



Mācībspēku atbalsta materiāls 1. nodaļai: MĀJAS KATASTROFU GATAVĪBA UN REAGĒŠANA

**MĀCĪBU MODULIS 6: Izdzīvošanas prasmes mājas
katastrofas situācijā, atrodoties vienatnē**

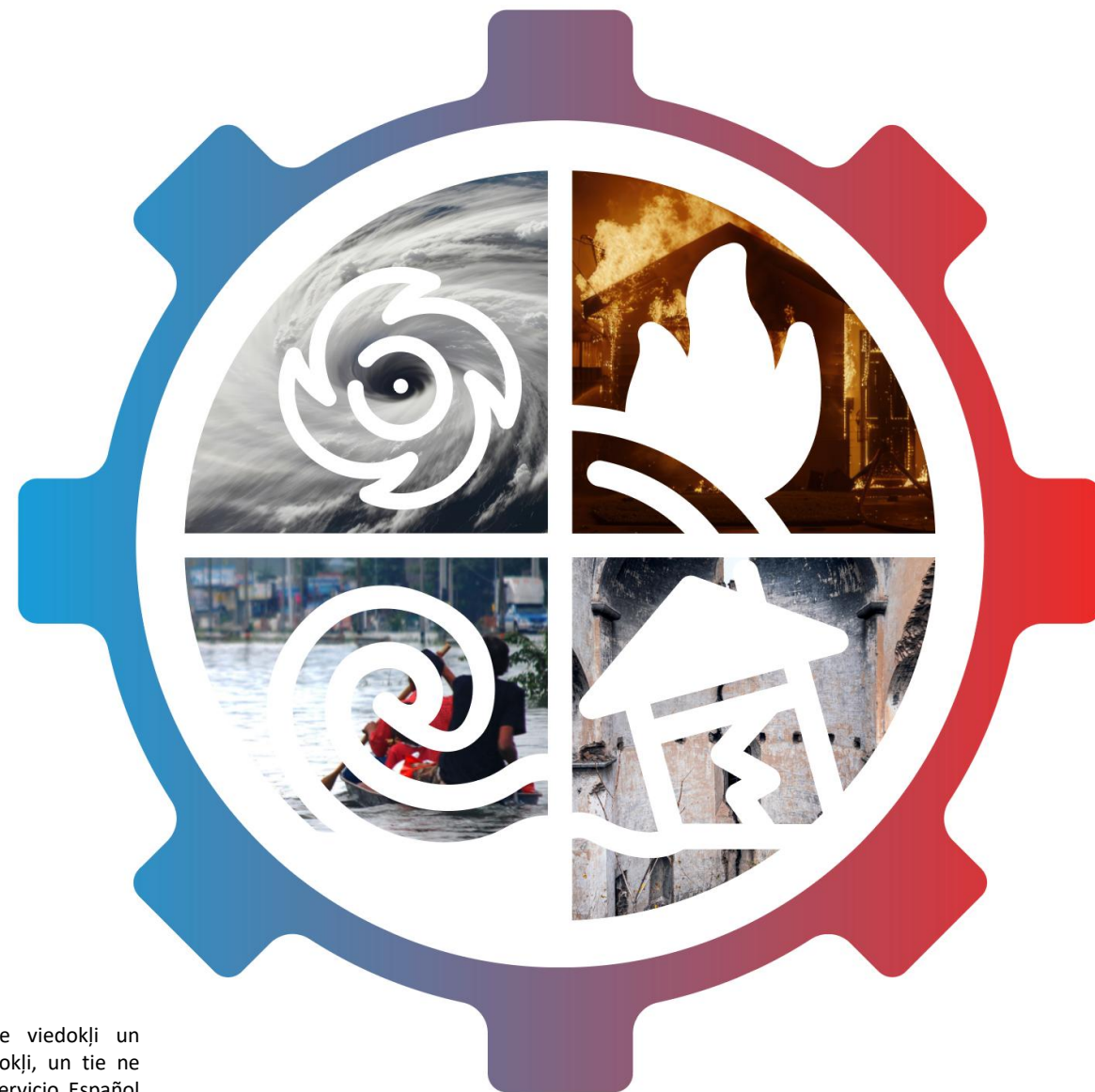
Autors: EVA-93/ VETREADY projekta partnerība

Projekta numurs: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



**Co-funded by
the European Union**

Finansē Eiropas Savienība. Tomēr paustie viedokļi un viedokļi ir tikai autora(-u) viedokļi un viedokļi, un tie ne vienmēr atspoguļo Eiropas Savienības vai Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE) viedokļus un viedokļus. Ne Eiropas Savienība, ne piešķirēja iestāde nevar būt atbildīga par tiem.



Mācībspēku atbalsta materiāla pārskats

- Šis izglītotāju atbalsta materiāls ir izstrādāts, lai papildinātu apmācību moduli „**izdzīvošanas prasmes mājas katastrofas situācijā, atrodoties vienatnē**”, sniedzot pielāgotas metodiskas un didaktiskas vadlīnijas, lai uzlabotu tā efektīvu īstenošanu.
- Tā mērķis ir palīdzēt izglītotājiem:
- izprast šī moduļa **konkrētos pedagoģiskos mērķus**
- piemērot **atbilstošas mācību stratēģijas un rīkus**, lai iesaistītu profesionālās izglītības un apmācības, profesionālās tālākizglītības un apmācības un diasporas izglītojamos
- **veicināt galvenās aktivitātes**, sekmēt pārdomas un atbalstīt zināšanu saglabāšanu
- pielāgot apmācību **dažādiem formātiem** (klātienēs, tiešsaistēs, jauktas) un dažādām apmācāmo vajadzībām
- *Piezīme: Šī moduļa apguve un tam pievienotā testa izpilde dod tiesības saņemt profesionālās kompetences pilnveides apliecinājumu.*

Šī mācību moduļa mācību saturs

1. Mācību moduļa mērķis
2. Mācību moduļa sagaidāmie mācību rezultāti
3. Ievads: Kas ir Izdzīvošanas prasmes mājas katastrofas situācijā, atrodoties vienatnē?
4. Galvenie jēdzieni un terminoloģija
5. Tēmas svarīguma izpratne
6. Kāpēc šis mācību modulis ir svarīgs?
7. Dabas katastrofas mājas katastrofu risku kontekstā
8. Pērkona negaisi un zibens
9. Plūdi
10. Ekstrēmi laika apstākļi ziemā
11. Tehnoloģiskās un rūpnieciskās katastrofas mājas katastrofu risku kontekstā
12. Ugunsgrēki mājās
13. Ķīmiskās avārijas mājās
14. Viedo māju katastrofas
15. Bioloģiskas un ar veselību saistītas katastrofas mājas katastrofu risku kontekstā
16. Piesārņots ūdens
17. Pelējums un mitrums mājās
18. Principi «slimnieku istabu» izveidei mājās
19. Iedvesmojoša rīcība un labās prakses piemēri
20. Padziļinātai izpētei

Ieteicamās mācību metodes un rīki

Mācību metode 1: Scenāriju diskusija

- Šī metode veicina izglītojamo kritisko domāšanu, riska analīzi un zināšanu pielietošanu reālistiskās mājas izdzīvošanas situācijās. Tā ir elastīga gan klātienē, gan tiešsaistes apmācībās, padarot to piemērotu dažādām izglītojamo grupām, tostarp diasporas auditorijām. Scenāriju diskusijas palīdz attīstīt praktiskas lēmumu pieņemšanas prasmes, nostiprina satura izpratni un veicina savstarpēju mācīšanos.
- **Piemērs, kā šo metodi izmantot:**
Pēc slaidu apspriešanas par negaisiem un zibeni mācībspēks piedāvā scenāriju: *“Jūs atrodaties kopā ar draugiem pie mājas vai dzīvokļa, kad pēkšņi debesis strauji aptumšojas un tālumā redzams zibens.”*
Izglītojamie apspriež iespējamus rīcības variantus atsevišķās darba grupās (tiešsaistē) vai mazajās grupās (klātienē), pēc tam dalās stratēģijās un analizē izdzīvošanas loģiku savās izvēlēs.

Ieteicamās mācību metodes un rīki

Mācību metode 2: Interaktīvā demonstrācija

- Šī praktiskā un vizuālā metode palīdz izglītojamajiem aktīvi iesaistīties izdzīvošanas satura apguvē. Demonstrācijas ir īpaši efektīvas, mācot kritiskas tēmas, piemēram, ūdens piesārņojumu, kur vizuālie rādītāji (krāsa, caurspīdīgums, nogulsnes) būtiski atvieglo izpratni. Metode veicina uzmanīgu novērošanu, grupu diskusijas un noturīgāku informācijas apguvi. Tā ir piemērota arī kombinētajiem mācību formātiem — demonstrāciju var veikt klātienē vai rādīt video formātā tiešsaistē.
- **Piemērs, kā šo metodi izmantot:**
Šo metodi ieteicams izmantot pēc slaidiem par piesārņotu ūdeni. Mācībspēks parāda glāzi ar duļķainu ūdeni (vai tās foto/video tiešsaistē) un uzdod jautājumu: *“Vai jūs šo dzertu? Kāpēc vai kāpēc ne?”* Izglītojamie identificē redzamās bīstamības un pārrunā krāna ūdens drošumu. Pēc tam grupa kopīgi izstrādā soļus, kā padarīt ūdeni drošu lietošanai (vārīšana, filtrēšana, ķīmiskā apstrāde), nostiprinot moduļa sadaļā apskatītos “drīkst” un “nedrīkst”.

Ieteicamās mācību metodes un rīki

Mācību metode 3: Virzītā stāstu meklēšana un dalīšanās

- Šī metode attīsta gan digitālās informācijas prasmes (meklēšana, avotu izvērtēšana), gan emocionālo saikni ar tēmu. Meklējot reālus glābšanas un izdzīvošanas stāstus, izglītojamie mācās atpazīt uzticamus avotus, praktizē informācijas pārbaudes paņēmienus un reflektē par cilvēciskiem aspektiem mājas izdzīvošanas situācijās. Dalīšanās ar iedvesmojošiem piemēriem veicina savstarpēju empātiju un kopienas izjūtu.
- **Piemērs, kā šo metodi izmantot:**
Pēc slaida par iedvesmojošām rīcībām un paraugiem mācībspēks pastāsta vienu stāstu, ko atradis pats, uzsverot, kā viņš to atradis, kāpēc avots ir uzticams un kas tieši stāstā iedvesmoja. Pēc tam izglītojamie tiek aicināti atrast un prezentēt īsu, reālu stāstu par glābšanu vai izdzīvošanu mājas apstākļos — no savas valsts vai pasaules. Viņiem jāizskaidro, kur avots atrasts un kas padarīja šo stāstu vērtīgu vai iedvesmojošu. Šī aktivitāte vienlaikus stiprina izdzīvošanas izpratni un digitālo pratību.

Iesaistes veicināšanas padomi

- **Izmantojiet reālus, atpazīstamus gadījumus**
Sāciet ar īsiem, vizuāliem piemēriem no vietējiem vai zināmiem notikumiem (piemēram, mājas ugunsgrēks viņu pilsētā, valstī; ziņu sižeti). Tas padara tēmu taustāmāku — īpaši diasporas izglītojamiem, kuriem katastrofu konteksts var būt atšķirīgs.
- **Veiciniet iekļaujošu diskusiju**
Sāciet ar vienkāršu, ne-tehnisku valodu. Atļaujiet grupu darbu izglītojamo izvēlētajā valodā un iedrošiniet savstarpēju skaidrošanu. Diasporas izglītojamiem, ja iespējams, nodrošiniet atslēgvārdus vairākās valodās.
- **Izveidojiet psiholoģiski drošu vidi**
Izvairieties no pārmetumiem par pagātnes rīcību (piemēram: “kāpēc viņi ātrāk neskrēja?”). Tā vietā jautāji: “Ko jūs darītu šādā situācijā?” vai “Kādas iespējas viņiem bija pieejamas?” — tas saglabā diskusiju atvērtu un nevainojošu.
- **Sabalansējiet loģiku un empātiju**
Izmantojiet analītiskās metodes (piemēram, riska kartes, lēmumu kokus) kopā ar emocionālām pārbaudēm (“Kā, jūsu prāt, šis cilvēks jutās tajā brīdī?”). Tas atbalsta gan profesionālās tālākizglītības pieaugušo vajadzību pēc struktūras, gan profesionālās izglītības izglītojamo vajadzību pēc emocionālas iesaistes.

Pielāgošanās stratēģijas

- **Klātienes apmācība**

Izglītojamie pārvietojas pa praktiskajām stacijām: kā atpazīt tīru ūdeni, kā evakuēties, kā izveidot slimošanas telpu. Darbojoties pāri vai mazajās grupās, viņi pārrunā, ar ko sākt, ja mājās pēkšņi iestājas katastrofas situācija. Mācībspēks sniedz padomus un izskaidro, kā izdzīvot, ja cilvēks paliek viens.

Materiāli: ūdens pudeles, audumi, ugunsdzēsāmie aparāti, izdrukātas izdzīvošanas kartītes, marķieri.

- **Tiešsaistes apmācība**

Izglītojamie noskatās īsus video (piemēram, kā evakuēties mājas ugunsgrēka laikā). Pēc katra video viņi dodas mazās tiešsaistes grupās, lai pārrunātu: “Ko jūs darītu šādā situācijā?” Pēc tam mācībspēks apvieno visas grupas kopīgai ideju apspriešanai.

Rīki: Zoom, darba grupas (breakout rooms), ekrāna koplietošana, koplietojama tiešsaistes tāfele (Padlet vai Miro).

- **Kombinētā apmācība**

Klase tiek sadalīta mazās jauktās komandās — katrā komandā ir gan klātienes, gan tiešsaistes izglītojamie. Katra komanda saņem izdzīvošanas uzdevumu (piemēram: “Jūs esat iesprostoti ar dūmiem piepildītā telpā. Ko darīsiet tālāk?”). Klātienes izglītojamie demonstrē prasmes vai piedāvā praktiskus risinājumus (piemēram, kā no auduma izveidot filtru). Tiešsaistes izglītojamie sniedz norādes, komentārus vai ierosinājumus uzlabojumiem reāllaikā. Pēc tam katra komanda prezentē savu risinājumu visai grupai. **Rīki un materiāli:** klēpjdatators, videokamera vai mobilais tālrunis tiešraides skatam, uzdevumu lapas, Zoom darba grupas (breakout rooms), Padlet vai Google Docs sadarbībai.

Šajā modulī apgūstamās galvenās ESCO prasmes

- **ESCO prasmju kategorija: T3.1 – Efektīva darbība; attīstāmās pamatprasmes: Rīkoties patstāvīgi, Tikt galā ar nenoteiktību, Pieņemt lēmumus**
- **Lēmumu pieņemšana**
Šī prasme tiek praktizēta slaidos “Apstājies un pārdomā”, kuros izglītojamie sastopas ar izdzīvošanas dilemmām. Mācībspēki šo prasmi izceļ,
 - vadot virzītas grupu diskusijas, lai izzinātu, kāpēc izvēlētas konkrētas rīcības;
 - lūdzot izglītojamiem pamatot savus lēmumus, izmantojot loģisku domāšanu ierobežotu resursu apstākļos.
- **Tikt galā ar nenoteiktību**
Šī prasme tiek praktizēta slaidos “Katastrofu scenāriji” (dabas, tehnogēnie, bioloģiskie draudi), kuros tiek aplūkotas neprognozējamās katastrofu situācijas ar nenoteiktu iznākumu. Mācībspēki šo prasmi izceļ,
 - vadot salīdzinošas diskusijas par dažādiem katastrofu veidiem grupu ietvaros (piemēram, mājas ugunsgrēks vs. toksisku vielu noplūde vs. pelējuma izraisīta saskrimšana);
 - virzot refleksijas par emocionālajām un praktiskajām reakcijām uz neparedzamām situācijām.
- **Rīkoties patstāvīgi**
Šī prasme tiek praktizēta pēc slaidiem par konkrētiem katastrofu veidiem (piemēram, viedās mājas sistēmu bojājumi, piesārņots ūdens, mājas ugunsgrēki), kuros izglītojamie iepazīstas ar individuāli īstenojamām rīcībām. Mācībspēki šo prasmi izceļ,
 - veicinot pašnovērtējumu ar jautājumu: “Vai jūs spētu šo rīcību veikt patstāvīgi reālā mājas katastrofas situācijā?”;
 - rosinot diskusijas par pašpalāvēības attīstīšanu un personīgo rīcības stratēģiju sagatavošanu iepriekš.

Mācību sasniegumu vērtēšanas atbalsts – kā pārbaudīt mācību sasniegumus

- Šī mācību moduļa beigās mācību dalībnieki aizpilda **10 jautājumu testu ar atbilžu variantiem**, kas izstrādāts, lai novērtētu viņu izpratni par sesijā apgūtajiem galvenajiem jēdzieniem.
- **Papildu vērtēšanas stratēģijas**
- **Mini scenāriju rangu noteikšana:** piedāvāji 3–4 īsus ārkārtas reaģēšanas scenārijus. Mācību dalībnieki tos sarindo no visefektīvākajiem līdz vismazāk efektīvajiem un izskaidro savu viedokli. Tas parāda mācību dalībnieku spēju izvērtēt iespējas, pamatot viedokli un izklāstīt savu domāšanas procesu.
- **Izdzīvošanas pārbaudes saraksta izaicinājums:** pēc katastrofas scenārija apskatīšanas apmācāmie izveido pārbaudes sarakstu ar 5 galvenajām izdzīvošanas darbībām vai priekšmetiem, kuriem viņi piešķirtu prioritāti. Tas parāda apmācāmo spēju apkopot galveno informāciju un piemērot to reālās dzīves gatavības lēmumu pieņemšanā.

Papildus resursi

- **1. Rokasgrāmata par gatavību ārkārtas situācijām mājās**
<https://fieldreport.caes.uga.edu/publications/B1428/home-emergency-preparedness-handbook/>

Atvērtā piekļuves platforma, kas nodrošina visaptverošus izglītības materiālus par noturību pret katastrofām, gadījumu izpēti un labāko praksi, ko izstrādājusi Džordžijas Universitāte.

- **2. Britu Sarkanais Krusts – Resursu bibliotēka par katastrofām un ārkārtas situācijām**
<https://www.redcross.org.uk/get-involved/teaching-resources/disasters-and-emergencies-resource-library?page=2>

Bibliotēka ar bezmaksas mācību resursiem, tostarp video un interaktīviem rīkiem, kas izstrādāti, lai palīdzētu izglītotājiem nodrošināt saistošu izglītību par gatavību katastrofām.

- **3. Gatavība ārkārtas situācijām 30 dienās vai mazāk (YouTube video)**
<https://www.youtube.com/watch?v=VOWBi-E3ruY>

Praktiska demonstrācija, kas piedāvā reālus izdzīvošanas padomus un lēmumu pieņemšanas stratēģijas mājas katastrofas scenārijā.

Avoti

- *About the knowledge Hub.* (n.d.). <https://knowledge.aidr.org.au/about/>
- *Disasters and emergencies free resource library.* (n.d.). British Red Cross. <https://www.redcross.org.uk/get-involved/teaching-resources/disasters-and-emergencies-resource-library?page=2>
- *Inclusive education for VET.* (2025, June 26). CEDEFOP. <https://www.cedefop.europa.eu/en/tools/timeline-vet-policies-europe/search/40022>
- Suttons Daze. (2024, September 22). *Emergency Preparedness in 30 Days or Less* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=V0WBi-E3ruY>
- *Pedagogy in Education: Guide To Frameworks & Teaching Methods for 2025.* (n.d.). <https://research.com/education/pedagogy-in-education>
- *Skills & competences.* (n.d.). European Skills, Competences, Qualifications and Occupations (ESCO). https://esco.ec.europa.eu/en/classification/skill_main

PARTNERİBA



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Lai vērtīga un iedvesmojoša mācīšanās ar VET-READY
1. nodaļu «Mājas katastrofu gatavība un reaģēšana»
un 6. mācību moduli «Izdzīvošanas prasmes mājas
katastrofas situācijā, atrodoties vienatnē»!**

SEKOJAT MUMS



<https://vetready.eu/>