

**esi /**

Rīgas Angļu  
ģimnāzijā



7. marts, 4.a klase  
2 mācību stundas



Emocionālā, sociālā intelekta centra  
sociāli emocionālo prasmju  
nodarbību vada

## LIENE LĀCE

Topošā mākslas terapeite ar specializāciju  
deju un kustību terapijā

Apzinātība, empātija, mērķtiecība,  
pašregulācija un komunikācija ir ne  
tikai emocionālā un sociālā intelekta  
komponentes, bet arī ceļš, kas ļauj pa  
dzīvi iet ar atvērtu prātu, gaišu skatu  
un siltu sirdi





# Darbs klasē

- Skolēni ieguva zināšanas un izpratni par to, ar ko atšķiras emocijas un jūtas no ķermeniskām sajūtām, kā arī paplašināja savu emociju un jūtu vārdnīcu
- Uzmanība tika vērsta uz iespēju izvēlēties savu atbildes reakciju arī emocionāli grūtās situācijās
- Izmantojot iespēju aktualizēt personīgi svarīgus jautājumus, emocionālās un sociālās inteliģences prasmes tika stiprinātas situācijās, kas pietuvinātas bērnu ikdienas aktualitātēm
- Kopumā stundu varētu raksturot kā radošu, aktīvu un ieinteresētu mijiedarbību

---

# Pateicības

Rīgas Angļu ģimnāzijas sociālajai pedagoģei Līgai Spruģevicai par aicinājumu, uzņemšanu un pasākuma organizāciju, silto un atvērto komunikāciju, patiesu ieinteresētību skolēnu labbūtībā, kā arī iedrošinājumu, atbalstu un aktīvu līdzdalību stundas darbā.

Paldies skolēniem par iesaisti un patiesumu, esot tādiem, kādi esat!

# Pēc esi/ nodarbības

"Paldies par tik noderīgo nodarbību Rīgas Angļu ģimnāzijā. ESI trenere Liene ļoti prasmīgi vadīja 4.a klases audzēkņus. Kaut arī šī bija treneres pirmā nodarbība, Liene skaidri un saprotami izskaidroja skolēniem nodarbības tēmu.

Paldies par sirsnīgo un laipno attieksmi, kā arī iecietību, atbildot uz daudzajiem skolēnu jautājumiem."

Līga Spruģevica  
Rīgas Angļu ģimnāzijas  
Sociālā pedagoģe



**esi/** emocionālā, sociālā  
intelekta centrs