

**Vardarbības profilakses preventīvais plāns – fiziskās un emocionālās drošības
apdraudējuma novēršanai**

2025./2026. mācību gadā

N.p.k.	Norises laiks	Pasākums/aktivitāte	Atbildīgais
1.	2025./2026. mācību gada 1.semestris	Izstrādāt un ieviest kārtību, kādā nodrošināma izglītojamo profilaktiskā veselības aprūpe, pirmā palīdzība un drošība izglītības iestādēs un to organizētajos pasākumos saistībā ar aizdomām par izglītojamo, ja tas iestādē vai tās organizētajos pasākumos ienesis bīstamus priekšmetus vai vielas	I.Kļaviņa I. Kursīte B.Zariņa D.Zariņa
2.	2025./2026. mācību gada 1.semestris	Mācības skolas darbiniekiem “Sistēmiska pieeja un praktiskas metodes skolēnu ar uzvedības traucējumiem izglītošanā”	Marita Krišāne
3.	29.10.25.-19.12.25.	Nodarbības 6.a, 6.b,7a. klasēs par savstarpējo attiecību nozīmi klasē un skolā	D.Zariņa
4.	08.11.2025.	Labūtība klasē un skolā, ziņošanas kārtība apdraudējuma gadījumā 1. - 4.klasēm	B.Zariņa
5.	2025.gada janvāris	Ieviest pierādījumos balstītu pretvardarbības programmu Mobbing STOP PRO 3.-12. klasei	I.Kursīte D.Zariņa B.Zariņa
6.	2025.11.- mācību gada beigām	Īstenot Mobbing STOP PRO programmu skolēniem no 3.-12. klasei	Internāta skolotāji
7.	2025. gada novembris	Video lekcijas kurss par bērnu un jauniešu seksuālās uzvedības luksoforu – kam pievērst uzmanību un ko mācīt	B. Zariņa Skolotāji internāta skolotāji
8.	2025./2026. mācību gads	Džimbas drošības programma 1. un 2. klasēm	B.Zariņa
9.	2025./2026.	Sociāli emocionālā mācīšanās,	I.Skrastiņa

	mācību gads	sistematizētas un daudzveidīgas atbalsta nodarbības izglītojamo speciālām vajadzībām	L.Vaite Pedagogi
10.	2025./2026. mācību gads	5. - 6. klašu skolēniem mācību stundu un starpbrīžu laikā noteikta piesaistes persona (pedagogs)	I.Skrastiņa
11.	1 X māc.g.	Monitorēt izglītojamo un pedagogu labklājību (Edurio aptauja)	Vietnieki
12.	2025./2026. mācību gads	Nodrošināts atbalsts pozitīvai uzvedībai (pozitīva un konkrēta atgriezeniskā saite, skolas vidē integrēti vizuāli pozitīvās uzvedības noteikumi; skolēniem saistoši (piem., spēles veidā, interaktīvi) iekšējās kārtības noteikumi	Vietnieki
13.	2025./2026. mācību gads	Sniegt psiholoģisko palīdzību	I.Neimane I.Vaite
14.	Visu mācību gadu	Turpināt fiziskās un emocionālās drošības apdraudējuma skolēniem reģistrāciju elektroniskajā žurnālā, apkopot, analizēt iegūtos datus atbalsta komandas sanāksmēs vienu reizi semestrī	B.Zariņa D.Zariņa
15.	Visu mācību gadu pēc vajadzības	Izstrādāt un īstenot sadarbībā ar vecākiem individuālās sociālās un uzvedības korekcijas programmas emocionālās un fiziskās drošības apdraudējuma gadījumos	B.Zariņa D.Zariņa Internāta skolotāji
16.	Visu mācību gadu	Pedagogiem turpināt nodrošināt dežūru nepārtrauktību starpbrīžos, kā arī brīvajā laikā	Administrācija
17.	Visu mācību gadu	Skolēniem mācību un audzināšanas stundās, ikdienas situācijās mācīt emociju vadību, plānošanu, novērtēšanu un reflektēšanu, runājot par fiziskās un emocionālās drošības apdraudējuma novēršanu	Pedagogi
18.	Visu mācību gadu	Sadarboties ar bērnu tiesību sargājošajām institūcijām (Sociālais dienests, bāriņtiesa, policija u.c.),	D.Zariņa B.Zariņa

		kopīgi ar bērniem un ģimenēm risinot fiziskās un emocionālās drošības apdraudējuma novēršanas jautājumus	
19.	Visu mācību gadu	Konsultēt skolas pedagogus un darbiniekus par fiziskās un emocionālās drošības apdraudējuma jautājumiem	D.Zariņa B.Zariņa
20.	Visu mācību gadu	Sniegt atbalstu skolēniem drošības apdraudējumu problēmsituāciju risināšanā	D.Zariņa B.Zariņa
21.	2. semestris	Biedrības „Papardes zieds” nodarbības jauniešiem/vecākiem/pedagogiem par seksuālās un reproduktīvās veselības tēmām	I.Skrastiņa I.Kursīte Internāta skolotāji
22.	Visu mācību gadu	Organizēt atbalstu skolēniem, izvērtējot atbilstošāko atbalsta pasākumu (nodarbību)	Atbalsta komanda Atbalsta speciālisti
23.	2025./2026. mācību gada 1. semestris	Aktualizēt vardarbības gadījumu risināšanas algoritmu, informēt un izglītēt visus darbiniekus, vecākus	I.Kursīte B.Zariņa D.Zariņa

Audzināšanas stundas fiziskās drošības un emocionālās drošības apdraudējuma novēršanai

2025./2026. mācību gadā

1.– 4. klasēs, 21015911 programmas klasēs

Klase	Datums	Fiziskās drošības apdraudējuma novēršana 1. semestris	Datums	Emocionālās drošības apdraudējuma novēršana 2. semestris
1.a	29.10.25.	Man dara pāri. Kā rīkoties.	04.03.26	Kā mēs jūtamies.
1.b	12.11.25	Kas ir fiziskā vardarbība? Kā palīdzēt un justies droši.	25.02.26	Es esmu draudzīgs un jūtos droši.
1.c	02.10.25.	Uzvedības noteikumi skolā un klasē.	15.01.26.	Manas un klasesbiedru emocijas.

2.a, 2.b	27.11.25.	„Nedari otram to, ko tu negribi, lai dara tev.”	19.02.26.	„Es un tu”
3.a	2.10.25.	Ko nozīmē fiziskā vardarbība? Ko darīt, ja tev sit?	15.01.26.	Emocijas un es.
4.b	6.10.25	Draudzības spēks pret vardarbīb.	12.01.26	Vārdi var dziedēt, vārdi var sāpināt.
4.a	29.09.25	Kā rīkoties fiziskās vardarbības gadījumā.	16.02.26	Emocijas un to kontrole.
3./5.f, 1./9.h	13.10.25.	Būsim draudzīgi.	19.01.26.	Manas emocijas.
2./8.e, 7./9.2. k	16.09.25.	Jogas vingrinājumi, dusmu mazināšanai.	20.01.26.	Emocionālās vardarbības "Zirnekļu tīkls."
4./7.c	02.10.25	Es un mani klasesbiedri.	15.01.26	Manas emocijas.
2./8.d	01.10.25.	Esam klasesbiedri.	07.01.26.	Emocijas
5./9.2. j	24.09.25	Mani klasesbiedri. Pozitīvais, negatīvais.	21.01.26.	Manas emocijas.

Audzināšanas stundas fiziskās drošības un emocionālās drošības apdraudējuma novēršanai

2025./2026. mācību gadā

5. - 12. klasei

Klase	Datums	Fiziskās drošības apdraudējuma novēršanai (stundas nosaukums)	Datums	Emocionālās drošības apdraudējuma novēršanai (stundas nosaukums)
5.a,b	27.11.25.	Kā atrast risinājumu konflikta situācijā?	22.01.26.	Savstarpēja cieņa un sapratne - labas ikdienas pamats.
6.a,b	30.09.25.	Briesmas nebrīdina- mācies tās novērst!	03.02.26.	Drošs starp draugiem. Kā justies labi kopā?
7.a,b	25.09.25.	Es rūpējos par savu fizisko drošību.	29.01.26.	Es saku STOP, ja jūtos slikti.

8.a	02.12.25.	Esi drošs skolā.	27.01.26.	Cieņa sākas ar mani.
9.a	17.09.25.	Drošs ikdienā – kā pasargāt sevi fiziski.	14.01.26.	Drošs sevī – kā pasargāt savas emocijas.
9.b	27.11.25.	Fiziskā vardarbība, tās novēršana.	20.02.26.	Emocionālā vardarbība, tās novēršana.
6./7. 8./9.9. p	30.10.25.	Fiziskā vardarbība, tās izpausmes un atbildība. Rīcība vardarbības gadījumā.	22.01.26	Emocionālā vardarbība, tās izpausmes un atbildība.
10. - 12.	16.10.25	Kā atpazīt un novērst fiziskās drošības riskus.	16.01.26.	Runā, klausies, saproti – sarunas spēks emocionālajā drošībā.

Sagatavoja

Apstiprināts Valmieras Gaujas krasta vidusskolas - attīstības centra Atbalsta komandas
19.09.2025. sanāsmē , protokols Nr.12.4. punkts