოზის მიღებაა ყველაზე უსაფრთხო ზვავის ჩამონოლის დროს.

მოსწავლეები აკვირდებიან დემონსტრირებულ „პოზას“ და ინიშნავენ მასწავლებლის ინსტრუქციებს. სურვილის შემთხვევაში, სხვა მოსწავლეებიც იღებენ რეკომენდებულ პოზას.

თემა 8. ლიპყინულიანობა

დამრიგებელი სვამს კითხვებს იციან თუ არა:

- რა არის ლიპყინული?
- რა დროს წარმოიქმნება ის?
- რა ზიანი შეიძლება მიაყენოს ლიპყინულმა ადამიანებს?
- ჩვენს სკოლაში თუ არის ადგილები, რაც განსაკუთრებით სახიფათო შეიძლება გახდეს ლიპყინულის დროს?

დამრიგებელი მოსწავლეებს უხსნის წესებს, თუ როგორ უნდა მოიქცნენ, მოსალოდნელია ლიპყინულიანობის დროს.

წარმოადგენს ტრავმების შესამცირებლად გასატარებელ ღონისძიებებს (ქუსლებზე ლითონის ქუსლსაკრავების დამაგრება, ფეხსაცმლის მშრალ ძირებზე ლეიკოპლასტიკის ან საიზოლაციო ლენტის აკვრა, ძირების ზუმფარის ქაღალდით ანუ ე.წ. „შკურკით“ დამუშავება).

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს სამ ჯგუფად ჰყოფს და სთხოვს მოამზადონ პლაკატები ლიპყინულიანობამდე, ლიპყინულიანობის დროს და შემდეგ მოქმედების წესების ილუსტრირებით.

დავალების დასრულების შემდეგ ჯგუფები პლაკატებს საკლასო ოთახში აკრავენ და აკეთებენ პრეზენტაციებს.

დამხმარე მასალა:

ლიპყინული არის მკვრივი ყინულის ფენა, რომელიც წარმოიქმნება დედამიწის ზედაპირზე, ტროტუარზე, გზის სავალ ნაწილსა და საგნებზე (ხეებზე, სადენებზე და ა.შ.) წვიმის წვეთების, სველი თოვლის და/ან ნისლის გაყინვის შედეგად.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. თუ ამინდის პროგნოზის თანახმად მოსალოდნელია ლიპყინულიანობა, უნდა მიიღოთ ზომები ტრავმების მიღების ალბათობის შესამცირებლად;
2. მოამზადეთ ნაკლებად სრიალა ფეხსაცმელი, დაამაგრეთ ქუსლებზე ლითონის ქუსლსაკრავები, ფეხსაცმლის მშრალ ძირებზე აკარით ლეიკოპლასტიკი ან საიზოლაციო ლენტი. შეგიძლიათ აგრეთვე დაამუშაოთ ძირები ზუმფარის ქაღალდით ანუ ე.წ. „შკურკით“.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. იარეთ ფრთხილად, აუჩქარებლად. ფეხის ფეხსაცმლის მთელ ძირზე დადგით. ამასთანავე, ფეხები ოდნავ მოდუნებული, ხელები კი თავისუფალი უნდა გქონდეთ;
2. ეცადეთ, გადაადგილდეთ ჯგუფ-ჯგუფად, რათა შესაძლო დაცემისას მინაზე დარტყმა შერიბილდეს;
3. ხანდაზმული ადამიანებისათვის რეკომენდებულია რეზინისბუნიკიანი ხელჯოხით ან სპეციალური წვეტიანი ჯოხით სიარული;
4. თუ ფეხი დაგიცურდათ, ჩაიშლეთ, რათა შემცირდეს ვარდნის სიმაღლე;
5. ლიპყინულიანობას ხშირად თან სდევს მოყინვა. ამ შემთხვევაში განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მიექცეს ელექტროგადამცემ ხაზებს და ელექტროტრანსპორტის საკონტაქტო ქსელების სადენებს, ვინაიდან არსებობს მათი განყვეტის საშიშროება. თუ თქვენ შეამჩნევთ დაწყვეტილ სადენებს, შეატყობინეთ ამის შესახებ დასახლებული პუნქტის ადმინისტრაციას.
6. ტრავმის მიღების შემთხვევაში მიმართეთ ტრავმატოლოგიის ან გადაუდებელი სამედიცინო, სახმარების პუნქტს.

VII კლასი

თემა 1. მინისკრა

აქტივობა 1.

პრაქტიკული სავარჯიშო

სავარჯიშოს შესრულება შესაძლებელია საკლასო ოთახში, სასადილოში ან სხვა მსგავს გარემოში. შესაძლებელია აქტივობის განაწილება 2 გაკვეთილზე.

დამრიგებელი წინასწარ აფრთხილებს მოსწავლეებს, როდის გეგმავს ამ სავარჯიშოს ჩატარებას და აცნობს მოსწავლეებს მინისკვრამდე მოქმედების წესებს; აცნობს საგანგებო სიტუაციებში სკოლის სამოქმედო გეგმას და სავაკუაციო გასასვლელებს; უხსნის, რა დანიშნულება აქვს გეგმას და რა შემთხვევაში მიმართავენ ევაკუაციას.

დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად გადის სავაკუაციო გასასვლელით და მოსწავლეებს უხსნის წესებს, რომლებიც უნდა დაიცვან ევაკუაციისას; აძლევს მითითებებს, რამდენად სწრაფად, მობილუბით უნდა, პანიკის გარეშე და უშეცდომოდ უნდა გაიარონ გასასვლელი.

დამრიგებელი კიდევ ერთხელ შეახსენებს მოსწავლეებს, რომ მინისკვრის დროს, შესაძლებელია მათ გვერდით არ იყვნენ უფროსები, ოჯახის წევრები ან დამრიგებელი და მათ მოუწიოთ სხვისი ინსტრუქციის გარეშე მოქმედება.

კლასში დაბრუნების შემდეგ მოსწავლეები გადადიან სავარჯიშოს შემდეგ ეტაპზე; დამრიგებელი აფრთხილებს მათ, რომ გაფრთხილებაზე „მინისკვრა“ მათ დაუყონებლივ უნდა მოძებნონ უსაფრთხო ადგილი და მიიღონ უსაფრთხო პოზა.

საკლასო ოთახში დაბრუნების შემდეგ დამრიგებელი ამბობს: „მინისკვრა“ და აკვირდება მოსწავლეების მოქმედებას, რამდენად სწრაფად და სწორად პოულობენ უსაფრთხო თავშესაფარს. დამრიგებელი აკვირდება მოსწავლეებს და აკეთებს ჩანიშვნებს. როდესაც დამრიგებელი დარწმუნდება, რომ ბავშვები სწორად ასრულებენ სავარჯიშოს, თავადაც იღებს უსაფრთხო პოზას.

დაახლოებით 20-30 წმ-ის გასვლის შემდეგ დამრიგებელი აძლევს ევაკუაციის ბრძანებას და აკვირდება, რამდენად სწორად და სწრაფად არჩევენ ისინი საჭირო ნივთებს (მაგ. ზამთარში პალტო, ქუდი, თუ შესაძლებელია, მოსწავლის საიდენტიფიკაციო ბარათი და ა.შ.) და გადაადგილდებიან სავაკუაციო გასასვლელით.

დამრიგებელი მოსწავლეებს უხსნის, რა ხარვეზები ჰქონდათ დავალების შესრულებაში და რა გააკეთეს სწორად; რამდენი წუთი დასჭირდა შენობის დატოვებას და ა.შ.

საჭიროების შემთხვევაში, დამრიგებელი მოსწავლეებს აძლევს მითითებებს და კვლავ იმეორებენ სავარჯიშოს იმავე ან შემდეგ გაკვეთილზე; სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ მოსწავლეები მსჯელობენ მიღებულ გამოცდილებაზე.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჰყოფს ჯგუფებად და განსახილველად აძლევს შემდეგ საკითხებს:

ჯგუფი 1.

1. რა უნდა მოვიმოქმედოთ მინისკვრის დროს, როდესაც ვიმყოფებით შენობაში, მაგალითად, სახლში ან სკოლაში?
2. რა ადგილებია ამ დროს ყველაზე სახიფათო?
3. ვისი მითითებებით უნდა ვიმოქმედოთ? ან თუ მარტო ვართ, რა უნდა გავაკეთოთ?
4. შესაძლებელია ჩვენს გვერდით არ იყვნენ ოჯახის წევრები, ვის დავურეკავთ მინისკვრის შემდეგ დასახმარებლად? ვიცი თუ არა მათი ტელეფონების ნომრები?

ჯგუფი 2.

1. რა უნდა მოვიმოქმედოთ მინისკვრის დროს, თუ ვიმყოფებით გაშლილ ადგილას?
2. რა ადგილებია ამ დროს ყველაზე სახიფათო?
3. ვისი მითითებებით უნდა ვიმოქმედოთ? ან თუ მარტო ვართ, რა უნდა გავაკეთოთ?

4. როგორ უნდა მოვიქცეთ ევაკუაციისას და რა ნივთები უნდა წავიღოთ თან?
5. შესაძლებელია ჩვენს გვერდით არ იყვნენ ოჯახის წევრები, ვის დავურეკავთ მინისძვრის შემდეგ დასახმარებლად? ვიცით თუ არა მათი ტელეფონის ნომრები?

ჯგუფი 3.

1. რა უნდა მოვიმოქმედოთ მინისძვრი დროს?

მოსწავლეები ჯგუფურად ასრულებენ სამუშაოს ფლიპჩარტზე (ან „power point-ზე“); სამუშაოს შესრულების შემდეგ დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, წარმოადგინონ ნამუშევრები; თითოეული ჯგუფი ირჩევს ლიდერს, რომელიც აკეთებს პრეზენტაციას; დამრიგებელი აკეთებს კომენტარს და მოსწავლეებთან ერთად აზუსტებს ქცევის წესებს.

მოსწავლეები ბრუნდებიან ჯგუფში; დამრიგებელი „მოხალისე“ მოსწავლეს სთხოვს მინისძვრის დროს საკლასო ოთახში მოსწავლეების ქცევის დემონსტრირებას.

დამრიგებელი ასახელებს აქტივობას, ხოლო მოსწავლე ახდენს დემონსტრირებას; მაგალითად, ფანჯრიდან მოშორება, მერხის ქვეშ დამალვა, საყრდენ კედელთან გაჩერება და ა.შ.; მოსწავლეები აკვირდებიან და თავადაც იმეორებენ მოქმედებებს.

გაურკვევლობის შემთხვევაში, მოსწავლეები სვამენ შეკითხვებს. დამრიგებელი აკვირდება და ინიშნავს, რამდენად სწორად მოქმედებენ მოსწავლეები.

თუ კლასში შეზღუდული შესაძლებლობის მქონე მოსწავლეა, დამრიგებელი ყურადღებას აქცევს, რომ ინსტრუქციები მისთვის გასაგები იყოს და მისი შესაძლებლობის ფარგლებში სწრაფად და უსაფრთხოდ შესძლოს თავშესაფრის მოძიება.

დამხმარე მასალა:

მინისძვრის ეპიცენტრი არის მინისძვრის ჰიპოცენტრის პროექცია მიწის ზედაპირზე. **ჰიპოცენტრი** წარმოადგენს უშუალოდ კერას მიწის შიგნით, საიდანაც წარმოიშვა მინისძვრა. საშუალო მინისძვრა 5-20 წამს გრძელდება. რაც უფრო დიხანს გრძელდება რყევა, მით უფრო ძლიერია დაზიანებები.

მინისძვრის ძალის გაზომვა: რყევის ტალღების საერთო ენერგია ანუ მინისძვრის სიმძლავრე (სიძლიერე) იზომება მაგნიტუდებში (1-დან 8-მდე რიხტერის სკალით); მინისძვრის მაგნიტუდა ფიქსირდება სპეციალურ აპარატზე „სეისმოგრაფზე“. მაგნიტუდები გამოიყენება მინისძვრის ენერგეტიკული კლასიფიცირებისთვის. რიხტერის სკალით 1-დან 8-მდე მაგნიტუდის მინისძვრის ინტენსივობა ფასდება რომაული ციფრებით გამოსახული მერკალის თორმეტბალიანი სეისმური სკალით (I-XII). ბალის სიდიდე დამოკიდებულია ეპიცენტრიდან დაშორებაზე, კერის სიღრმესა და მაგნიტუდაზე.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. მინისძვრის შემთხვევაში გახსოვდეთ სახლში, სკოლაში, საზოგადოებრივი თავშეყრის ადგილებში, ტრანსპორტსა და ქუჩაში ყოფნისას მოქმედების წესები;
2. წინასწარ შეისწავლეთ და განსაზღვრეთ საფრთხის შემცველი ადგილები თქვენს სკოლასა და სახლში;
3. უფროსების დახმარებით განსაზღვრეთ უსაფრთხო ადგილი თქვენი სახლის ყველა ოთახისა და საკლასო ოთახისათვის;
4. გაეცანით საგანგებო სიტუაციებში სკოლის მოქმედების გეგმებს;
5. ოჯახის წევრებთან ერთად შეადგინეთ კატასტროფისადმი მზადყოფნისა და რეაგირების საოჯახო გეგმა;
6. სკოლის ტერიტორიაზე იცოდეთ თავშეყრის პუნქტი;
7. ვიცოდეთ ქალაქის საგანგებო სამსახურის/ტელეფონის ნომრები;
8. იცოდეთ, რომ მინისძვრის დროს საშიშია გარე და შიგა კედლების დიდი შემინული ლიობები, კუთხის ოთახები და ლიფტი;
9. ნუ მოაწყობთ თაროებს საწოლის თავზე; სარკეები და მძიმე სურათები მოარიდეთ საწოლს;

10. მყარად მიამაგრეთ კედლის თაროები კედელზე, კარადები იატაკს; ჩამოიღეთ ზედა თაროებიდან მძიმე საგნები; არ დააწყით თაროზე. მინის ნივთები;
11. არ დადგათ საწოლები დიდ ფანჯრებთან, გარე კედლებთან ან შემინულ ტიხრებთან;
12. ნუ ჩახერგავთ ბინაში შესასვლელს, დერეფანს და კიბის უჯრედებს;
13. სამზარეულოში გაზქურასთან არ დააწყით აალებადი ნივთები;
14. ელექტრონყალგამაცხელებელი საიმედოდ უნდა იყოს მიმაგრებული, რადგან მინისძვრის შემდეგ ის წყლის საუკეთესო რეზერვუარი ხდება; შეეცადეთ არ დააზიანოთ იგი;
15. იქონიეთ საგანგებო აღჭურვილობა და მარაგები (წყალი, არამალფუჭებადი საკვები, ელექტრო-ფანარი, პირველადი დახმარების სამედიცინო ნაკრები და ა.შ.).

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. შეინარჩუნეთ სიმშვიდე, ნუ ჩავარდებით პანიკაში;
2. დაელოდეთ უფროსების მითითებებს და იმოქმედეთ მათი რეკომენდაციებით;
3. საზოგადოებრივი თავშეყრის ადგილებში არ გაიქცეთ კარისკენ, რადგან დაზიანება ხდება იმ შემთხვევაში, როდესაც ხალხი პანიკაშია და ცდილობს ერთდროულად დატოვოს შენობა; ნუ გახვალთ კიბეზე, აივანზე ან ლიფტში;
4. დარჩით ადგილზე ბიძგების დამთავრებამდე და იქვე ნახეთ თავშესაფარი (მყარი მაგიდა, მერხი, სკამი, შიდა კაპიტალური კედელი, კარების ლიობი, ოთახის კუთხე).;
5. ჩაიმუხლეთ, ორივე ხელი დაიდეთ კისერზე და თავი დახარეთ (ჩაიმუხლე, ამოეფარე, მყარად ჩაეჭიდე!);
6. თავი აარიდეთ ფანჯრებსა და მძიმე ნივთებს, რომლებიც შეიძლება გადმოპირქვავდეს;
7. თუ ქიმიის კაბინეტში ან ისეთ ლაბორატორიაში, ხარტ, სადაც ქიმიური ნივთიერებები ინახება, ბიძგების შემდეგ შეეცადეთ დატოვოთ ეს ოთახი, რადგან შესაძლებელია ქიმიური დაზიანების მიღება;
8. თუ სახლში ხარტ, სწრაფად გამორთეთ ელექტრომონოცილობა და გადაკეტეთ გაზი;
9. ნუ შეგაშინებთ ჭურჭლის, მინის და სხვა მსხვერველადი საგნების ხმაური; თქვენ აღმოაჩენთ, რომ კარები გაიჭედა, ნუ შეგეშინდებათ, ეს შენობის დეფორმაციითაა გამოწვეული;
10. თუ საწოლში ხარტ, არ გაინძრეთ, დაიფარეთ თავზე ბალიში შესაძლო ტრავმების ასაცილებლად;
11. თუ თქვენ მაღლივ შენობისთან დგახართ, სასწრაფოდ დადექით შესასვლელ ლიობთან, რათა თავიდან აიცილოთ ჩამოვარდნილი საგნები.
12. თუ შენობის გარეთ ხარტ, შეეცადეთ, გახვიდეთ ღია სივრცეში; მოერიდეთ ელექტროგადამცემ ხაზებს;
13. თუ მთიან მხარეში ხარტ, მოერიდეთ ქვათაცვენასა და მენყერს, რომელიც შეიძლება განვითარდეს მინისძვრის შემდეგ;
14. თუ ავტომობილში ხარტ, სთხოვეთ მძღოლს, შეაჩეროს მანქანა ელექტროგადამცემი ხაზებიდან, საგზაო ნიშნებიდან, შენობიდან ან ხიდიდან მოშორებით;
15. რაც მთავარია, გახსოვდეთ, რომ თქვენ აუცილებლად დაგეხმარებიან სპეციალური სამსახურები.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. იყავით მშვიდად და არ აჰყვეთ პანიკას. თქვენ აუცილებლად გაგინევენ დახმარებას!
2. იმოქმედეთ წინასწარ მომზადებული გეგმის მიხედვით ან დაელოდეთ უფროსების მითითებებს;
3. შეგიძლიათ გამოხვიდეთ თქვენი თავშესაფრიდან;
4. პირველ რიგში, შეიმონმოთ თავი შესაძლო დაზიანებებზე; შემდეგ - ირგვლივ მყოფების მდგომარეობა. თუ ეს ვერ შესძელით, დაელოდეთ მაშველთა რაზმის მოსვლას;
5. მინისძვრის შემდეგ შენობის დატოვებიდან 2-3 საათი ნუ დაბრუნდებით უკან, თუ ამის აუცილებლობა არ არის, რადგან შესაძლოა მინისძვრა განმეორდეს („აფტერშოკი“);
6. შენობაში შესვლისას იყავით ფრთხილად, ნგრევა შეიძლება განმეორდეს;

7. შეამოწმეთ, არის თუ არა ხანძრის კერა: სუსტი ხანძრის შემთხვევაში შეეცადეთ მის ჩაქრობას;
8. შესაძლებელია გაზის გაჟონვა, ელექტროსადენების დაზიანება;
9. ფრთხილად გააღეთ კარადის კარი/კარები საჭირო ნივთების ასაღებად;
10. გამოიყენეთ მხოლოდ ელექტრო-ფანარი; არავითარ შემთხვევაში არ ისარგებლოთ ნავთის სა-
ნათით ან სანთლით;
11. თუ საკანალიზაციო სისიტემა დაზიანებულია, მოერიდეთ ტუალეტით სარგებლობას;
12. საკვებად გამოიყენეთ მხოლოდ მშრალი საკვები და კონსერვები;
13. წყლისუკმარისობის შემთხვევაში გამოიყენეთ წყალი ელექტროწყალგამაცხელებლის რეზერ-
ვუარიდან;
14. მიანოდეთ ინფორმაცია შესაბამის სამსახურებს თქვენი მეზობლების შესახებ (შეზღუდული
შესაძლებლობის მქონე პირები, მარტოხელა მოხუცები და ა.შ.);
15. რადიომიმღებით უსმინეთ ინფორმაციებს მინისტრის შესახებ;

შეკითხვები:

1. რას ეწოდება მინისტრის ეპიცენტრი? ჰიპოცენტრი?
2. როგორ იზომება მინისტრის ძალა?
3. რა არის სეისმოგრაფი?

თემა 2. წყალდიდობა

უკანასკნელ ათწლეულში იმატა, წყალდიდობების სიხშირემ და დამანგრეველმა ხასიათმა რაც საზოგადოებას უფრო მგრძნობიარეს ხდის ამ საფრთხეების მიმართ. ამის მიზეზი კი კლიმა-
ტის გლობალური ცვლილება (რომელიც ექსტრემალური ხასიათის ამინდებს ინტენსიურს ხდი და
მოსახლეობის ზრდაა; ადამიანი საცხოვრებლად და ეკონომიკის დარგების განსავითარებლად (ძი-
რითადად, სოფლის მეურნეობა) იკავებს ისეთ არეალებს, რომლებიც საფრთხის შემცველ ზონებშია.
ეს ზონებია მდინარეებისა და ზღვის სანაპიროები. კლიმატის ცვლილების საერთაშორისო პანელის
(IPCC) დასკვნით, თუკი 21-ე საუკუნეში ტემპერატურა ცელსიუსის სკალით 1,4 -5,8 გრადუსით მოი-
მატებს, ზღვის დონე 9სმ-დან 88 სმ-მდე აიწევს, რაც კიდევ უფრო გაზრდის წყალდიდობების რისკს
, ეს კი პირდაპირ ზრდის ეკონომიკურ ზარალსა და შესაძლო მსხვერპლს.

კატასტროფული ხასიათის წყალდიდობა-წყალმოვარდნები ადრეულ წლებში 8-10 წელიწადში
ერთხელ შეინიშნებოდა, ბოლო პერიოდში ასეთი მოვლენები 5-6 წელიწადში ერთხელ მეორდება.

კავშირი კლიმატის ცვლილებასა და წყალდიდობებს შორის:

აღსანიშნავია, რომ კლიმატის ცვლილებასა და თანმდევი ატმოსფეროსა და ოკეანის შორის
სითბური ენერგიის ინტენსიური გაცვლა ოკეანის ზედაპირზე შტორმების რაოდენობას გაზრდის.
გახშირებული შტორმები მყინვარების დნობის ფონზე გამოიწვევს სანაპირო ზოლების დატბორვას,
რაც უზარმაზარ ზარალს მოიტანს. ტემპერატურის მატებას თან სდევს აორთქლების გაძლიერე-
ბაც, შესაბამისად, ნალექების რაოდენობაც იმატებს. გარკვეული ტერიტორიებისთვის ამან შესაძ-
ლოა დადებითი ცვლილებებიც კი გამოიწვიოს, მაგრამ, ძირითადად, გახშირდება წყალდიდობებისა
და წყალმოვარდნების რაოდენობა და მათგან მიყენებული ზარალიც.

შეკითხვები:

1. რა უნდა მოიმოქმედოს სახელმწიფომ ზარალის შესამცირებლად?
2. რა შეგვიძლია მოვიმოქმედოთ ჩვენ?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ოთხ ჯგუფად ჰყოფს. სთხოვს მოსწავლეებს, გაიხსენონ წყალმოვარდნის,
წყალდიდობის დროს და წყალდიდობის შემდეგ ქცევის წესები და შექმნან პლაკატები მათზე უმც-
როსი მოსწავლეების, მათი მშობლების, სკოლის პედაგოგებისა და სკოლის ადმინისტრაციისთვის.

აპტივობა 2.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს მოიძიონ ინფორმაცია კლიმატის ცვლილების შესახებ და გააკეთონ პრეზენტაცია. როგორ მოქმედებს ტემპერატურის მატება წყალდიდობასა და წყალმოვარნაზე?

დამრიგებელი საუბრის დაწყებამდე ახსენებს მოსწავლეებს წყალმოვარდნისა და წყალდიდობის რაობას, გამომწვევ მიზეზებს. ესაუბრება კლიმატის გლობალურ ცვლილებაზე.

თემა 3. მენყერი

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ქცევის წესებზე მენყერის დროს:

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. მენყერის შემდეგ გადარჩენილ შენობა-ნაგებობებში შეამოწმეთ კედლების და გადახურვის მდგომარეობა, გამოავლინეთ ელექტროქსელების, გაზის და წყალმომარაგების ქსელების დაზიანება;
2. მენყერის ჩამოწოლის შემდეგ ტარდება განმენდითი და სარეაბილიტაციო სამუშაოები.

მენყერსაწინააღმდეგო ღონისძიებები იყოფა შემდეგ პრევენციულ და საინჟინრო-დამცავ ღონისძიებად:

1. მენყერსაში უზნებზე მცენარეების ჭრის, წყალსატევების მიმდებარე ფერდობებზე მშენებლობების, მიწისქვეშა აფეთქებების და ტერიტორიის უსისტემო რწყვის აკრძალვა;
2. ტყეების განაშენიანება მენყერსაში ფერდობებზე;
3. მენყერსაწინააღმდეგო საინჟინრო ნაგებობების (მაგალითად: ხიმინჯების, საყრდენი კონსტრუქციებისა და კედლების) მშენებლობა.

აპტივობა 1.

ჯგუფური პროექტი

დამრიგებელი მოსწავლეებს აწინააღმდეგებს მცირე ჯგუფებად და სთხოვს შეადგინონ პროექტი მენყერის რისკის შემცირების შესახებ მათ რეგიონში/სოფელში/ქალაქში.

ამისათვის სთხოვს, მოიძიონ ინფორმაცია ბოლო ორი წლის განმავლობაში მათ რეგიონში/სოფელში/ქალაქში მომხდარი მენყერის შესახებ.

ასევე, პროექტში მოსწავლეებმა უნდა ასახონ შემდეგი ინფორმაცია:

- სად ჩამოწვა მენყერი?
- წელიწადის რა დროს ჩამოწვა მენყერი?
- რამ შეუწყო ხელი მენყერის ჩამოწოლას?
- რა ზარალი მიაყენა მან მოსახლეობას? რა ზიანი მიაყენა მენყერმა რეგიონს/სოფელს/ქალაქს?
- რა ღონისძიებები გატარდა მენყერის ჩამოწოლის შემდეგ?
- შეიძლება თუ არა კატასტროფის თავიდან აცილება?

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს შეიმუშაონ რეკომენდაციები პიროვნულ და რეგიონის/ქალაქის/სოფლის დონეზე პრევენციული ღონისძიებების შესახებ; მოსწავლეებს შეუძლიათ რეკომენდაციები პლაკატის სახით მოამზადონ.

თემა 4. ღვარცოფი

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. მთაში გამგზავრებამდე შეისწავლეთ თქვენი მოძრაობის მარშრუტზე ეს ღვარცოფსაში ადგილები და თავი აარიდეთ მათ, განსაკუთრებით, უხვი წვიმების შემდეგ;
2. ყოველთვის გახსოვდეთ, რომ ღვარცოფში მოყოლილი ადამიანის გადარჩენა თითქმის შეუძლებელია. გადარჩენა მხოლოდ მისგან თავის არიდებით შეიძლება;

3. წინასწარი ევაკუაციის დროს, ბინის დატოვებამდე გამორთეთ დენი, გაზი და წყალი. მჭიდროდ დახურეთ კარ-ფანჯრები და სარეზინოვანი მილები;
4. თითოეულმა ადამიანმა, რომელიც ცხოვრობს ღვარცოფსაშიშ რაიონში, უნდა განსაზღვროს, ხომ არ მდებარეობს მისი სახლი ღვარცოფის შესაძლო მოქმედების ზონაში. ასეთ ზონებში, როგორც წესი, უარი უნდა თქვათ საცხოვრებელი სახლის აშენებაზე. ხოლო იმ შემთხვევაში, თუ სახლი უკვე მდებარეობს აღნიშნულ ზონაში, საჭიროა მიიღოთ ზომები სახლის ფუნდამენტი-სა და კედლების გასამაგრებლად, მიწაყრილების, შემოვლითი სანიაღვრე არხების ასაგებად, ფერდობების ნარგავებით ან საყრდენი კედლებით გასამაგრებლად, საკომუნიკაციო ხაზების დამატებითი დაცვითი ღონისძიებების გასატარებლად.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. მოახლოებული ღვარცოფული ნაკადის შესახებ გაფრთხილება-სიგნალის მიღების შემთხვევაში (სირენით, რადიოთი, ტელეფონით ან რაიმე სხვა წინასწარ დადგენილი საშუალებებით) ან ხმაურის შემთხვევაში, რომელიც ნაგავს დიდი სისწრაფით მოახლოებული მატარებლის გრუხუნს, აუცილებელია, დაუყონებლივ ახვიდეთ ველ-დაბლობიდან (წყლის ჩასადინარიდან) 50-100 მეტრით მაღლა;
2. ეცადეთ, სასწრაფოდ გადაადგილდით უსაფრთხო ადგილზე წინასწარ განსაზღვრული საევაკუაციო სქემის შესაბამისად;
3. ამავე დროს, უნდა გახსოვდეთ, რომ მძვინვარე ნაკადიდან შეიძლება ამოიტყორცნოს დიდი წონის ქვები, რომლებმაც შეიძლება საფრთხე შეუქმნას ადამიანებს.

ღვარცოფსაწინააღმდეგო ღონისძიებები: ღვარცოფსაშიშ რაიონებში იგება ღვარცოფის საწინააღმდეგო ჯებირები/კაშხლები, კეთდება შემოვლითი არხები, რეგულირდება ანუ მცირდება მთის ტბების წყლის დონე, ხეების დარგვის გზით ხდება ფერდობებზე მიწის გამაგრება, ტარდება დაკვირვებები, იქმნება შეტყობინების სისტემა და იგეგმება ევაკუაცია.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, მოამზადონ პლაკატი იმის შესახებ, თუ რა უნდა მოიმოქმედონ მოსწავლეებმა ღვარცოფის დროს; დამრიგებელი მოსწავლეების ნამუშევრებს აკრავს საკლასო ოთახში.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, მოამზადონ პლაკატი იმის შესახებ, რა ღონისძიებები უნდა გატარდეს ღვარცოფის თავიდან ასაცილებლად/საშიშროების შესამცირებლად შემდეგ დონეებზე:

1. პიროვნულ;
 2. რეგიონის/ქალაქის/სოფლის;
- დამრიგებელი მოსწავლეების ნამუშევრებს გამოჰფენს საკლასო ოთახში.

თემა 5. კლდეზავი, ქვათაცვენა

კლდეზავი არის ციცაბო კლდოვან ფერდობებზე ლოდების უეცრად მოწყვეტა და სწრაფად, თავისუფალი ვარდნით ან გორებით გადაადგილება. კლდეზავის წარმოშობას წინ უძღვის ნაპრალების გაჩენა, რომელთა გასწვრივ ხდება ლოდების ჩამოშლა.

ქვათაცვენა არის ციცაბო ფერდობებზე ქანების გამოფიტული პროდუქტების ჩამოშლა და გადაადგილება. კლდეზავისგან განსხვავებით, პროცესს პერმანენტული ხშირიხასიათი აქვს, რის გამოც ფერდობების ძირში წარმოიქმნება ქვათაცვენის პროდუქტების გროვები - კონუსები.

კლდეზავი და ქვათაცვენა გრავიტაციულ, სიმძიმის ძალის გავლენით ფორმირებად პროცესებს განეკუთვნებიან. მათი განვითარების განმსაზღვრელია რელიეფური, ტექტონიკურ-გეოლოგიური, კლიმატური და ტექნოგენური (ადამიანის სამეურნეო საქმიანობა) ფაქტორები. კლდეზავი

და ქვათაცვენა შესაძლებელია განვითარდეს როგორც მტკიცე კლდოვან, ასევე შედარებით სუსტ ქანებში. ეს პროცესები არ არის დამახასიათებელი თიხოვანი ქანებით აგებული ფერდობებისათვის.

ქვათაცვენა დიდ საშიშროებას უქმნის საავტომობილო და სარკინიგზო მონაკვეთებს. განსაკუთრებით დიდი პრობლემები შეექმნა უკანასკნელ პერიოდში ქალაქ ჭიათურასა და მიმდებარე სოფლებს. ხშირად ქვათაცვენის კატასტროფული ზემოქმედების ქვეშ უშუალოდ საცხოვრებელი სახლებიც აღმოჩნდება ხოლმე. განსაკუთრებით სახიფათოა იგი ტურისტული ჯგუფებისათვის და ალპინისტებისათვის, რომლებიც გადაადგილდებიან ქვათაცვენის საშიშროების მქონე უბნებზე.

ქვათაცვენა უმრავლეს შემთხვევაში, გვხვდება/ხდება 20 გრადუსზე მეტი ქანობის მქონე ფერდობებზე. დღე-ღამის განმავლობაში ტემპერატურის ცვალებადობა განაპირობებს კლდის ზედაპირის დასკდომას. ბზარებში მოხვედრილი წყლის გაყინვა იწვევს ამ ბზარების გაფართოებას. პროცესის მრავალჯერადობა კი, მთლიანობაში, იწვევს კლდის მასივის დაშლას. ზამთრის პერიოდში, როგორც წესი, ბზარებში ჩაყინული წყალი ერთგვარად კრავს (ამაგრებს) მასივს. ამდენად, ზამთრის პერიოდში, ყინვიან დღეებში, ქვათაცვენა ნაკლებად მოსალოდნელია. იგი აქტიურდება გაზაფხულობით, დღის პირველ ნახევარში, როდესაც მზის თბური აქტივობა მაქსიმუმს აღწევს. ქვათაცვენა, ასევე, დამახასიათებელია ზაფხულის პერიოდში, ინტენსიური წვიმების დროს.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი ვიზუალური მასალების გამოყენებით ატარებს მინი-ლექციას ქვათაცვენაზე; განიხილავს შემდეგ საკითხებს:

- რა არის ქვათაცვენა? კლდეზვავი?
- რომელ სეზონზეა მეტად მოსალოდნელი ქვათაცვენა? რომელი რეგიონებია ამ მხრივ სარისკო?
- რა კლიმატური პირობები უწყობს ხელს ქვათაცვენას?
- რა ზიანი შეიძლება გამოიწვიოს ქვათაცვენამ?

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჰყოფს მცირე ჯგუფებად და დავალებად აძლევს ქვათაცვენის საშიშროების რუკის შედგენას; სამუშაოს დასრულების შემდეგ ჯგუფები წარმოადგენენ ნამუშევარს. პასუხობენ შემდეგ კითხვებს:

- რამდენად რისკის შემცველ რეგიონში/ქალაქში/სოფელში ცხოვრობენ ისინი?
- როგორ შეიძლება ქვათაცვენის რისკის შემცირება?
- რა ღონისძიებების გატარებაა საჭირო რისკების შესამცირებლად პიროვნულ დონეზე? ეროვნულ დონეზე?

რისკის შემცველ ზონაში ცხოვრების შემთხვევაში, მოსწავლეები მასწავლებლის დახმარებით აფასებენ, თუ რა პრევენციული ღონისძიებებია გატარებული მათ ქალაქში/სოფელში, ან რა ღონისძიებები უნდა დაიგეგმოს და გატარდეს.

თემა 6. ძლიერი ქარი

ქარი წარმოიქმნება დედამიწის ზედაპირის არათანაბარი გათბობით/მაღალი წნევის უთანაბრობით. რაც უფრო მეტი იქნება ტემპერატურული სხვაობა ადგილებს/ორ ატმოსფერულ წნევას შორის, მით უფრო მეტი სიძლიერის იქნება ქარი. ქარის სიჩქარე და ტურბულენტობა შეიძლება შეცვალოს როგორც რელიეფმა (მთა), მცენარეულობამ, ასევე – შენობა-ნაგებობებმა. ქარბუქის უცაბედად ამოვარდნა ნებისმიერ სეზონზე შეიძლება. ძლიერი ქარისთვის წინასწარი მზადება აუცილებელია. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ზარალი შეიძლება მნიშვნელოვანი იყოს.

ძლიერი ქარის დროს შეიძლება გადატყდეს ან ძირფესვიანად ამოიძირკვოს ხეები, ჩაიმსხვრეს შუშები; ქარი ჰაერში იტაცებს სხვადასხვა ობიექტს, რაც შეიძლება ზიანის მომტანი იყოს. ჰაერში ატაცებული მტვერი ხილვადობას ამცირებს, რაც ზრდის ავტოსაგზაო შემთხვევებს. ქარმა ზღვაზე შესაძლოა ძლიერი ზვირთცემა გამოიწვიოს, რაც წყლის დონეს მაღლა წევს.

ქარი დედამიწის ზედაპირზე ყველგანაა, ის როგორც სასარგებლო (მთავარი კომპონენტი წყლის წრებრუნვაში, ელექტრო ენერგიის გამომუშავება, მცენარეების დამტვერვა), ასევე, ზიანის მომტანი შეიძლება იყოს. შტორმული ხასიათის ქარს შეუძლია დააზიანოს ელექტროგადამცემი ხაზები და შენობები.

ტროპიკული ციკლონი/ქარბორბალა/ტორნადო კატასტროფული მოვლენაა, რომელიც ტროპიკულ სარტყელში ყალიბდება და თავისი კატასტროფული ხასიათის გამო დიდ ყურადღებას იმსახურებს. წარმოიქმნება ჰაერის მასების წრიული მოძრაობით (ჩრდილო ნახევარსფეროში საათის ისრის საწინააღმდეგო მიმართულებით, სამხრეთში - პირიქით), ძაბრის ქვედა ნაწილი დედამიწის ზედაპირთან შეხებისას იწვევს სხვადასხვა ხარისხის დაზიანებებს. მსოფლიო მეტეოსადგურები აკვირდებიან მის ჩამოყალიბებას და გადაადგილებას, რაც შესაძლებლობას იძლევა, მოსახლეობა წინასწარი განგაშით ინფორმირდეს. მზადყოფნა ნიშნავს მოსალოდნელი ზარალის მინიმუმამდე შემცირებას. ტორნადოს ხუთი კატეგორია აქვს და ნგრევის მასშტაბები სხვადასხვაა.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. შტორმული ხასიათის ღრუბლების ფრონტის სწრაფი მოახლოებით შეიძლება ქარბუქის რამდენიმე ათეული წუთით ადრე ამოცნობა;
2. ამ დროს საჭიროა აივანზე ან ეზოში ცუდად დამაგრებული საგნების დამაგრება ან დახურულ სივრცეში შეტანა; კარ-ფანჯრისა და ჟალუზების ჩაკეტვა, დამაგრება.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. თუ ქარბუქის დროს შენობაში იმყოფებით, აუცილებელია დაკეტოთ ფანჯრები, კარები. უმჯობესია, შორს იდგეთ ფანჯრიდან, რათა მისი ჩამსხვრევის შემთხვევაში არ დაზიანდეთ. მსხვრევა კი ქარისგან ჰაერში ატაცებულმა საგნებმა შეიძლება გამოიწვიოს. უმჯობესია შიდა ოთახში შესვლა, რომელსაც არ აქვს ფანჯრები. შეიძლება ეს იყოს დერეფანი ან აბაზანა;
2. გამორთეთ ყველა ელექტრომოწყობილობა;
3. დარჩით სახლში შტორმის დასრულებამდე. გახსოვდეთ, რომ შტორმის დასრულების შემდეგ ის კვლავ შეიძლება განმეორდეს;
4. თუ შენობა დაზიანდა, მაგალითად, აეხადა სახურავი, თქვენ კი იქ იმყოფებით, სჯობს, შტორმის დასრულებამდე შენობის სხვა მხარეს გადაინაცვლოთ, ან მასიური ავეჯის ქვეშ შეიმალეთ;
5. თუ ქარბუქმა ქუჩაში მოგისწროთ, ერიდეთ აივნებიდან გადმოვარდნის საგნებს. სასწრაფოდ მოძებნეთ თავშესაფარი მყარ შენობებში. დაიცავით თავი ჰაერში ატაცებული ნივთებისგან. დაცვა შესაძლებელია ხელებით ან თავსაბურავით, საჭიროა თვალებისა და ცხვირ-პირის დაცვა მტვრისაგან;
6. გახსოვდეთ, შენობებს შორის ვიწრო გასასვლელებში ქარის სიჩქარე კიდევ უფრო იზრდება;
7. თუკი ბუნებაში იმყოფებით, თავი უნდა შეაფაროთ მოფარებულ, მყუდრო ადგილს. თუკი სივრცე ღიაა, მაშინ დანეჭით და მიეკარით მიწას;
8. თუკი ავტომობილში იმყოფებით, სჯობს მანქანაში დარჩეთ და ფანჯრები დახუროთ. არ შეაფაროთ მანქანა არამდგრად ობიექტებს, რომლებიც შეიძლება ჩამოინგრეს.

შეკითხვები:

1. რა განაპირობებს ქარს?
2. როგორ მოვემზადოთ ძლიერი ქარისთვის? რატომ არის მნიშვნელოვანი წინასწარი მზადება?
3. რა ზიანი/ზარალი შეიძლება მიაყენოს მოსახლეობას ძლიერმა ქარმა?
4. რომელი ოთახებია ყველაზე უსაფრთხო ძლიერი ქარის დროს? დაასაბუთეთ პასუხი.
5. რა არის ტროპიკული ციკლონი?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ჯგუფებად ჰყოფს და სთხოვს, მოამზადონ პლაკატები ძლიერი ქარის დროს მოქმედების წესებზე. პირველი ჯგუფი აკეთებს პრეზენტაციას ძლიერი ქარის დროს სახლში მოქმედების წესების შესახებ, მეორე ჯგუფი – ქუჩაში, მესამე ჯგუფი – ავტომობილში, მეოთხე ჯგუფი კი ბუნებაში მოქმედების წესების შესახებ.

5. ზვავსაშიშროების პერიოდში თავი აარიდეთ იმ ფერდობებსა და მთის ძირში გადაადგილებას, რომლის ფერდობების დახრილობა 300-ზე მეტია, ხოლო თოვის შემდეგ იმ ფერდობებსა და მთის ძირში მოძრაობას, რომლის ფერდობების დახრილობა 200-ის ფარგლებშია;
6. დაიმახსოვრეთ, რომ ზვავის ჩამონოლის ყველაზე საშიში პერიოდი გაზაფხულისა, როდესაც თოვლის საფარი უკვე მაღალია და იგი დნობას იწვევს, მზის ამოსვლიდან – მზის ჩასვლამდე. ზვავსაშიშროება მაღალმთიან ზონაში ზაფხულის თვეებშიც ნარჩუნდება.

ზვავებისაგან დაცვის პროფილაქტიკური ღონისძიებები ითვალისწინებს ზვავის წარმოქმნაზე თვალთვალის ორგანიზებას, პროგნოზირების ოპერატიული სამსახურის ორგანიზებასა და მათ ხელშეწყობას. დაცვის საინჟინრო ღონისძიებები ითვალისწინებს ზვავსაშიშ რაიონებში მცენარეული საფარის შექმნას, ზვავების წარმოშობის კერებში სპეციალური დამბების, ზვავმჭრელების, გასასვლელების/დერეფნებისა და გვირაბების მშენებლობას.

ზვავის ჩამონოლის საშიშროებისას ხორციელდება შემდეგი ზვავსაინააღმდეგო სამუშაოები: ზვავსაშიშ ადგილებში ორგანიზებას უწევს თოვლის დაგროვების კონტროლს, ხელშეწყობს ინვენტარის ზვავს, აგებენ დამცავ ნაგებობებს, მზადყოფნაში მოჰყავთ სამაშველოსამსახურები.

შეკითხვები:

1. რას ითვალისწინებს ზვავებისაგან დაცვის პროფილაქტიკური ღონისძიებები?
2. რა სამუშაოები ხორციელდება ზვავის ჩამონოლის საშიშროებისას?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ავალებს, ჯგუფურად შეადგინონ გეგმა (მატრიცა), თუ როგორ უნდა მოიქცნენ, როდესაც ზამთარში მაღალმთიან ტერიტორიაზე გამგზავრება უწევთ.

1. რა ინფორმაცია უნდა მოიძიონ წინასწარ ამინდის, ადგილის შესახებ?

2. რა ინფორმაციას უნდა ფლობდნენ შესაძლო რისკების შესახებ?

3. რა უნდა მოიმარაგონ გასამგზავრებლად?

4. შეადგინონ საჭირო ნივთების ნუსხა საცხოვრებელისათვის, მანქანისათვის და მოგზაურობისას თან სატარებლად.

ჯგუფები წარმოადგენენ მათ მიერ მომზადებულ გეგმას; დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად აჯამებს პრეზენტაციებს და აკეთებს საერთო ჩამონათვალს.

თემა 10. ლიკუინულიანობა

აქტივობა 1.

ამ სავარჯიშოს შესრულება მხოლოდ ზამთრის პერიოდშია შესაძლებელი.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს ერთი კვირის განმავლობაში რეგულარულად შეამოწმონ ამინდის პროგნოზი და მონაცემები შეიტანონ წინასწარ მომზადებულ ცხრილში.

	ორშაბათი	სამშაბათი	ოთხშაბათი	ხუთშაბათი	პრასკევი	შაბათი	კვირა
ტემპერატურა დღის განმავლობაში							
ტემპერატურა ღამის განმავლობაში							
ნალექიანობა							

მონაცემების საფუძველზე მოსწავლეებმა უნდა იმსჯელონ, არის თუ არა მოსალოდნელი მათ ქალაქში/სოფელში ლიპყინულიანობა მომდევნო კვირის პირველ დღეებში; დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს დაასაბუთონ საკუთარი მოსაზრებები.

VIII კლასი

თემა 1. ქვათაცვენა

დამრიგებელი ესაუბრება მოსწავლეებს ქვათაცვენის დროს უსაფრთხოების წესების შესახებ: **უსაფრთხოების წესები ქვათაცვენის უბნებზე გადაადგილებისას:**

1. წინასწარ მოიპოვეთ ინფორმაცია გადაადგილების მარშრუტზე ქვათაცვენის თვალსაზრისით სახიფათო უბნების შესახებ;
2. მოგზაურობისთვის შეარჩიეთ წლისა და დღე-ღამის უსაფრთხოპერიოდი;
3. სახიფათო ადგილები გადალახეთ ბორცვოვანი მონაკვეთების გამოყენებით;
4. სახიფათო ადგილები გადალახეთ თითო-თითოდ;
5. ქვათაცვენის ჩამონაყარში გადაადგილებისას, ასვლის ან ჩასვლის მომენტში, მოლაშქრეებს შორის ინტერვალი უნდა იყოს, რაც შეიძლება, მინიმალური;
6. დაუშვებელია მოლაშქრეთა გადაადგილებისას მათი ერთმანეთის ზევით მდებარეობა, განსაკუთრებით, ორი ჯგუფის ერთდროულად მოძრაობის შემთხვევაში;
7. ქვათაცვენის უბნებზე გადაადგილებისას საიმედოდ უნდა შეამოწმოთ დასაყრდენი წერტილები, რათა მათზე დაყრდნობისას არ გამოიწვიოთ მათი ჩატეხვა ან კლდიდან მოწყვეტა;
8. ქვათაცვენის უბნებზე გადაადგილება დაუშვებელია წვიმის, თოვლის, ელ-ქექისა და ძლიერი ქარის დროს;
9. ქვათაცვენის უბნებზე გადაადგილებისას, მოლაშქრეთაგან უნდა გამოიყოს ქვათაცვენის პროცესზე დამკვირვებელი, რომელიც ქვათაცვენის დაწყების შესახებ ხმოვანი სიგნალით- „ქვები“-ამცნობს საფრთხის შესახებ მოლაშქრეებს. იმავე სიგნალს იძლევა ის მოლაშქრე, რომელიც საყრდენზე დაბიჯებით გამოიწვევს ქვის ვარდნას;
10. ქვათაცვენის შემთხვევაში თავი უნდა შეაფაროთ კლდეს კიდეზე (კედელზე) მიჯრით ან გამო-ნაშვერის ქვეშ. თუ ამის საშუალება არ არსებობს, მაშინ უნდა დარჩეთ ადგილზე, თვალი ადევნოთ ქვების ვარდნას და ბოლო მომენტში გახტეთ გვერდით, მისგან თავის არიდების მიზნით.

ქვათაცვენის უარყოფითი შედეგების პრევენციის მიზნით, ერთ-ერთი ძირითადი ხერხია ქვათაცვენის საშიშროების თვალსაზრისით აქტიური უბნების გამოვლენა და მათი იზოლირება ლითონის ბადეებით, მთის კალთის დატერასება, ასევე, დამცავი კონსტრუქციებისა და ნაგებობების მშენებლობა.

აქტივობა 1.

თუ რეგიონი/ქალაქი/სოფელი ქვათაცვენის სამიშროების ზონაში მდებარეობს, დამრიგებელი ინვესტორი/მაშველი/მთავალის პრევენციულ და თავდაცვით ღონისძიებებზე სასაუბროდ; მოსწავლეები სვამენ მათთვის საინტერესო შეკითხვებს.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი კლასს ჯგუფებად ჰყოფს და სთავაზობს, მოამზადონ ილუსტრირებული პლაკატები ქვათაცვენის უბნებზე გადაადგილებისას უსაფრთხოების წესების შესახებ. სამუშაოს დასრულების შემდეგ ჯგუფები პლაკატებს ოთახში აკრავენ და აკეთებენ პრეზენტაციებს.

თემა 2. კლიერი ქარი

ტემპერატურის მატებას შეუძლია კიდევ უფრო გაააქტიუროს ძლიერი ქარები. ატმოსფეროსა და ოკეანის შორის სითბური ენერგიის ინტენსიური გაცვლა ოკეანის ზედაპირზე შტორმების რაოდენობას ზრდის. გახშირებული შტორმები მცინვარების დნობის ფონზე გამოიწვევს სანაპირო ზოლების დატბორვას, რასაც უზარმაზარი ზარალის მოიტანა შეუძლია.

ტემპერატურის მატებას თან სდევს აორთქლების გაძლიერებაც, შესაბამისად, ნალექების რაოდენობაც იმატებს. გარკვეული ტერიტორიებისთვის ამან შესაძლოა დადებითი ცვლილებებიც გამოიწვიოს, მაგრამ ძირითადად, გახშირდება წყალდიდობებისა და წყალმოვარდნების რაოდენობა და გაიზრდება მათგან მიყენებული ზარალიც.

მოქმედების კატასტროფის შემდეგ:

1. ელექტროგადამცემი ხაზების განწყვეტის შემთხვევაში, საშიშია მათთან მიახლოება, რადგან შეიძლება დენმა დაგარტყათ. უმჯობესია, მომხდარის შესახებ ადგილობრივ ადმინისტრაციას შეატყობინოთ, რათა უმოკლეს ვადებში მოხერხდეს პრობლემის მოგვარება; ხანძრის შემთხვევაში, უმჯობესია, ხანძარს განერიდოთ და გამოუძახოთ სახანძრო სამსახურს;
2. არ მიუახლოვდეთ საეჭვოდ დახრილ საგნებს (ანძა, გადამცემი ხაზი, ხე), რომლებიც შეიძლება შტორმის კი გადაუარა, მაგრამ მოგვიანებით მაინც წაიქცეს;
3. გამოიჩინეთ სიფრთხილე გაზისა და ელექტრომონოპოლიზაციის ხმარებისას, რადგან შეიძლება ისინი დაზიანებული იყოს და გაზი ჟონავდეს;
4. თუ დაზიანებულ შენობაში იმყოფებით, შტორმის დასრულებამდე შენობის სხვა მხარეს გადაინაცვლეთ ან მასიური ავეჯის ქვეშ შეიმალეთ; ხოლო შტორმის დასრულების შემდეგ აიღეთ თქვენი საბუთები და გაერიდეთ შენობას.

შეკითხვები:

1. რა სარგებელი შესაძლოა მივიღოთ ქარისგან?
2. რა უნდა მოვიმოქმედოთ ძლიერი ქარის შემდეგ? დაასაბუთეთ პასუხები.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი ხატავს ვენის დიაგრამას და სთხოვს მოსწავლეებს, ჩამოთვალონ ელვისა და ქარის დროს ქცევის წესებს შორის მსგავსება და განსხვავება.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი სთხოვს მოსწავლეებს, მოიძიონ ინფორმაცია კლიმატის გლობალური ცვლილების შესახებ და გააკეთონ პრეზენტაცია, თუ როგორ მოქმედებს ტემპერატურის მატება შტორმული ხასიათის ძლიერ ქარებზე.

თემა 3. ლიპყინულიანობა

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს მცირე ჯგუფებად; ჯგუფებს სამუშაოდ აძლევს სიტუაციას: წარმოიდგინეთ, ოჯახთან ერთად ფეხით ან მანქანით გადაადგილდებით ლიპყინულიანობის რისკის შემცველ ზონაში; შეადგინეთ სამოქმედო გეგმა (მატრიცა) შემდეგი საკითხების მიხედვით:

1. რა ნიშნებით ამოიცნობთ ლიპყინულიანობას?

2. რა დროს უნდა შეწყვიტოთ მანქანით გადაადგილება, ფეხით მოძრაობა?

3. როგორ მიიღებთ საჭირო ინფორმაციას ამინდის შესახებ?

4. რას ურჩევდით ოჯახის წევრებს, როგორ უნდა მოიქცნენ ლიპყინულიანობის დროს ტრავმების შესამცირებლად?

მოსწავლეები აკეთებენ პრეზენტაციებს კლასში და განიხილვენ თითოეულ საკითხს; მასწავლებლის დახმარებით ამზადებენ ერთ საერთო გეგმას (მატრიცას).

თემა 4. ბუნებრივი კატასტროფები

მინისძვრა, წყალდიდობა, ღვარცოფი, ქარიშხალი, ვულკანის ამოფრქვევა და სხვ. ბუნებრივი მოვლენებია და კაცობრიობის მთელი ისტორიის მანძილზე ხდებოდა. მიუხედავად ამისა, მოსახლეობის სწრაფმა ზრდამ, გარემოს დეგრადაციამ და სიღარიბის დონის ზრდამ ეს ბუნებრივი მოვლენები ნამდვილ კატასტროფებად აქცია, რომლებსაც დიდი რაოდენობის მსხვერპლი, ნგრევა და მატერიალური ზარალი მოაქვთ.

კატასტროფებთან დაკავშირებული რისკების შემცირების ძირითადი ასპექტები:

საფრთხე წარმოადგენს ბუნებრივ ან ადამიანის ქმედებით გამოწვეულ მოვლენას ან პროცესს, რომელმაც შეიძლება საშიშროება შეუქმნას ადამიანთა ჯგუფს, მათ ქონებას და გარემოს, თუ მიღებული არ იქნება სიფრთხილის ზომები.

კატასტროფა არის საფრთხის შედეგი, რომელიც თავს დაატყდა მოსახლეობას. კატასტროფის ნეგატიური შედეგები დამოკიდებულია კონკრეტული საფრთხის მიმართ მოსახლეობის დაუცველობაზე ან სწორი რეაგირების უუნარობაზე.

სტიქიური მოვლენები ზოგჯერ ძალიან მძიმე დარტყმას გვაყენებენ და კატასტროფას იწვევენ, თუ სიფრთხილის ზომები მიღებული არ არის ან თუ ადამიანის საქმიანობამ გარემოს ზიანი მიაყენა და მთელი ეკოლოგიური ბალანსი დაირღვა.

მაგალითად, წყლის ისეთი დიდი მოცულობის დაგროვება, რომელსაც ნიადაგი ვერ ისრუტავს, წყალდიდობას იწვევს, ხოლო წყლის ნაკლებობამ ზოგიერთ რეგიონში შეიძლება გვალვა გამოიწვიოს. ამავე დროს, ადამიანებს შეუძლიათ კიდევ უფრო გაამწვავონ ეს სიტუაცია, თუ ხეებს მოჭრიან და მათ სანაცვლოდ ახალს არ დარგავენ. ამის შედეგად ნიადაგი ძალიან მშრალი და მტვრიანი ხდება, რასაც მოსდევს ნიადაგის ეროზია. ასეთ ნიადაგში შემაკავშირებელი ფესვები და მცენარეები უკვე აღარ არის და თუ ძლიერი წვიმა მოვა, შეიძლება მენყერი გამოიწვიოს.

ველურ ბუნებაში ხანძრების უმეტესობა პირდაპირ ან ირიბად ადამიანების მოქმედებებითაა გამოწვეული. მაგალითად, გლეხები ზოგჯერ, თესვის დაწყებამდე ცეცხლს უკიდებენ მინდვრებს

სარეველების მოსასპობად და შემდეგ ხანძარი არაკონტროლირებადი ხდება. ზოგჯერ ადამიანები გაუფრთხილებლობას იჩენენ სიგარეტის ნამწვის გადაგდებისას ან ავინყდებით კოცონის ჩაქრობა პიკნიკის შემდეგ. სულ პატარა ნაპერწკალიც კი ზოგჯერ საკმარისია ხანძრის გასაჩენად.

როდესაც ჩვენ ბუნების შემადგენელ ნაწილებს, მარჯნის რიფებს, ტყეებს ან მთის მცენარეებს გავანადგურებთ, ჩვენ აგრეთვე ვსპობთ იმ დამცავ ბარიერს, რომელიც გვალვისაგან, მეწყრისაგან, წყალდიდობისაგან და სხვა საფრთხეებისაგან გვიცავს.

დაუცველობა (მონყვლადობა) არის უუნარობა გავუმკლავდეთ საფრთხეს ან სათანადო რეაგირება მოვახდინოთ მომხდარ კატასტროფაზე. მაგალითად, წყალდიდობა უფრო მეტად ემუქრება დაბლობში მცხოვრებ მოსახლეობას, ვიდრე მაღლობზე განლაგებულ დასახლებებს.

სინამდვილეში, დაუცველობის დონე დამოკიდებულია რამდენიმე ფაქტორზე, მაგალითად, ადამიანის ასაკზე და ჯანმრთელობის მდგომარეობაზე, ადგილობრივ გარემოსა და სანიტარულ პირობებზე, აგრეთვე, შენობების მდგომარეობასა და მდებარეობაზე.

სხვადასხვა გარემოებაში კატასტროფის მიმართ ჩვენი დაუცველობა (მონყვლადობა) შეიძლება გაიზარდოს.

ერთ-ერთი ასეთი მოქმედების მაგალითია დიდი რაოდენობით ხეების გაჩეხვა. თუ ხეები ისეთი ტემპით იჩეხება, რომ მათი ბუნებრივი ჩანაცვლება ვერ ხერხდება, ეს ტყის გაჩანაგებას ანუ გაუტყეურებას იწვევს. ასეთ დროს, წვიმების მიმართ ძალიან ბევრი თემის მონყვლადობა იზრდება, რადგანაც ნიადაგი დაუცველია და წვიმა ღვარცოფს, მეწყერს, წყალდიდობას ან ზვავს წარმოშობს.

სახიფათო ადგილებში სახლების მშენებლობა მათ მონყვლადობას ზრდის. მაგალითად, თუ თქვენ მდინარის სიახლოვეს ცხოვრობთ და მოსახლეობა მდინარეში ნაგავს ყრის, რაც მდინარის დინებას აფერხებს, წყალდიდობის რისკი იზრდება.

კარგად ინფორმირებული და ორგანიზებული მოსახლეობა, რომელიც იკრიბება და მსჯელობს, როგორ უნდა იმოქმედოს ბუნებრივი საფრთხის გაჩენის შემთხვევაში, ნაკლებად მონყვლადია არა-ინფორმირებულ თემთან შედარებით.

რისკი არის საფრთხის კატასტროფაში გადაზრდის ალბათობა. ისი ფორმულირება შეიძლება გამოვსახოთ შემდეგნაირად: **რისკი=საფრთხე=მონყვლადობა/შესაძლებლობა (პოტენციალი)**. რაც მეტია მზადყოფნა (შესაძლებლობა/პოტენციალი), მით უფრო მეტად მცირდება რისკი.

ცალ-ცალკე აღებული მონყვლადობა და საფრთხე საშიში არ არის, მაგრამ ერთობლიობაში ისინი რისკად იქცევა. სხვა სიტყვებით რომ ვთქვათ, ჩნდება კატასტროფის ალბათობა. მიუხედავად ამისა, რისკის შემცირება და მართვა შესაძლებელია. თუ გარემოს ფრთხილად მოვეპყრობით და საკუთარ სისუსტეებსა და მონყვლადობას გავაცნობიერებთ, ისეთი ზომების მიღებას შევძლებთ, რომლებიც საფრთხეს კატასტროფაში გადაზრდის საშუალებას არ მისცემს.

შეკითხვები:

1. რა არის საფრთხე?
2. რა არის კატასტროფა?
3. რა არის დაუცველობა (მონყვლადობა)? რა მოქმედებები ზრდის ჩვენს დაუცველობას?
4. რა არის კატასტროფის რისკი?
5. შეგვიძლია თუ არა თავიდან ავიცილოთ კატასტროფა? როგორ?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი ავალებს მოსწავლეებს, შექმნან ნახატი იმის შესახებ, თუ როგორ შეიძლება შემცირონ საკუთარი და დასახლების დაუცველობა. ნახატი უნდა დაიკიდოს თვალსაჩინო ადგილას.

აქტივობა 2.

ინდივიდუალური პროექტი:

დამრიგებელი მოსწავლეებს აძლევს ერთ კვირას კატასტროფებისათვის მზადყოფნის საოჯახო გეგმის შესადგენად. დავალების დასრულების შემდეგ მოსწავლეები აკეთებენ თავიანთი საოჯახო გეგმების კლასში პრეზენტაციას, ტარდება კონკურსი და ვლინდება სამი საუკეთესო პროექტი.

აპტივობა 3.

სოციალური პროექტი: „დავარწმუნოთ ადამიანები დაიცვან ბუნება“.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ახსენებს, რომ ხეების ინტენსიური ჭრის შედეგად იზრდება მოსახლეობის დაუცველობა წვიმებისა და მეწყერის მიმართ. დამრიგებელი მოსწავლეებთან ერთად ატარებს ხეების და სხვა მცენარეულობის დარგვის ღონისძიებას სკოლის ან დასახლების ტერიტორიაზე. თუ ჯგუფი გადაწყვეტს ხეების დარგვას, მნიშვნელოვანია, შეირჩეს ისეთი კულტურები, რომლებიც გამოსადეგია მეწყერისა და ნიადაგის ეროზიის პრევენციის საკითხში.

თემა 5. გვალვა

გვალვა არის ნალექების ხანგრძლივი და მნიშვნელოვანი ნაკლებობა, ხშირად ჰაერის მაღალი ტემპერატურისა და დაბალი ტენიანობის დროს.

ძლიერი სიცხე ხასიათდება გარემომცველი ჰაერის საშუალო ტემპერატურის ანევით ცელსიუსის სკალით 10 და მეტი გრადუსით რამდენიმე დღის განმავლობაში. ამ დროს საშიშროებას წარმოადგენს ადამიანის დასიცხვა ანუ სხეულის ტემპერატურის 37.1 °C-ზე ზევით აწევა ან თერმორეგულაციის დარღვევა, როდესაც სხეულის ტემპერატურა 38 °C-ს აღწევს. ამგვარი კრიტიკული მდგომარეობა წარმოიქმნება ხანგრძლივი და ძლიერი დასიცხვის შედეგად, რამაც შეიძლება გამოიწვიოს მზის დაკვრა ან გულის ფუნქციონირების დარღვევა.

დასიცხვის სიმპტომებია: კანის განთლება, ლორწოვანი გარსის გამომშრება, ძლიერი წყურვილი. შესაძლოა გრძნობის დაკარგვა, გულის ცემისა და სუნთქვის შენელება.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. მოიმარაგეთ ჭურჭელი და საჭიროების შემთხვევაში წინასწარ გაავსეთ წყლით;
2. მოამზადეთ სიცხის პირობებისთვის შესაფერისი ტანსაცმელი, საყოფაცხოვრებო ელექტროხელსაწყოები (ვენტილატორები, კონდიციონერები);
3. თუ სოფელში იმყოფებით, მოაწყვეთ ფარდულები, ტალავერები, ჭები, აგრეთვე დარბები ფანჯრებისათვის. შეძლებისდაგვარად, შეიძინეთ ელექტროენერგიის ავტონომიური წყარო საყოფაცხოვრებო ელექტროხელსაწყოების ენერგიით უზრუნველსაყოფად;
4. ეკონომიურად ხარჯეთ წყალი;
5. უნდა იცოდეთ და ასწავლოთ თქვენი ოჯახის წევრებს, როგორ იმოქმედონ დასიცხვის დროს.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. მოერიდეთ მაღალი ტემპერატურის ზემოქმედებას;
2. ატარეთ ღია ფერის ჰაერგამტარი ტანსაცმელი (სასურველია ბამბის) და ქუდი. გახსოვდეთ, რომ დამწვარი კანი არ გამოყოფს ოფლს და ვერ გრილდება;
3. იარეთ აუჩქარებლად; ეცადეთ, უფრო ხშირად ჩრდილში იყოთ;
4. დასიცხვის დროს დაუყოვნებლივ გადადით ჩრდილში, გრილ ადგილას, ნიავეში, ან მიიღეთ შხაპი;
5. ნელ-ნელა დალიეთ ბევრი წყალი. ეცადეთ, გაიგრილოთ ტანი, რათა თავიდან აიცილოთ მზის დაკვრა;
6. გახსოვდეთ, რომ გვალვის დროს იზრდება ხანძრის ალბათობაც.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. თუ მზის დაკვრის შედეგად ვინმემ გრძნობა დაკარგა, მას უნდა ჩაუტარდეს სარეანიმაციო ღონისძიებები (გულის მასაჟი და ხელოვნური სუნთქვა);
2. დაუკავშირდით ხელისუფლების აგილობრივ ორგანოებს სტიქიური უბედურებისა და მოსახლეობისთვის დახმარების აღმოჩენის შესახებ ინფორმაციის მისაღებად.
3. მზად უნდა იყოთ, ვინაიდან უბედურება შეიძლება განმეორდეს.

შეკითხვები:

1. რა არის გვალვა?
2. როგორ ხასიათდება ძლიერი სიცხე? რა საშიშროება ექმნება ადამიანს ძლიერი სიცხის დროს? ჩამოთვალეთ დასაცხის სიმპტომები.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ჯგუფებად ჰყოფს და სთხოვს მოამზადონ პლაკატები გვალვამდე, გვალვის დროს და გვალვის შემდეგ მოქმედების წესების შესახებ. სამუშაოს დასრულების შემდეგ პლაკატებს აკრავენ დაფაზე და ჯგუფები აკეთებენ პრეზენტაციებს.

თემა 6. თოვლის ნამქერი

თოვლის ნამქერი არის დიდ თოვასთან დაკავშირებული ჰიდრომეტეოროლოგიური ხასიათის სტიქიური მოვლენა, როდესაც ქარის სიჩქარე აღწევს 150 კმ/სთ-მდე და ქარის შემთხვევაში თოვა 12 საათზე მეტ ხანს გრძელდება.

თოვლის ნამქერი და ქარბუქი საშიშროებას უქმნის მოსახლეობას. თოვლით იფარება გზები, დასახლებული პუნქტები და ცალკეული შენობები. თოვლის ნამქერის სიმაღლე შეიძლება 1 მეტრს, ხოლო მთიან რაიონებში - 5-6 მეტრს აღწევდეს. ქარბუქის და ნამქერის დროს შესაძლოა გზებზე ხილვადობის 20-50 მეტრის ფარგლებში შემცირება. აგრეთვე, შესაძლებელია შენობების და სახურავების ნაწილობრივი ნგრევა, ელექტროგადაცემის და კავშირგაბმულობის საჭიერო ხაზების განწყვეტა.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. თუ თქვენ მიიღეთ გაფრთხილება ძლიერი ქარბუქის შესახებ, მჭიდროდ დახურეთ ფანჯრები, კარი/კარები, სხვინი და სავენტილაციო მილები;
2. ფანჯრის მინებზე დააკარით ქალაქის ლენტები, დახურეთ დარბაზები;
3. მოამზადეთ წყლის და საკვების ორდღიანი მარაგი, მოიმარაგეთ მედიკამენტები, ავტონომიური განათების საშუალებები (ფარნები, ნავთის ლამპები, სანთლები), სამგზავრო ქურა, ბატარეებზე მომუშავე რადიომიმღები;
4. აალაგეთ აივნებიდან და ფანჯრის რაფებიდან ნივთები, რომლებიც ქარის ნაკადმა შეიძლება აიტაცოს;
5. ჩართეთ რადიომიმღები და ტელევიზორი ახალი მნიშვნელოვანი ინფორმაციის მისაღებად;
6. იყავით მზად ელექტროენერგიის შესაძლო გათიშვისათვის;
7. გადადით ნაკლებად მყარი ნაგებობებიდან უფრო მყარ შენობებში;
8. მოამზადეთ თოვლის ასაღები იარაღები.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. შენობიდან მხოლოდ განსაკუთრებულ შემთხვევაში შეიძლება გასვლა; შენობიდან მარტო გასვლა კი საერთოდ დაუშვებელია;
2. ავტომობილით მოძრაობა შეიძლება მხოლოდ დიდ გზებზე და გზატკეცილებზე;
3. მანქანიდან გადმოსვლისას არ გასცდეთ მანქანიდან ხილვადობის ფარგლებს;
4. თუ მანქანა გზაზე გაგიჩერდათ, მიეცით განგაშის სიგნალი ავტომობილის წყვეტილი საყვირით, ჩამოკიდეთ ანტენაზე კაშკაშა ფერის ქსოვილი, დახმარებას დაელოდეთ მანქანაში. ამასთანავე, ძრავა დატოვეთ ჩართული და მინა ოდნავ ჩაწიეთ მხუთავი აირით მოწამვლის თავიდან აცილების და ვენტილაციის მიზნით;
5. დასახლებული პუნქტის გარეთ ფეხით გადაადგილებისას თუ დაკარგეთ ორიენტაცია, თქვენი ადგილსამყოფელის დასაზუსტებლად შედით პირველსავე შემხვედრ სახლში და იქ დაელოდეთ ქარბუქის დამთავრებას;
6. ყურადღება და სიფრთხილე გამოიჩინეთ უცხო ადამიანებთან კონტაქტის დროს, ვინაიდან

სტიქიური უბედურებების დროს მკვეთრად მატულობს ავტომობილების, ბინების და სამსახურ-რეზერვი სათავსოების გაქურდვის შემთხვევები.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

1. თუ ძლიერი ნამქერის პირობებში აღმოჩნდით ბლოკირებულ შენობაში, ფრთხილად, პანიკის გარეშე გაარკვიეთ, არის თუ არა შენობიდან დამოუკიდებლად (იქ არსებული ხელსაწყოების და დამხმარე საშუალებების გამოყენებით) გამოსვლის შესაძლებლობა;
2. შეატყობინეთ პოლიციას ან დასახლებული პუნქტის ადმინისტრაციას ნამქერის მახასიათებლების შესახებ;
3. თუ დამოუკიდებლად თოვლის ნამქერის განმენდა ვერ ხერხდება, ეცადეთ, დაუკავშირდეთ სამაშველო სამსახურს;
4. ჩართეთ რადიომიმღები ან ტელევიზორი და შეასრულეთ ადგილობრივი ხელისუფლების მითითებები;
5. მიიღეთ ზომები სიტბოს შესანარჩუნებლად და სურსათის მარაგის ეკონომიურად ხარჯვისათვის;
6. სხეულის მოყინვის შემთხვევაში, გაითბეთ სხეულის მოყინული ნაწილი და მშრალი რბილი ქსოვილით დაიზილეთ, შემდეგ თბილ წყალში მოათავსეთ, ტემპერატურის თანდათანობით 40-45 გრადუსამდე გათბობით. თუ ტკივილმა გაიარა და, მგრძნობიარობა დაგიბრუნდათ, გაიმშრალეთ, ჩაიცვით თბილად და შეძლებისდაგვარად; შეეცადეთ მიმართოთ ექიმს.

აქტივობა 1.

დამრიგებელი მოსწავლეებს ჰყოფს ორ ჯგუფად და ავალებს, შეიმუშაონ გეგმა, როგორ უნდა იმოქმედონ თოვლის ნამქერის დროს, როდესაც იმყოფებიან სახლში და როდესაც იმყოფებიან გამ-ლილ ადგილას.

გეგმაში უნდა აისახოს შემდეგი ინფორმაცია:

1. როგორ უნდა მოიპოვონ საჭირო ინფორმაცია?
 2. რა ნიშნებით შეიძლება ამოიცნონ კატასტროფა?
 3. როგორ უნდა მოიქცნენ ზიანის შესამცირებლად?
 4. რა ნივთების ქონა დაეხმარებოდათ მათ კატასტროფის დროს ზიანის შესამცირებლად?
 5. ვის შეიძლება დაუკავშირდნენ ამ დროს? აქვთ თუ არა შესაბამისი სამსახურების ტელეფონები?
- დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, დაასაბუთონ პასუხები. მოსწავლეებს გეგმა გადააქვთ პლაკატზე და აკეთებენ პრეზენტაციებს/განიხილავენ თითოეულ საკითხს.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს აძლევს ჯგუფურ დავალებას, შეადგინონ გეგმა, თუ რა პრევენცი-ულ ღონისძიებებს გაატარებდნენ, რისკის შემცველ ზონაში რომ უწევდეთ ცხოვრება, ან რას მოი-მოქმედებდნენ ასეთ ადგილას მოხვედრის შემთხვევაში.

მოსწავლეები გეგმას შემდეგი საკითხების მიხედვითადგენენ:

1. რა პრევენციული ღონისძიებების გატარებას ურჩევდით ოჯახის წევრებს კატასტროფამდე?
 2. როგორ უნდა მოიქცეთ თოვლის ნამქერში მოყოლისას?
- მოსწავლეები აკეთებენ პრეზენტაციას კლასში.

IX კლასი

თემა 1. ვულკანი

ვულკანი არის დედამიწის ზედაპირზე (ლითოსფეროში) გეოლოგიური წარმონაქმნი, ძირითა-დად კონუსური მთა, რომლის მწვერვალზე გაჩენილი კრატერიდან დროდადრო ან მუდმივად ამოიფ-რქვევა გამდნარი ქანები (ლავა), გახურებული გაზები და ფერფლი.

ვულკანური რელიეფი კარგად გამოხატული რამდენიმე ნაწილისგან შედგება. მათგან ყველაზე თვალსაჩინოა ვულკანური კონუსი და კრატერი (ზედა ნაწილზე არსებული წრიული ჩაღრმავება), რომლის შიგნით ვულკანის კერა და ყელი მდებარეობს. ვულკანიდან ნივთიერება სამ აგრეგატულ მდგომარეობაში ამოიფრქვევა: თხევადი (ლავა), მყარი (ვულკანური ფერფლი, მტვერი, ტალახი და ქვები) და გაზობრივი (წყლის ორთქლი, ნახშირორჟანგი). გავრვარებული ლავა სწრაფად მოძრაობს ვულკანის მთის ფერდობზე, ანადგურებს ფლორასა და ფაუნას, საშიშროებას უქმნის დასახლებებს.

ვულკანის ამოფრქვევამ შეიძლება გამოიწვიოს მიწისძვრა, ცუნამი, წყალმოვარდნა და მეწყერი.

ვულკანების გავრცელების არეალი, ძირითადად, დედამიწის ფილების საზღვრებს და ახალგაზრდა ნაოჭა მთებს ემთხვევა. ფილები მოძრაობს სხვადასხვა სისწრაფით 1-დან 18 სმ-მდე წელიწადში. სწორედ ფილების მოძრაობა და თხევად მანტიაზე დანოლა ინვეს ვულკანების ამოფრქვევას.

დედამიწაზე 1300-მდე ვულკანია. მათგან 500 აქტიურია. ვულკანის გავრცელების არეალი უკავშირდება, მიწისძვრების გავრცელებას, სადაც ასევე ერთმანეთს ესაზღვრება დედამიწის ფილები. მიწისძვრების თუ ვულკანების რაოდენობით გამოირჩევა „ცეცხლოვანი რკალი“. მაგალითად, ჰავაის კუნძულები, რომლებიც შუაგულ წყნაროკეანურ ფილაქანზეა განლაგებული და არა საზღვარზე, ვულკანური აქტივობით გამოირჩევა. ამ ტერიტორიებზე, რა თქმა უნდა, არ ცხოვრობს მსოფლიოს მოსახლეობის უმეტესობა, თუმცა, საჭიროა გარკვეული ინფორმაციის ფლობა, თუ გადანწყვეტთ ეს ადგილები მოინახულოთ. მიუხედავად იმისა, რომ კავკასიონის მთათა სისტემისთვის დამახასიათებელია აქტიური გეოლოგიური პროცესები და ის ახალგაზრდა ნაოჭა მთებს წარმოადგენს, აქ მხოლოდ ჩამქრალი ვულკანები გვხვდება.

მოქმედების წესები კატასტროფამდე:

1. უნდა ვიცოდეთ, რომ მაღალი რისკის ზონაა ვულკანისგან 65 კმ-ის რადიუსში მდებარე ტერიტორიები. ვულკანისგან მოშორებული ტერიტორიები ნაკლებად შეიცავს საფრთხეს და მისი აქტივაციის შემთხვევაში მეტი დროა განსარიდებლად;
2. საფრთხე შეიძლება იყოს შემდეგი სახის: ლავა, რომელიც მიმდებარე ტერიტორიაზე ყველაფერს წვავს და ანადგურებს; ქვები, რომლებიც შესაძლოა 30 კმ-ზეც კი იყოს გატყორცნილი და ფერფლი, რომელიც ბევრად უფრო ვრცელ არეალზე გვხვდება. ეს კი ინვეს ფრენების შეფერხებას (მაგ.: ისლანდია), ხილვადობის შემცირებას, მცენარის საბარის ს დაზიანებას, ა.შ;
3. ეკონომიკურად განვითარებულ ქვეყნებში ვულკანის ამოფრქვევის შესახებ არსებობს წინასწარი შეტყობინებების პრაქტიკა, რაც ამცირებს ვულკანის მიერ მიყენებულ ზარალს;
4. საფრთხის შემცველ ზონაში საჭიროა დამატებითი ფილტრის ქონა, როგორც ავტომობილისთვის, ასევე სახლის ვენტილაცია-გათბობისთვის;
5. საჭიროა შესაფუთი ცელოფნის/პოლიეთილენის ქონა, რათა საჭიროების შემთხვევაში შეფუთო და დაიცვა კომპიუტერი და სხვა ელექტროტექნიკა.
6. საჭიროა საკვებისა და წყლის მარაგის ქონა;
7. საჭიროა ოჯახის ყველა წევრისთვის ნიღბის ქონა სუნთქვისას ფილტვების დასაცავად;
8. გაარკვიეთ, არსებობს თუ არა განგაშის სისტემა, სადაც იმყოფებით და როგორ მოქმედებს;
9. უმჯობესია ევაკუაციისთვის წინასწარ შეარჩიოთ ამაღლებული მყარი ადგილი, რადგან ამ დროს დიდია წყალდიდობის ალბათობა;
10. საჭიროა ოჯახის წევრებთან ერთად წინასწარ განსაზღვროთ ადგილი და დრო, სადაც/როდესაც შეძლებთ მათთან შეხვედრას კატასტროფის შემდეგ.

მოქმედების წესები კატასტროფის დროს:

1. ვულკანის ამოფრქვევის დროს საჭიროა დაბალ/დადაბლებულ ადგილს გამოვლით, რადგან ის მაღალი საფრთხის შემცველია;
2. თუკი საყოველთაო ევაკუაცია მიმდინარეობს, საჭიროა მისდით ოფიციალურ ინსტრუქციებს;
3. წაიღეთ აუცილებელი ნივთები (პირველადი სამედიცინო დახმარების საგნები, ფანარი, რადიო, ნიღბი) და საკვები/სასმელი;
4. ჩაიცვით გრძელსახელოანი და გრძელტოტებიანი სამოსი, დაიხურეთ ქუდი, გაიკეთეთ ნიღბი;

- ევაკუაციის დროს ხეობაში და ხიდზე ყურადღების მოდუნება არ შეიძლება, რადგან არსებობს ღვარცოფი, ან წყალდიდობის საფრთხე. სწრაფად გაშორდით ამგვარ ადგილებს;
- თუ ევაკუაცია არ ხერხდება, მოძებნეთ უფრო უსაფრთხო თავშესაფარი მყარი შენობის ან ოთახის სახით. ჩაკეტილ ყველა ფანჯარა და კარი. ეცადეთ, არ შემოვიდეს სახლში ფერფლი. ადით მაღალ სართულზე, რადგან შესაძლებელია კატასტროფის დროს შენობის ქვედა ნაწილში მომწამლავე გაზები დაგროვდეს.

მოქმედების წესები კატასტროფის შემდეგ:

- ვულკანის ამოფრქვევის შემდეგ კვლავ არსებობს მისი განმეორების საფრთხე. ვულკანმა, შესაძლოა, ხანგრძლივად გადააქციოს ადგილი დაუსახლებელად/ყოფისათვის უვარგისად;
- დაელოდეთ ინფორმაციას რადიოსა თუ ტელევიზიით;
- დატოვეთ კარ-ფანჯარა ჩაკეტილი;
- თუკი შენობის დატოვება გინევთ, საჭიროა გეცვათ გრძელსახელოიანი და გრძელტოტებიანი ტანისამოსი, გეკეთოთ ნილაბი და დამცავი სათვალე;
- მორწყეთ ეზო, რათა ფერფლმა ნაკლებად იტრიალოს ჰაერში;
- მოიკითხეთ მეზობლები, გაიგეთ, ვინმეს დახმარება ხომ არ ესაჭიროება;
- მტვერსასრუტით ან სველი წესით ხშირად წმინდეთ ოთახები.

შეკითხვები:

- როგორი სახის ამოფრქვევისგან იცავს ფილტრები ავტომობილებსა და ვენტილაციას? დაასაბუთეთ პასუხი;
- რატომ არის მნიშვნელოვანი ნილბის ტარება?
- რატომ უნდა შეაფაროთ თავი ამაღლებულ ადგილს?
- რატომ არის უფრო მეტად საშიში ვულკანის ამოფრქვევისას ხიდზე ყოფნა?

აქტივობა 1.

დამრიგებელი კლასს ორ ჯგუფად ჰყოფს. პირველი ჯგუფი მუშაობს კატასტროფის დროს მოქმედების წესებსზე; მეორე ჯგუფი – კატასტროფის შემდეგ ქცევის აუცილებელ წესებსზე. სკოლაში იფინება უსაფრთხოების წესები.

აქტივობა 2.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთავაზობს რისკის სკალას. 1 არის ყველაზე დაბალი რისკის შემცველი, 5 - ყველაზე მაღალის; მასწავლებელი მოსწავლეებს სთავაზობს სიტუაციებს, რომელთაც მათ უნდა მიაჩნოთ რისკის სკალის შესაბამისი ქულები და დაასაბუთონ არჩევანი:

	სიტუაცია	1	2	3	4	5
1	ვულკანის ამოფრქვევის მოლოდინში ოკეანის სანაპიროსთან ყოფნა					
2	ვულკანის ამოფრქვევის მოლოდინში ხიდზე ყოფნა					
3	ამაღლებულ, მყარ ადგილზე მდგარი სახლისთვის თავის შეფარება					

თემა 2. კლიმატის ცვლილება

კლიმატის ცვლილება და გამომწვევი მიზეზები:

კლიმატის ცვლილებას მეცნიერებმა მე-20 საუკუნის 70-იან წლებში მიაქციეს ყურადღება, როდესაც დაფიქსირდა საშუალო წლიური ტემპერატურის აწევის ტენდენცია. მრავალი მეცნიერი მთავარ გამომწვევ მიზეზად ინდუსტრიული საქმიანობის შედეგად ატმოსფეროში გამოფრქვეულ აირებს ე.წ. სათბურის აირებს (ნახშირორჟანგი, აზოტის ქვეყანგი, მეთანი, ჰიდროფტორქვეყანგი) მიიჩნევს. ატმოსფეროშიმართი მზარდი რაოდენობით გაფრქვევა ხელს უშლის დედამიწის ზედაპირიდან სითბოს კარგვას, რაც, თავის მხრივ, იწვევს ატმოსფეროს ქვედა ფენებში ტემპერატურის მატებას. ზოგიერთი მეცნიერი კი დღესაც მიიჩნევს, რომ დათბობა ბუნებრივი მიზეზებით არის გამოწვეული; ამგვარი მიზეზებია ვულკანების ამოფრქვევა, და მზის აქტივობის ზრდა.

სათბური აირების კონცენტრაციის ზრდას განსაკუთრებით ხელს უწყობს წიაღისეული საწვავის (ქვანახშირი, ნავთობი, ბუნებრივი აირი) მზარდი მოხმარება. მე-20 საუკუნის ბოლოს ინდუსტრიალიზაციის და სატრანსპორტო სისტემის სწრაფი განვითარების კვალდაკვალ იზრდება ჰაერის სათბურის აირებით დაბინძურება. უნდა აღინიშნოს, რომ ინდუსტრიალიზაცია იწვევს ავტომობილების, თვითმფრინავების, თბოელექტროსადგურების, ქარხნების თუ გადამამუშავებელი ფაბრიკების რაოდენობის ზრდას. მათი მოქმედებისთვის კი სულ უფრო მეტი რესურსის მოპოვება არის საჭირო, ეს კი სათბური გაზების კონცენტრაციას კიდევ უფრო ზრდის.

ამას გარდა, ნაგავსაყრელებზე ნარჩენების დატკეპნისას, მათგან გამოიდევენ ჰაერი, რაც ანაერობულ (უჟანგბადო) გარემოს წარმოქმნის, სადაც უკვე ლპობის შედეგად წარმოიქმნება და ჰაერში გაიფრქვევა მეთანი. ამას ემატება მესაქონლეობის ნარჩენები, ბრინჯის პლანტაციები, რომლებიც ასევე მეთანის წყაროა. ამდენად, მხოლოდ ნახშირორჟანგი არ წარმოადგენს სათბური აირების წარმოქმნის წყაროს. მეთანის დღევანდელი კონცენტრაცია ატმოსფეროში კაცობრიობის განვითარების მანძილზე ნებისმიერ მონაკვეთში არსებულზე მაღალია.

ამას ემატება მოსახლეობის რიცხვის ზრდა (მოსახლეობის რაოდენობამ 7 მილიარდს გადააჭარბა), რაც ზრდის რესურსებზე მოთხოვნილებას. იზრდება არა მხოლოდ საწვავის მოხმარება, არამედ ტყის ჭრაც რაც საბოლოო ჯამში დედამიწის ეკოლოგიურ წონასწორობაზე უარყოფითად აისახება. მართალია, გარკვეული მოცულობის ნახშირორჟანგი მცენარეებისა და ოკეანის მიერ შთაინთქმება, მაგრამ ბალანსი დარღვეულია და თანამედროვე მსოფლიო დედამიწას თვითაღდგენის უნარზე გაცილებით უფრო მეტს გამოიმუშავებს.

ტემპერატურის მატებას თან სდევს აორთქლების გაძლიერებაც, შესაბამისად, ნალექების რაოდენობაც იმატებს. გარკვეული ტერიტორიებისთვის ამან შესაძლოა დადებითი ცვლილებებიც კი გამოიწვიოს, მაგრამ, ძირითადად, გახშირდება წყალდიდობებისა და წყალმოვარდნების რაოდენობა და მათგან მიყენებული ზარალიც გაიზრდება.

კლიმატის ცვლილების უარყოფითი შედეგები:

1. მყინვარების დნობა;
2. ეკოსისტემების შეცვლა;
3. გაუდაბნოებული ფართობების მომატება და მცენარეული საფარის შემცირება; მრავალი სახეობის გაქრობა;
4. არიდული მიწის ფართობების ზრდა, ოკეანის დონის აწევა და, შესაბამისად, სანაპირო ზოლების თუ მცირე კუნძულების დატბორვა;
5. დაავადებების გავრცელების არეალის ზრდა;
6. ეკომიგრაცია და თანმდევი დამატებითი ხარჯები ნებისმიერი სახელმწიფოსთვის;
7. გახშირებული ბუნებრივი კატასტროფები (ძლიერი ქარები, შტორმები, სანაპირო ზოლების დატბორვა, წყალდიდობები, წყალმოვარდნები, ა.შ.) და ექსტრემალური ტემპერატურები;
8. სოფლის მეურნეობაში მოსავლიანობის შემცირება და შიმშილობა.

კლიმატის ცვლილების შემარბილებელი ღონისძიებები: მსოფლიოს ქვეყნები ცდილობენ იზოვონ გამოსავალი და შეარბილონ კლიმატის ცვლილების შედეგები. სწორედ ამიტომ, 1997 წელს

კიოტოში (იაპონია) განისაზღვრა კლიმატის ცვლილების წინააღმდეგ ბრძოლის გზები და ხელი მო-
ენერა სათბურის აირების შემცირების შესახებ შეთანხმებას. განსაკუთრებული პასუხისმგებლო-
ბა განვითარებულ ქვეყნებს დაეკისრათ, რადგან სწორედ ისინი არიან რესურსების ყველაზე დიდი
მომხმარებლები. დღეისთვის კიოტოს პროტოკოლი რატიფიცირებულია 187 ქვეყნის მიერ. ამ დო-
კუმენტის მიზანია, კლიმატის ცვლილების წინააღმდეგ ბრძოლა ემისიების შემცირებით, ატმოსფე-
როში სათბურის აირების კონცენტრაცია უნდა დასტაბილურდეს იმ დონეზე, რომელიც დედამიწის
კლიმატისთვის საშიში არ იქნება. ქვეყნებმა აიღეს ვალდებულება, შეამცირონ სათბურის გაზების
ატმოსფეროში გაფრქვევა 1990 წელს არსებულ დონეზე. საქართველო კიოტოს პროტოკოლს 1999
წელს მიუერთდა.

კლიმატის ცვლილება და საქართველო: ერთი შეხედვით, საქართველოს წილი მსოფლიო ემი-
სიაში მცირეა და მხოლოდ 0,01% შეადგენს. მიუხედავად ამისა, კლიმატის ცვლილების შედეგები
საქართველოში მაინც მძაფრად წარმოჩნდება. ამის მიზეზია საქართველოში არსებული ენერგოკ-
რიზისი (მე-20 საუკუნის 90-იანი წლები), რომლის შედეგადაც გაიკაფა ტყეები. ამის გამო გახშირდა
ბუნებრივი კატასტროფები. ჩვეულებრივ მოვლენად იქცა ძლიერი, ხანგრძლივი წვიმები, გახშირდა
მეწყერები, წყალმოვარდნები, ზვავები, წყალდიდობები. რამდენიმე ადგილას შეიმჩნევა გაუდაბნო-
ების პროცესები გახშირებული კატასტროფებით განსაკუთრებით ზიანდება სასოფლო-სამეურნეო
პროდუქტების მწარმოებელი დედოფლისწყაროს, სიღნაღის თუ საგარეჯოს მუნიციპალიტეტები. აქ
ნალექების რაოდენობა შემცირებულია და გაზრდილია გვალვების სიხშირე. გაუდაბნოების პროცე-
სი ამ ტერიტორიებს (უდაბნო, ტარიბანა, ნატბეური, დიდი შირაქი, პატარა შირაქი) ძლიერ ცვლის
და გამოუყენებელს ხდის. მიგრაციული პროცესები გახშირებულია მაღალმთიანი აჭარიდან, სადაც
მეწყრული პროცესებია გახშირებული. ამ ტერიტორიებიდან უკანასკნელი 15 წლის მანძილზე 10000
ეკო-მიგრანტი გადასახლდა სხვა მხარეებში.

კლიმატის ცვლილება, სითბოსა და ნალექების მატება იწვევს დაავადებების (ლეიშმანიოზი
და მალარია) შემთხვევების ზრდას. განსაკუთრებული რისკის ჯგუფს ბავშვები და მოხუცები წარ-
მოადგენენ.

თუ კლიმატის ცვლილება იმავე ტემპით გაგრძელდება, 2100 წელს აღმოსავლეთ საქართვე-
ლოში საშუალო წლიური ტემპერატურა $3,5^{\circ}\text{C}$ -ით მოიმატებს, ხოლო ნალექები 6%-ით შემცირდება,
დასავლეთში კი ტემპერატურა $4,1^{\circ}\text{C}$ -ით გაიზრდება, ხოლო ნალექიანობა 14%-ით შემცირდება.

აქტივობა 1.

გონებრივი იერიში:

დამრიგებელი გაკვეთილის დაწყებამდე სთხოვს მოსწავლეებს გამოთქვან თავიანთი მოსაზრე-
ბები კლიმატის ცვლილების შესახებ; რა სმენიათ ამის შესახებ? რა უარყოფითი შედეგები მოჰყ-
ვება კლიმატის ცვლილებას? „მოხალისე“ მოსწავლე დაფაზე აფიქსირებს თანაკლასელების მიერ
გამოთქმული აზრების ჩამონათვალს. სავარჯიშოს დასრულების შემდეგ დამრიგებელი ესაუბრება
მოსწავლეებს კლიმატის ცვლილებაზე, მის გამომწვევ მიზეზებსა და უარყოფითი შედეგებზე.

აქტივობა 2.

მოსწავლეები წინასწარ გამზადებულ ბარათებზე წერენ თავიანთი აზრებს კლიმატის ცვლი-
ლების გამომწვევ მიზეზებთან დაკავშირებით და ათავსებენ ასევე წინასწარ გამზადებულ „იდეე-
ბის ყუთში“. მიზეზების მოსაფიქრებლად 15 წუთი ეძლევათ. ამ პროცედურის შემდეგ ყუთი იხსნება,
მოსწავლეთა იდეები დაფაზე იწერება და ხდება ერთობლივი განხილვა.

აქტივობა 3.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს მცირე ჯგუფებად და სთავაზობს, მოამზადონ ილუსტრირებული
პლაკატები კლიმატის ცვლილების უარყოფითი შედეგების შესახებ. სამუშაოსთვის მოსწავლეებს 30
წუთი ეძლევათ. დასრულების შემდეგ ხდება პლაკატების გამოფენა და თითოეული ჯგუფის მიერ
არჩეული ლიდერი აკეთებს მცირე პრეზენტაციას.

აქტივობა 4.

დამრიგებელი მოსწავლეებს სთხოვს, მოიძიონ ინფორმაცია კლიმატის ცვლილების შემარბილებელი ღონისძიებების შესახებ და მოემზადნონ შემდეგი შეკითხვებისთვის:

1. რა იცით კლიმატის ცვლილების შემარბილებელი ღონისძიებების შესახებ?
2. რა არის კიოტოს პროტოკოლი და რას ისახავს მიზნად?
3. რამდენმა ქვეყანამ მოახდინა კიოტოს პროტოკოლის რატიფიცირება?
4. როდის მიუერთდა საქართველო კიოტოს პროტოკოლს?

აქტივობა 5.

გონებრივი იერიში: რა გავლენა აქვს კლიმატის ცვლილებას საქართველოზე? იდეების ჩამონათვალს დამრიგებელი დაფაზე წერს და განიხილავს ჯგუფთან ერთად.

აქტივობა 6.

დისკუსია: დამრიგებელი დაფაზე წერს შემდეგ წინადადებას: „ტემპერატურის მატებამ შესაძლოა დადებითი ცვლილებებიც გამოიწვიოს“ და სთხოვს თითოეულ ჯგუფს, იმსჯელოს ამ საკითხზე.

თემა 3. გუნებრივი კატასტროფები

ბოლო ათწლეულის მანძილზე ყოველწლიურად, დაახლოებით, 240 მილიონი ადამიანი ზარალდება სტიქიური მოვლენებით გამოწვეული კატასტროფებისაგან, ხოლო ეკონომიკური ზარალი 90 მილიარდ აშშ დოლარს აღწევს. სტატისტიკური მონაცემებით, უკანასკნელი 30 წლის განმავლობაში მსოფლიოში ბუნებრივი კატასტროფების სიხშირე გასამმაგებულია.

2005 წლის იანვარში, იაპონიის ქალაქ კობეში, კატასტროფების შემცირების საკითხებისადმი მიძღვნილი მსოფლიო კონფერენციის დროს, 168 ქვეყნის მთავრობამ მიიღო ჰიოგოს სამოქმედო პროგრამა, რომელიც მსოფლიოში სტიქიური მოვლენებით გამოწვეული კატასტროფების რისკის შემცირებას ისახავს მიზნად (ჰიოგო წარმოადგენს ქალაქ კობეს პრეფექტურას). ჰიოგოს პროგრამის ამოცანაა 2015 წლისათვის სტიქიური უბედურებებით გამოწვეული ზიანის, კერძოდ კი, ადამიანთა მსხვერპლის და ქვეყნების სოციალური, ეკონომიკური და ეკოლოგიური რესურსების განადგურების რისკის მნიშვნელოვნად შემცირება.

კატასტროფის პრევენცია და შემარბილებელი ზომები არის ის ზომები, რომლებიც შეგვიძლია მივიღოთ კატასტროფის თავიდან ასაცილებლად ან, თუკი ის მაინც მოხდა, მაქსიმალურად შევამციროთ მისგან მიყენებული ზიანი. ჩვენ არ შეგვიძლია შევაჩეროთ სტიქიური მოვლენების უმეტესობა, მაგრამ შეგვიძლია შევამციროთ, მაგალითად, მიწისძვრით ან გრიგალით გამოწვეული ზიანი, თუ უფრო მდგრად შენობებს ავაშენებთ მყარ ნიადაგზე და გამოვიყენებთ სათანადო ტექნოლოგიებს.

პრევენცია და შემარბილებელი ზომების მიღება იწყება, როდესაც:

- ✓ ვაცნობიერებთ, თუ რა რისკების წინაშე დგას ჩვენი მოსახლეობა;
- ✓ ჩვენი ოჯახის წევრებთან ან მეზობლებთან ერთად ვგეგმავთ, თუ როგორ შევამციროთ რისკი და როგორ ავიცილოთ თავიდან ზიანი;
- ✓ რეალურად ვახორციელებთ ჩვენი მოწყვლადობის შესამცირებლად დასახულ გეგმას.

ჩვენ ვერ შევაჩერებთ სტიქიურ მოვლენას, მაგრამ შეგვიძლია მისგან მიყენებული ზიანი შევამციროთ, თუ უკეთ გვეცოდინება მისი გამომწვევი მიზეზები და ზიანის პრევენციის ან შემცირების გზები. იმის გამო, რომ კატასტროფები ხშირად ადამიანების მიერ არის გამოწვეული, ბუნებრივი მოვლენის საზიანო შედეგების თავიდან ასაცილებლად ან შესამცირებლად საჭიროა გამოვასწოროთ ის, რასაც არასწორად ვაკეთებთ. თითოეული ადამიანი უნდა იცნობდეს თავის საცხოვრებელ გარემოს: როგორც ბუნებრივს, ასევე ადამიანის მიერ შექმნილს.

როდესაც არსებობს საფრთხე, ვიცით არსებული რეალობა (პრობლემატიკის- მოწყვლადობის ჩათვლით) და შესაძლებლობები, შეგვიძლია განვსაზღვროთ რისკის ფაქტორი, რომელიც შეიძლება დავიტანოთ რუკაზე ან მცირე გეგმაზე. ეს შეიძლება გაკეთდეს მარტივად, მარკერისა და სლაიდეს-

კოპის გამჭირვალე ფურცელის მეშვეობით უკვე არსებულ რუკაზე, გეგმაზე ან ელექტრონულ ფორმატში Iშ (გეოინფორმაციული მართვის) სისტემის გამოყენებით.

რისკების რუკა წარმოადგენს დასახლების გეგმას ან მოდელს, რომელზეც აღნიშნულია მისი ყველა მნიშვნელოვანი ობიექტი, მაგალითად, საგანგებო სამსახურები, სკოლები და საავადმყოფოები, გამგეობა და სხვა მნიშვნელოვანი შენობები, აგრეთვე სასოფლო-სამეურნეო მიწები და პარკები. რუკაზე დატანილია პოტენციურად საშიში ადგილები ან საზღვრები (მაგ., წყალდიდობის ზონები, მიწისძვრის ზონები, შესაძლო მენყერის ადგილები, ვულკანი და ა.შ.) და თითოეული ზემოხსენებული ობიექტის საფრთხის ხარისხი (მცირედი დაზიანების საფრთხე, მნიშვნელოვანი დაზიანების საფრთხე ან სრული განადგურების საფრთხე).

როდესაც კონკრეტულ ტერიტორიაზე მოსალოდნელი საფრთხეები ბევრია, ამ შემთხვევაში ხდება ე.წ. შრეების დადება არსებულ გეგმაზე, რუკაზე, გამჭირვალე ფურცლების მეშვეობით, რომელზეც დატანილია საფრთხეები და ვილებით ამათუ იმ საფრთხის საზღვრებს; იგივე ხდება პროფესიონალურ დონეზე ელექტრონულ რუკებზე Iშ-ის გამოყენებით.

რისკების რუკა გვეხმარება ჩვენი დასახლების წინაშე მდგარი საფრთხეებსა და რისკების გარკვევაში. იგი მოქმედებისკენ უბიძგებს ყველას, რათა თავიდან ავიცილოთ კატასტროფა ან შევამციროთ მის მიერ მიყენებული ზიანი. მაგალითად, რუკაზე შეიძლება ნაჩვენები იყოს სკოლა ან სხვა მნიშვნელოვანი შენობა, რომელიც მენყერის მაღალი რისკის ზონაში მდებარეობს. გარდა ამისა, ასეთი რუკა დაგვეხმარება მომზადებულნი დავხვდეთ მოსალოდნელ საგანგებო სიტუაციას.

შეკითხვები:

1. რას ნიშნავს კატასტროფის პრევენცია და შემარბილებელი ზომები?
2. რა არის რისკების რუკა და რაში გვეხმარება ის?
3. რა არის ჰიოგოს სამოქმედო პროგრამა და რას ისახავს ის მიზნად?

აქტივობა 1.

ჯგუფური პროექტი: „დასახლების რისკების რუკის შედგენა“.

დამრიგებელი კლასს ოთხ-კაციან ჯგუფებად ჰყოფს და აძლევს დავალებას, რომლის შესასრულებლად ჯგუფებს ორი კვირა ეძლევათ. დავალების შესრულების შემდეგ ჯგუფები აკეთებენ პრეზენტაციებს.

აქტივობა 2.

ამოკითხეთ წიგნებიდან და ძველი გაზეთებიდან ან ჰკითხეთ უფროსებს, თუ რა მნიშვნელოვანი საფრთხეების წინაშე აღმოჩნდა თქვენი დასახლება წარსულში. დაადგინეთ, რა ადგილებია ყველაზე საშიში წყალდიდობის, მიწისძვრის, მენყერის და შტორმის დროს.

შეკითხვები:

1. რა კატასტროფები მომხდარა ამ ადგილებში ადრე? როდის?
2. რა მოიმოქმედა მოსახლეობამ?
3. რა უნდა გაკეთდეს მომავალში კატასტროფის თავიდან ასაცილებლად? ვინ არიან თქვენს თემში ის ადამიანები და ორგანიზაციები, რომლებსაც ამ საქმეში დახმარება შეუძლიათ?

რუკაზე დაიტანეთ ყველაზე მნიშვნელოვანი შენობები: სკოლა, ადგილობრივი გამგეობის შენობა, საავადმყოფო, სახანძრო სადგური, პოლიციის განყოფილება და საცხოვრებელი სახლები. აგრეთვე დაიტანეთ საფრთხის შემცველი ნაგებობები, მაგალითად, ქარხანა, კაშხალი, ელექტროსადგური, მოძველებული და გასამაგრებელი შენობები. თითოეული ტიპის შენობის აღსანიშნავად განსხვავებული სიმბოლო გამოიყენეთ. რუკაზე გადაიტანეთ ყველა გზა, მდინარე, ელექტროგადამცემი ხაზები, წყალმომარაგების და კანალიზაციის სისტემები და ნაგავსაყრელები. თითოეული ასეთი ადგილი სხვადასხვა ფერით აღნიშნეთ.

მიუთითეთ, თუ რამდენად დიდია შენობის დაზიანების საფრთხე (მცირედი დაზიანების საფრთხე, მნიშვნელოვანი დაზიანების საფრთხე ან სრული განადგურების საფრთხე). გამოიყენეთ სხვადასხვა ფერი ან სიმბოლო რისკის დონის ან ტიპის (მაგალითად, წყალდიდობის ან მენყერის რისკის)

აღსანიშნავად. დაადგინეთ, სად ცხოვრობენ ის ადამიანები, რომლებსაც კატასტროფის შემთხვევაში ყველაზე მეტად დასჭირდებათ დახმარება. აღნიშნეთ სკოლები, საავადმყოფოები და საბავშვო ბაღები.

განიხილეთ თქვენს დასახლებაში რისკების შემცირების და კატასტროფების თავიდან აცილების სხვადასხვა შესაძლო ღონისძიება. რა შეგიძლიათ გააკეთოთ თქვენ და თქვენმა რეგიონმა/ქალაქმა/სოფელმა?

აქტივობა 2.

დამრიგებელი კლასს ჰყოფს მცირე ჯგუფებად და ახსენებს, რომ არსებობს სხვადასხვა ტიპის საფრთხეები. ზოგი მათგანი ბუნებრივია, ზოგი-ადამიანის მიერ გამოწვეული (ანთროპოგენული). შემდეგ სთხოვს მოსწავლეებს 15 წუთის განმავლობაში მოიფიქრონ და „ფლიპჩარტზე“ ჩამოწერონ, თუ რა პირობებში იქცევა ეს საფრთხეები კატასტროფად.

აქტივობა 3.

დებატები: დამრიგებელი კლასს ორ ჯგუფად ჰყოფს და აძლევს 15 წუთს მოსაფიქრებლად შემდეგ თემაზე: „რა მიზეზებით ხდება კატასტროფები? ბუნებრივი თუ ადამიანის მიერ გამოწვეული?“ პირველ ჯგუფს დავალებად ეძლევა მოიყვანონ არგუმენტები, რომ კატასტროფები ხდება ბუნებრივი მიზეზებით, მეორე ჯგუფს კი – ადამიანის მიერ გამოწვეული მიზეზებით. იმართება დებატები, რომლის დასრულების შემდეგაც, დამრიგებელი დამხმარე მასალის გამოყენებით აკეთებს შემაჯამებელ დასკვნას.

ტერმინთა განმარტება

ანორექსია – კვების რეჟიმის დარღვევა, რომელსაც ახასიათებს აკვიატებული იდეები გახდომასთან დაკავშირებით და არაადეკვატური თვითშეფასება.

გენდერი – სქესთან დაკავშირებული, კულტურით ჩამოყალიბებული წარმოდგენები და მოლოდინები.

ევაკუაცია – საფრთხის შემცველი გარემოდან ადამიანების გამოყვანის იძულებითი, ორგანიზებული პროცესი.

თვითშეფასება – ადამიანის მიერ საკუთარი უნარების, ღირებულებებისა და მნიშვნელობის შეფასება.

იდეალი – რეალობის სრულყოფილი ხატი, რომელიც მოზარდის ქცევის რეგულატორი და სხვა ადამიანთა შეფასების კრიტერიუმი ხდება.

იდენტობა – პიროვნების მთლიანობა, პიროვნული თუ სოციალური როლისადმი საკუთარი მიკუთვნებულობის გაცნობიერება. გადანწყვეტილების მიღება საკითხთან დაკავშირებით „ვინ ვარ? როგორი ვარ?“

იმიჯი – გარეგნული სახე, რომლითაც პიროვნება ან ორგანიზაცია საზოგადოების წინაშე წარსდგება.

კომპრომისი – შეთანხმების მიღწევა ურთიერთდათმობის გზით.

კულტურა – ადამიანთა ჯგუფის ცხოვრების სტილი, რომლიც ერთი თაობიდან მეორეში კომუნიკაციის მეშვეობით გადაიცემა. იგი მოიცავს ჯგუფის მრწამსს, ღირებულებებს, ენასა და ხელოვნების ნიმუშებს.

მიმიკა – ემოციებით გამოწვეული სახის კუნთების მოძრაობა.

მოზარდთა სუბკულტურა – მოზარდების ღირებულებები და ცხოვრების სტილი, რომელიც უპირისპირდება მოზრდილი ადამიანების ღირებულებებსა და ცხოვრების სტილს.

სტერეოტიპი – ფიქსირებული წარმოდგენა ჯგუფის შესახებ, რომლის მეშვეობითაც ხდება მოცემული ჯგუფის კონკრეტული წევრების აღქმა. არსებობს სტერეოტიპები ეროვნების, სხვადასხვა პროფესიის წარმომადგენლების, რელიგიური ჯგუფების და სხვათა მიმართ. სტერეოტიპები შეიძლება იყოს როგორც დადებითი, ისე უარყოფითი.

ჟესტი – სხეულის მოძრაობა, პოზა, რომელიც კულტურული ტრადიციების გათვალისწინებით გარკვეული ინფორმაციის მატარებელია.

წარმოსახული აუდიტორია – მოზარდის წარმოდგენა იმასთან დაკავშირებით, რომ მუდამ ყურადღების ცენტრში იმყოფება.

გამოყენებული ლიტერატურა

1. დ. უზნაძე. ბავშვის ფსიქოლოგია, სასკოლო ასაკის ფსიქოლოგია. თბილისი. 2005.
2. თ. გოგიჩაიშვილი. მოსწავლის ასაკობრივი ფსიქოლოგია. თბილისი. 2001.
3. ჩვენ, ხალხი. პროექტი მოქალაქე. დემოკრატიის განვითარების ფონდი.
4. თ. სირბილაძე. მ. კობაიძე. მ. ჯავახიშვილი. თვალი გავუსწოროთ რეალობას. ანუ რა ვასწავლოთ ნარკომანიაზე. თბილისი. 2003.
5. სამოქალაქო აღზრდა. სავარჯიშოების პაკეტი დაწყებითი კლასებისათვის. ქართველოს პედაგოგთა კვალიფიკაციის ამაღლებისა და გადამზადების ცენტრალური ინსტიტუტი. თბილისი. 1998.
6. ეკოლოგიური განათლების შესავალი. საქართველოს პედაგოგთა კვალიფიკაციის ამაღლებისა და გადამზადების ცენტრალური ინსტიტუტი. თბილისი. 1998.
7. ძალადობის აღმოფხვრა სკოლებში. როგორ შევცვალოთ გარემო?
8. ლ. ბედინაძე. ყოფაცემის კულტურა. თბილისი. 2009.
9. Пособие для учителей по проблеме снижения риска стихийных бедствий. – Алматы: РИПК СО. 2009.
10. Э. Фром. Искусство любить. Питер. 2000.
11. Г. Краиг. Д. Бокум Психология Развития 9-ое издание. 2004.
12. Ф.Раис. Психология подросткового и юношеского возраста.Питер.2000.
13. Education Civique.Cycle 4. Editions Nathan.1997.
14. Education Civique.Cycle 5. Editions Nathan.1997.
15. Klaus W. Vopel. Kinder können kooperieren.Band 2. iskopress. 1999.

This image shows a full page of a worksheet designed for handwriting practice. It features 20 evenly spaced, horizontal dashed lines across the entire width of the page. The background is plain white, and there are no margins, text, or other markings present.

[illegible]