



# ახალი განათლება

www.akhaliganatleba.ge

facebook.com/Akhali Ganatleba

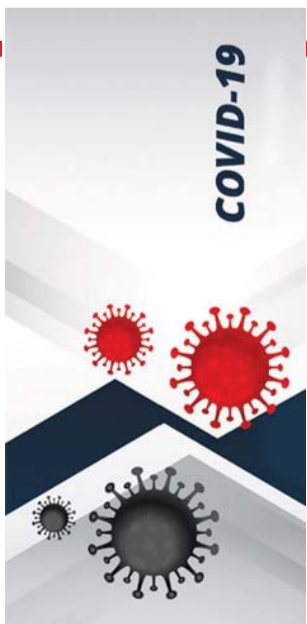
№32 (906) გაბოღის 1998 წლიდან

29.10-04.11.2020



„ჩვენში ახალი ნაბიჯი საზოგადო ასპარეზზედ ძალიან იშვიათი მოვლენაა. ჯედი ამერიკა ყოველს სფეროში თვითიულო დღეს ახალს ნაბიჯს ადგამს ნინა და მოძრაობს ორთქლ-მავალას სისწრაფით. ხნიერი ევროპა ყოველს ნელს რვლილომს ადვილსა ნარმატების მოედანზედ და ნინ მიისწრაფის იორლა რხენის სიჩქარით მაინრა. ჩვენი რხოვრება კი ვერასოდეს ვერ მოვავონებთ ვერც ორთქლ-მავალას, ვერც ზედაური რხენის სისწრაფესა, კუს ნაბიჯებით მოძრაობა – აი ალაბი, რომლითარ უნდა იზომებოდეს ჩვენის ნარმატების სისწრაფე. მთელი ორი და ორმოცი ნელინადი უნდა გულ-განვრილოებით ურადოთ, რომ მოესწროთ რაიმე ნამდვილს ახალს რდასა, საქმესა“.

ი.ე. გეგეაშვილი



არის აზრთა სხვადასხვაობა, რომ არ იყოს კლასებში სწავლება და იყოს ონლაინ სწავლება ან მეორე, გარკვეულ პირობებში და გარკვეული რეგულაციების დაცვით, მაინც შეიძლება, რომ ბავშვები დადიოდნენ სკოლაში, იგივე ეხება უმაღლეს სასწავლებლებსაც. საერთოდ არსებობს ჯანმრთელობის მსოფლიო ორგანიზაციის ასეთი მითითება, რომ როცა პანდემიის რისკები იზრდება, პირველი შეზღუდვები უნდა შეეხოს კაფეებს, რესტორნებს, სავაჭრო დაწესებულებებს და ბოლოს სკოლებს. ხოლო, როდესაც იწყება აქტივობის აღდგენა, პირველი უნდა გაიხსნას საგანმანათლებლო დაწესებულებები.

დღეში 2000 ინფიცირებული რომ გვყავს, ეს არ არის ცალსახა არგუმენტი იმისთვის, რომ ბავშვები სკოლაში არ გაუშვათ თუ იმ სკოლაში უზრუნველყოფილია ყველა იმ რეგულაციის შესრულება, რაც გაწერილია, იგულისხმება დეზინფექცია, პირბადეების ტარება, სოციალური დისტანცია, მაშინ დაუუჯეროთ განათლების სამინისტროს რეკომენდაციებს, როგორც ისინი გვეტყვიან, ისე მოვიქცეთ.

თენგიზ ცერცვაძე













გარე დაკვირვების გაკვეთილი



**ქეთევან მაგალაშვილი**  
ჩოხატაურის მუნიციპალიტეტის სოფ. ხევის საჯარო სკოლის წამყვანი მასწავლებელი

საბანი – ბუნება  
სწავლების საფეხური – პირველი  
კლასი – VI

მოსწავლეთა რაოდენობა – 3

გაკვეთილის თემა – სუნთქვის სისტემა

**გაკვეთილის მიზანი** – მოსწავლეები შეძლებენ მონაცემების შეგროვებას, მასზე დაყრდნობით სუნთქვის სისტემის ცვლილებების გამოწვევებზე მიზეზებსა და ამ ცვლილების სასიცოცხლო მნიშვნელობაზე მსჯელობას; გამოუმუშავებენ გაზომვის, შედეგების აღრიცხვა-ორგანიზების, ჰიპოთეზის გამოთქმის, მონაცემთა შედარების, შედეგების გაანალიზების, დასკვნის გამოტანისა და კომუნიკაციის უნარ-ჩვევებს.

**გაკვეთილის თემა და მიზნის შესაბამისობა ეროვნული სასწავლო გეგმის მოთხოვნებთან**

**ესგ-ს მიხედვით, VI კლასში ბუნების სწავლება ითვალისწინებს ცოცხალი სამყაროს – ადამიანის ორგანიზმის შესწავლას.**

ჩემი გაკვეთილის მიზანი გამომდინარეობს ესგ-ს მისაღწევი შედეგებიდან (იხ. მისაღწევი შედეგები გეგმის ბოლოში). თემა არ არის დამოკიდებული სასწავლო წლის არც ერთ პერიოდზე. სახელმძღვანელოში, თავების მიხედვით, თემების არათანმიმდევრული განლაგების გამო, დავალაგე ისინი, რის შედეგადაც ამ პერიოდში მოხვდა თემა „ადამიანის ორგანიზმი“.

№	აქტივობის მიზანი და აღწერა	გამოყენებული მეთოდი/ მეთოდები	კლასის ორგანიზების ფორმები	სასწავლო რესურსები	დრო (წთ)
1	<b>მისალმება</b> <b>მიზანი</b> – მოსწავლეთა პატივისცემა და ურთიერთობის საწყისი ნერტილიდან დაძვრა. <b>აღწერა</b> – მისალმება, მისალმებისთანავე მოსწავლეებს გაცნობა გაკვეთილის თემას, მიზანს; გაეცნობიან შეფასების ფორმასა და რუბრიკას; შევახსენებ ქცევის წესებს.	ვერბალური	მთელი კლასი	შეფასების რუბრიკა, დაფა	2წთ
2	<b>დავალების წარდგინა</b> <b>მიზანი</b> – წინა გაკვეთილზე განხილული მასალის ათვისების დონის შემოწმება. <b>აღწერა</b> – ერთ-ერთი მოსწავლე წაიკითხავს დავალებას, დანარჩენები ადარებენ, შეცდომის შემთხვევაში, მსჯელობენ და მიდიან სწორ გადაწყვეტილებამდე. მოკლედ მიმოვიხილავთ წინა გაკვეთილზე შევსებული თვითშეფასების კითხვარს.	ვერბალური	მთელი კლასი	მოსწავლის რვეული	3წთ
3	<b>ის საინტერესოა</b> <b>მიზანი</b> – მოტივაციის შექმნა და თემისადმი ინტერესის აღძვრა. <b>აღწერა</b> – მოსწავლეებს მოკლედ მივწოდებთ სუნთქვის სისტემის დაკავშირებული საინტერესო ინფორმაციას, რომელსაც დაიმახსოვრებენ და, საჭიროების დროს, გამოიყენებენ.	ვერბალური	მთელი კლასი		1წთ
4	<b>საკლასო საუბარი</b> <b>მიზანი</b> – მოსწავლეთა კონცენტრირება, ცოდნის გაღრმავება და მათი შემზადება პრაქტიკული სამუშაოსთვის. <b>აღწერა</b> – გაკვეთილის თემასთან დაკავშირებული საუბარი მოსწავლეებთან, რომელშიც ისინი დროდადრო ჩაერთვებიან და უპასუხებენ დასმულ შეკითხვებს. მასწავლებელი მოისმენს მათ პასუხებს. საუბარს დასრულდა, მოსწავლეებიც დასვამენ კითხვებს, რომელსაც უპასუხებს მასწავლებელი. ბოლოს საუბარი დაგვიგრძელებს პრაქტიკული სამუშაოს მიმართულებით წარმართება.	ვერბალური ურთიერთობა	მთელი კლასი		4წთ
5	<b>პრაქტიკული სამუშაო</b> <b>მიზანი</b> – მოსწავლეთა უშუალოდ ჩართვა სასწავლო პროცესში და შემზადება შემდგომი აქტივობისთვის. <b>აღწერა</b> – მოსწავლეები დააკვირდებიან სუნთქვის სისტემის მოსვენებულ მდგომარეობაში და ფიზიკური დატვირთვის შემდეგ. ერთი მოსწავლე დაჯდება სკამზე, მეორე მოსწავლე მას გაუზომავს სუნთქვის სიხშირეს, 1 წუთის განმავლობაში (დაადებს ხელს ყელის ცოტა ქვემოთ, მკერდზე და დათვლის ჩასუნთქვის ან ამოსუნთქვის რაოდენობას). მესამე მოსწავლე მონაცემებს დაწერს დაფაზე. შემდეგ იგივე მოსწავლე 30 ბუქსს გააკეთებს. დასრულების შემდეგ, მეორე მოსწავლე ისევ გაუზომავს სუნთქვის სიხშირეს 1 წუთის განმავლობაში. მონაცემები ისევ დაფიქსირდება დაფაზე. მოსწავლეები შეადარებენ ამ მონაცემებს და გამოიტანენ დასკვნას.	ექსპერიმენტი, დაკვირვება, გაზომვა	მთელი კლასი	სკამი, დაფა, ცარიელი ნაშრომი	5წთ

6	<b>კვლევა</b> <b>მიზანი</b> – საკითხის სიღრმისეული შესწავლა. <b>აღწერა</b> – მოსწავლეები ჩაატარებენ კვლევას. საკვლევი კითხვა – <i>იმატებს თუ არა ვარჯიშის შედეგად, ერთდროულად, სუნთქვის სიხშირე და პულსი?</i> დასახვევ კვლევის გზებს. მოიპოვებენ საჭირო მონაცემებს და გამოსახვენ ჩანაწერის, ცხრილის ან დიაგრამის სახით. გაანალიზებენ მიღებულ შედეგებს და გამოიტანენ დასკვნას. ბოლოს – კვლევის პრეზენტაცია.	გაზომვა, ვერბალური	ჯგუფური	რვეული, ავტოკალამი, ნაშრომიანი საათი, პულსომეტრი, დაფა, ცარიელი	20წთ
7	<b>პროსპორდი</b> <b>მიზანი</b> – მოტივაციის ბოლომდე შენარჩუნება. <b>აღწერა</b> – მოსწავლეები შეავსებენ კროსვორდს ინდივიდუალურად. შემომდებელი სუნთქვის სისტემის შესახებ მიღებული ცოდნა. გაიმარჯვებს ის, ვინც ყველაზე მეტ სიტყვას ჩაწერს კროსვორდში. მოსწავლეები მიიღებენ საამაობას.	თამაში	ინდივიდუალური	ავტოკალამი, ფურცლები, კროსვორდი (მასწავლებლის მიერ შედგენილი)	4წთ
8	<b>შეფასება</b> <b>მიზანი</b> – მიღებული ცოდნის შემოწმება და ხარისხის გაუმჯობესება. <b>აღწერა</b> – გაკვეთილის შეფასებას დაიწყებენ მოსწავლეები. მორიგეობით მივლენ დაფასთან გაკრულ ნახატთან, რომელზეც გამოსახულია კითხვების საფეხურები ბავშვების სილუეტებით. აღნიშნავენ, თუ როგორ გაიგეს მასალა. ქვედა საფეხური შეესაბამება პოზიციას – ვერ გაეგია; შუა საფეხური – მჭირდება დახმარება; ზედა საფეხური – კარგად გაეგია. გაკეთდება მცირე კომენტარი. განმსაზღვრელი შეფასებით ფასდება ჯგუფური კვლევა. კეთდება სიტყვიერი კომენტარი.	„ნარმატების საფეხურები“	ინდივიდუალური	შესაბამისი ნახატი (მასწავლებლის მიერ შესრულებული), კვლევის შეფასების რუბრიკა	5წთ
9	<b>საშინაო დავალება</b> <b>მიზანი</b> – შესწავლილი მასალის უკეთ გააზრება. <b>აღწერა</b> – მოსწავლეები შეასრულებენ საშინაო დავალებას სახელმძღვანელოდან, მიეცემათ მითითება.	ვერბალური	მთელი კლასი	მოსწავლის სახელმძღვანელო	1წთ

მისაღწევი შედეგები:

**ბუნ. VI.1.** მოსწავლემ უნდა შეძლოს პრაქტიკულ აქტივობებში მონაწილეობა და კვლევითი უნარ-ჩვევების დემონსტრირება.

**შედეგი თვალსაჩინოა, თუ მოსწავლე:**

- ატარებს კვლევით აქტივობას უსაფრთხოების წესების დაცვით;
- აწარმოებს გაზომვებს სხვადასხვა ხელსაწყოთა საშუალებით, სტანდარტული ერთეულების გამოყენებით;
- იყენებს სხვადასხვა საშუალებებს კვლევის შედეგების აღრიცხვა-ორგანიზებისათვის (ჩანაწერი, სვეტოვანი დიაგრამა, ცხრილი, ფოტო, ვიდეო).
- აანალიზებს შედეგებს და გამოაქვს დასკვნას;
- წარუდგენს მიღებულ შედეგებსა და დასკვნებს თანაკლასელებს კომუნიკაციის სხვადასხვა ფორმით.

**ბუნ. VI.2.** მოსწავლემ უნდა შეძლოს ადამიანის ორგანიზმის, როგორც ერთი მთლიანის, განხილვა.

- ასახელებს სხვადასხვა ორგანოს შეთანხმებული მოქმედების მაგალითებს და მსჯელობს ორგანოთა შეთანხმებული მუშაობის მნიშვნელობაზე.

კვლევის შეფასების რუბრიკა

კრიტერიუმები	კვლევის მიზნის განსაზღვრა	საჭირო რესურსების განსაზღვრა	ვარაუდი კვლევის შედეგების შესახებ	კვლევის მიმდინარეობის აღწერა	მონაცემების აღრიცხვა	მონაცემთა ანალიზი	დასკვნის გამოტანა
ქულა	0-2	0-1	0-1	0-2	0-1	0-2	0-1
მისანიჭებელი ქულა							
							ჯამი

<p><b>დანართი 1</b></p> <p><b>ის საინტერესოა</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ ცუდად განიავებულ ოთახში ადამიანი 2-ჯერ უფრო სწრაფად სუნთქავს.</li> <li>✓ მშვიდი ჩასუნთქვის დროს მოზრდილი ადამიანის ფილტვებში, დაახლოებით, 500 კუბური სანტიმეტრი ჰაერი შედის.</li> <li>✓ ჰაერის ყველაზე დიდი მოცულობა, რომელიც ადამიანს შეუძლია ამოსუნთქოს ყველაზე ღრმა ჩასუნთქვის შემდეგ, დაახლოებით, 3500 კუბური სანტიმეტრია.</li> <li>✓ ამოსუნთქულ ჰაერში ჟანგბადის რაოდენობა, დაახლოებით, 5%-ით იკლებს, ნახშირორჟანგის რაოდენობა კი 4%-ით იმატებს.</li> <li>✓ ჩვილს ძალიან ხშირი სუნთქვა აქვს. ის წუთში 50-60-ჯერ ჩაისუნთქავს.</li> </ul>
--



გარე დაკვირვების გაკვეთილი

**დანართი 2**

**კროსვორდი**

		1				ს			
		2				უ			
3								6	
			4					თ	
			5					ძ	
				6				3	
						7			
								ა	

- სიტყვა, რომლის მეშვიდობითაც ხდება ჟანგბადის მიწოდება მთელ ორგანიზმში.
- ცხვირის ...
- აირი, რომელიც სუნთქვის დროს გამოიყოფა.
- ის, რაც ჩასუნთქვა-ამოსუნთქვის დროს ნეკნებს ამოძრავებს.
- ფილტვებში ხესავით გატოტილი ჰაერგამტარი გზები.
- ფილტვის ბუშტუკი.
- ჩასუნთქვა-ამოსუნთქვის დამხმარე კუნთოვანი ორგანო.

**დანართი 3**

რეზიუმე

გარე დაკვირვების გაკვეთილი ჩავატარებ ბუნებაში, მე-6 კლასში. კლასში მოსწავლეთა რაოდენობაა 3, გაკვეთილის თემა იყო „სუნთქვის სისტემა“.

ჩემ მიერ ჩატარებული გაკვეთილის მიზანი იყო: მოსწავლეებს შეეგროვებინათ მონაცემები და, მათზე დაყრდნობით, ემსჯელათ სუნთქვის სისტემის ცვლილების მიზეზებზე; გაეუმჯობესებინათ კვლევისა და კომუნიკაციის უნარ-ჩვევები.

შედეგზე რომ სრულად გავსულიყავი, აქტივობები და სტრატეგიები მიზნის შესაბამისი მქონდა შერჩეული, რესურსები – უსაფრთხო, მოხერხებული და ყველასთვის ხელმისაწვდომი. შეფასების რუბრიკებიც ეფექტური აღმოჩნდა. გაკვეთილის მსვლელობისას ვიყენებდი მალა-ლი დონის სააზროვნო კითხვებს. ყოველივე ამან უზრუნველყო მიზნის მიღწევადობა.

გაკვეთილის ძლიერ მხარედ ვთვლი მოსწავლეთა ცოდნის მაღალ დონეს, კლასის აქტიურ ჩართულობას საგაკვეთილო პროცესში, მათ მიერ შეკითხვების დასმას, რომელთა ნაწილს მა-

თივე დახმარებით ვპასუხობდი. აგრეთვე, უნდა აღინიშნოს ჯგუფური კვლევის მაღალ დონეზე შესრულება და მისი პრეზენტაცია.

გაკვეთილის ხარვეზად შეიძლება ჩათვალოს, ერთ-ერთი აქტივობის (კერძოდ, პრაქტიკული სამუშაოს) შესრულების დროს, ერთი მოსწავლის მიერ არასათანადო სიზუსტით გაკებული ინსტრუქცია, რამაც დააბნია და ამ აქტივობის შესასრულებლად ოდნავ მეტი დრო დაგვეხარჯა.

გაკვეთილის გეგმა არ შეცვლილა.

მხოლოდ გაკვეთილის მსვლელობის პერიოდში, კვლევის პრეზენტაციის შემდეგ, მოსწავლეებს, დამატებით, ვთხოვე მონაცემთა წარმოდგენა სვეტოვანი დიაგრამის სახით (მონაცემები წარმოდგენილი ჰქონდათ ცხრილის სახით), რაც ერთ-ერთმა მოსწავლემ კომპიუტერზე წარმატებულად და სწრაფად შეასრულა. დანარჩენმა ორმა, ამ დროს, კროსვორდის შევსებაზე იმუშავა.

საერთო ჯამში, აღნიშნული გაკვეთილით კმაყოფილი დავრჩი.

COVID-19-ის გამოწვევა

რეკომენდაციები სსსმ ბავშვების მშობლებს

პანდემიის პირობებში, საგანმანათლებლო სფეროს წარმომადგენელი სტრუქტურები დისტანციური სწავლების სხვადასხვა მეთოდებსა და საშუალებებს განიხილავენ. ქვეყნის მასშტაბით, ინკლუზიური განათლების ფარგლებში, სკოლები, საჯარო დაწესებულებები, სახელმწიფო თუ არასამთავრობო ორგანიზაციები სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეთა განათლებაზე ზრუნვას და მშობელთა მხარდაჭერის პროცესის შენარჩუნებას ცდილობენ.

მოცემულ სიტუაციაში განსაკუთრებით იკვეთება საგნის მასწავლებელთა და სპეციალური განათლების მასწავლებელთა როლი, რაც გულისხმობს მოსწავლეთა და ოჯახთა ინდივიდუალური საჭიროებების აღმოჩენას. გამორჩეულად მნიშვნელოვანი ხდება სპეციალური მასწავლებლისა და ფსიქოლოგების როლი, რადგან საგანმანათლებლო რგოლში მათ გამორჩეული ფუნქცია აკისრიათ, მოსწავლეთა განათლებისა და სოციალიზაციის ხელშეწყობის კუთხით.

მშობელთა გამოკითხვამ აჩვენა, რომ მათი გამოწვევები ინდივიდუალურ მიდგომებს საჭიროებს, თუმცა არსებობს რამდენიმე ძირითადი გამოწვევა, რომელზეც შესაძლოა ზოგადი რეკომენდაციების გაცემა:

- მიუხედავად იმისა, რომ მშობლობა პანდემიამდე და პანდემიის დროსაც განსაკუთრებულ პასუხისმგებლობებსა და ფუნქციებს უკავშირდება, პირველ რიგში, მშობლებს დაეხმარებათ იმის გაცნობიერება, რომ ზრდასრულებს სიტუაციისა და რუტინის მკვეთრ ცვლილებასთან გამკლავების მეტი რესურსები აქვთ, ვიდრე პატარებს.
- ბავშვები და მოზარდები სტრესთან გამკლავებას ჩვენგან განსხვავებული ფორმებით ცდილობენ, მათთვის ძნელია, ჩვენთვის გასაგებ წესებსა და მოთხოვნებს დაემორჩილონ და საკუთარი მოთხოვნილებების დაკმაყოფილებაზე არიან ორიენტირებული.
- ბავშვების მოთხოვნილება, პირველ რიგში, უსაფრთხო, ემოციურად მზრუნველი გარემოს არსებობის შეგრძნებასა და სოციალიზაციის უკავშირდება.
- როდესაც მშობელი სტრესულ სიტუაციაში იმყოფება, ბავშვი ამას ამჩნევს და ჩვენზე დაკვირვებით სწავლობს სტრესთან გამკლავებას. მნიშვნელოვანია, ბავშვს მისთვის გასაგები ფორმით აუხსნათ შეცვლილი წესებისა და ნორმების შინაარსი და ვეცადოთ, მაქსიმალურად კომფორტული გავხადოთ მისთვის ისეთი წესების შესრულება, როგორცაა პიგიუნური ნორმების დაცვა, ხელის დაბანა და ა.შ. თუ თვითმომავალი აქტივობები დაძაბულობის ეფფერის ჩამოვარდნით და მხიარულად შევასრულებთ, ბავშვებისთვის ის ნაკლებად უსიამოვნო და შესასრულებლად მარტივი გახდება.
- მნიშვნელოვანია, ნორმებისა და წესების ახსნის გარდა, ბავშვები ემოციურად უსაფრთხო გარემოში იმყოფებოდნენ. მათ უნდა იცოდნენ, რომ კრიზისულ სიტუაციაზე ემოციური რეაქ-

ცია ბუნებრივია, ასევე, უნდა იცოდნენ, რომ მშობელი ღელავს – ამის დამალვა საჭირო არაა. განუვითარეთ ბავშვებს ემოციური ინტელექტი შემდეგი ფორმით – დაუსახელეთ საკუთარი ემოციები და აღწერეთ. აღწერეთ, აგრეთვე, მისი გამოხატულებები ისევე, როგორც საკუთარი, უთხარით რა გაბრაზებთ, რა გასიამოვნებთ, ილაპარაკეთ ყოველდღიურობაში. მსგავსი ქცევა მშობლის მხრიდან ბავშვს ემოციების მართვასა და სხვისი ემოციების გაგებაში ეხმარება.

- გავითვალისწინოთ, რომ ბავშვებს მოაკლდათ სოციალიზაციის ძირითადი წყარო – სკოლა. უფროსებისთვის, რომლებსაც გაცნობიერებული გვაქვს სიტუაციის დროებითობა, ბევრად მარტივია მასთან გამკლავება. ბავშვებისთვის, გარკვეულ ასაკამდე, სოციალური დისტანცია შესაძლოა განსაკუთრებით სტრესული აღმოჩნდეს. უფროსები მიჩვეულნი ვართ და ვეგუებით სოციალიზაციის ნაკლებობას, ბავშვებისა და მოზარდობის ასაკში კი, სოციალიზაციის მოთხოვნილება განვითარების ნამყვანია. შესაბამისად, უნდა ველოდეთ, რომ თუ აქამდე სასწავლო პროცესი დაკავშირებული იყო სიამოვნებასთან, სოციალიზაციის ნაკლებობა მოტივაციის შემცირებას გამოიწვევს.
- სკოლის სტრუქტურის ფარგლებში, მოსწავლეები განათლებას მოტივაციისა და კომუნიკაციის ხარჯზე იღებენ, მათთვის განსაკუთრებით მამოტივირებელია მიღწევების შექება როგორც მასწავლებლის, ასევე თანატოლთა მხრიდან. ნუ შეშინდებით, თუ სახლში სწავლების პერიოდში მოტივაციის ნაკლებობას შეამჩნევთ და ბავშვს სწავლის მიმართ ინტერესი დაეკარგება. ეცადეთ, შეუნარჩუნოთ სატელეფონო და დისტანციური კომუნიკაცია მასწავლებლებთან და თანატოლებთან, გაიხსენეთ საკლასო სიტუაციები, მეგობრები სკოლაში, გარემო, მასწავლებლები; შესაძლოა გამოიყენოთ წარმოსახვითი და როლური თამაშები – მოაწყობთ სახლის სივრცის გარკვეული ნაწილი, როგორც კლასი და ა.შ. ეს მოსწავლეებს სასწავლო პროცესის მიმართ განწყობის შენარჩუნებაში დაეხმარებათ.
- თუ სკოლაში თქვენი შვილისთვის სპეციალური მასწავლებლები და საგნის მასწავლებლები იყვნენ სწავლების ექსპერტები, ახლა თქვენ მოგიწევთ, მშობლის გარდა, ეს როლიც შეითავსოთ. რადგან სწავლა კომპლექსური პროცესია, თქვენ უნდა დააკვირდეთ რა ტიპის დავალებები მოსწავლეს ბავშვს, რა ტიპის დავალებებს არიდებს თავს და, შესაბამისად, დააბალანსოთ სასწავლო რეჟიმი. შესაძლოა, სწავლებისთვის გამოყოთ კონკრეტული დრო, როდესაც ბავშვი ენერჯითა და ყურადღებითაა სავსე. შეთანხმდით გარკვეულ დროზე, რამდენი ხანი და როდის მეცადინეობთ, რამდენი დავალება უნდა შეასრულოთ ერთად და ა.შ. მეცადინეობის დაწყებამდე მცირე ხნით ადრე, შეახსენეთ ბავშვს, რომ მალე დაიწყებთ სწავლას. განსაკუთრებით ეფექტურია ვიზუალური განრიგის შექმნა, შეგიძლიათ ბავშვთან ერთად, ფურცელზე დახატოთ აქტივობები, რომლებიც დღის განმავლობაში უნდა შესრულდეს და გამოაკრათ შე-

სამწვევ ადგილას. ვიზუალური მასალა ბავშვებისთვის დამხმარეა და ხელს უწყობს დღის რუტინის შენარჩუნებას და მშობლებს თავიდან არიდებს ზედმეტ შფოთვას.

- მიმართეთ სპეციალურ მასწავლებელს ან საგნის მასწავლებელს, თუ კონკრეტულ სირთულეს ნააწყდებით. სპეციალისტებმა იციან რა ტიპის მიდგომა რა დროს უნდა გამოიყენოთ, მოიძიეთ და ითხოვეთ წყაროები კონკრეტულ საკითხთან მიმართებაში, როგორცაა, მაგალითად, მოსწავლის შეცვლილი ემოციური მდგომარეობა პანდემიის პირობებში, მათი ქცევითი მახასიათებლების გართულება და ა.შ.
- მშობლების გარკვეული ნაწილი აწყდება სირთულეს ძილის რეჟიმისა და ეკრანთან ბავშვების მიერ გატარებულ დროსთან დაკავშირებით. ამ კუთხით, აუცილებელია გავაცნობიეროთ, რომ შეუძლებელია სახლის პირობებში მოზარდ პიროვნებას ჩვეუნივით ყველა ის აქტივობა, რომელსაც ბავშვი სკოლაში და სხვა სივრცეებში იღებდა, თუმცა, მაქსიმალურად ახალი და მრავალფეროვანი აქტივობების შესრულება, რომელსაც გასართობი სახე აქვს, ბავშვებს ფსიქიკური ენერჯის პოზიტიური მიმართულებით რეალიზაციის ეხმარება. გაითვალისწინეთ, რომ ბავშვები სხვადასხვა ფორმით სწავლობენ და ერთ-ერთი თქვენთან ერთად თამაშია.

**შევაჯამოთ:**

- ⇒ შეინარჩუნეთ პოზიტიური ურთიერთობა და დამოკიდებულებები;
- ⇒ შეაქეთ ბავშვი ნებისმიერ მომენტში, როცა ამას იმსახურებს – ყურადღება მიაქციეთ განწყობასა და სწავლის მიმართ დამოკიდებულებას;
- ⇒ დაყავით დღე სხვადასხვა აქტივობებად – სასწავლო და გასართობად;
- ⇒ გამოიყენეთ ვიზუალური დამხმარეები – თავად დახატეთ, შექმენით დღის განრიგი;
- ⇒ ნაახალისეთ დამოუკიდებლობის უნარები – იქნება ეს თვითმომავალი თუ დავალებების დამოუკიდებლად შესრულება;
- ⇒ მიეცით არჩევანის საშუალება როგორც სწავლისას, ისე თამაშისას;
- ⇒ თქვენი პოზიციები მყარი უნდა იყოს და დაიცავით შემუშავებული წესები, თუმცა პერიოდულად გამოიჩინეთ მოქნილობა და ნადით დათმობებზე. გახსოვდეთ, რომ ჭირვეულობა ბავშვის მხრიდან ემოციური დაძაბულობის ნიშანია;
- ⇒ რაც მთავარია, თანაგრძობითა და მოთმინებით მიუდევით თქვენს საყვარელ ოჯახის პატარა წევრებს და ისინი აუცილებლად მსგავსად გიპასუხებენ.

# თვითმკვლელობა და თვითმკვლავობა



**თამარ გაბრიშვილი**  
ფსიქოლოგი

ჩემი პროფესიიდან გამომდინარე, ძალიან ბევრ ადამიანთან მიხვეწილად ვსაუბრობ და საოცარია ის, თუ როგორ ახერხებს ადამიანი თვითმკვლელობის და პოტენციური, რაც მას გააჩნია. რატომ არის, რომ ადამიანები შთააგონებენ საკუთარ თავს, რომ ისინი რაღაცას ვერ შეძლებენ, ვერ გააკეთებენ, რატომ აქვთ ადამიანებს შიში იმისა, რომ წარმატებას ვერ მიაღწევენ ან პირიქით – რატომ არიან ადამიანები უკრიტიკონი საკუთარი შესაძლებლობების მიმართ.

**თვითმკვლელობა არ ნიშნავს ეფექტურობას.** ეფექტურობა ის, რაც ობიექტურად ეფექტურია, ის, რასაც მოაქვს შედეგი, რასაც მოაქვს პროდუქტი, ანუ გარკვეული მოქმედების შედეგი. თვითმკვლელობა სუბიექტური რწმენაა, გვჯერა იმის, რომ ჩვენ შევძლებთ კონკრეტულ სიტუაციასთან გამკლავებას და გვჯერა, რომ შევძლებთ ამ კონკრეტული ამოცანის გადაჭრას.

ჩვენი ამ თვისების აღმოჩენას და მის შესახებ გარკვეული შეხედულებებისა და გამოცდილების დაგროვებას ალბერტ ბანდურას უნდა ვუმაღლოდეთ. რას ნიშნავს ეს რწმენა იმისა, რომ მე შემიძლია გავუმკლავდე კონკრეტულ სიტუაციას. ამის საფუძველი და ფესვები ჩვენს ბავშვობაში უნდა ვეძებოთ. უნდა გავისხენოთ ჩვენი თავი, როცა ვიყავით პატარები და როდესაც ვიძიებდით გარემოს, ვცდილობდით პატარა-პატარა პრობლემების გადაგვჭრა, როდესაც შევხვდებოდით ჩვენ გარშემო ადამიანებს, რომლებიც ჩვენივე ავტორიტეტები იყვნენ. ჩვენი უმნიშვნელო მარცხი, მათი პატარა რეპლიკა ამ ჩვენი მცდელობების მიმართ კარგად გვახსოვს და ხშირად გვახსოვს ნეგატიურად: „რა არის, შე ბოეთ, ვერ მოახერხე.“, „ხომ იცი, რომ არ გამოგვჭრა, როდესაც შევხვდებოდით...“, „ხომ იცი, რომ ხელი არ უნდა მოკიდო...“ და ა.შ. როდესაც შენ, პატარა არსება, ცდილობ გარემო შეისწავლო, აითვისო, შენთვის პატარა-პატარა პრობლემები გადაწყვიტო, მხოლოდ შენს რწმენაზეა დამოკიდებული, ამას მოახერხებ თუ არა. ნელ-ნელა გიყალიბდება განცდა იმისა, რომ შენ, სხვისგან დამოუკიდებლად, ახერხებ გარკვეული ამოცანების გადაჭრას და მნიშვნელოვანია, როცა გარემო ამაში ხელს გინწყობს იმით, რომ ნაგახალისებს, მხარს გიჭერს და გეუბნება, რომ შენ მოახერხებ ამის გაკეთებას, თუ ვერ მოახერხებ, მე შენ დაგეხმარებ და ამაში არ არის პრობლემა.

ერთი ძალიან საინტერესო მომენტია, **თვითმკვლელობა არ ნიშნავს საკუთარი თავის ისეთ უკიდურეს რწმენას, რომ შენ ყველაფერი შეგიძლია. ეს ძალიან მნიშვნელოვანი ნიუანსია. თვითმკვლელობა ნიშნავს, რომ მე ზუსტად ვიცი, რისი გაკეთება შემიძლია და რისი გაკეთება არ შემიძლია, არა რესურსი გამაჩნია. მე მაქვს რწმენა იმისა, რომ შევძლებ რაღაცების დაძლევას, რაღაცებზე კი დამჭირდება დახმარება. რატომ არის ეს მნიშვნელოვანი? იმიტომ, რომ ჩვენ, ზოგადად, დახმარების თხოვნა არ გვიყვარს. იმიტომ, რომ გვგონია, ამით ჩვენს რეპუტაციას შევლახავთ. არ გვიყვარს იმის აღიარება, რომ რაღაცას ვერ მოახერხებთ ან რაღაცის შესახებ ნაკლები ცოდნა გვაქვს. არასოდეს ვაღიარებთ იმას, რომ არ ვართ კომპეტენტურები გარკვეულ საკითხში, მაგრამ სხვა საკითხებში ვართ კომპეტენტურები და აი, აქ არის ზუსტად ის მთავარი შეხედულება, რომელსაც თვითმკვლელობა შეჰქვია. თვითმკვლელობა ზუსტად ეს არის, როცა ჩვენ, ერთი მხრივ, გვჯერა იმისი, რომ მოვახერხებთ კონკრეტულ სიტუაციასთან გამკლავებას, გამოვიყენებთ ჩვენს კომპეტენციებს და გადავჭრით ამ პრობლემას და ამასთანავე, ვიცით ჩვენი საზღვრები, ზუსტად ვიცით, სადამდე გვიყვარს ეს კომპეტენცია და როდის დაგვჭირდება სხვა რესურსების მოძიება სირცხვილის გარეშე, თვითდამცირების გარეშე, იმის გარეშე, რომ თავი მოვაჩვენოთ ვიღაცას, რომ ყველაფერი შეგიძლია, ყველაფერი ვიცით და ყველაფერში კომპეტენტურები ვართ. აი, აქ არის ზუსტად სერიოზული ნინაბლემები. გარედან ჩანს, რომ ადამიანი უკრიტიკოა და აქვს მაღალი წარმოდგენა თავის თავზე, რომ ყველაფერი შეუძლია (ჩვენ ვიცნობთ ასეთ ადამიანებს), თუმცა, თუ ძალიან ღრმად ჩავიხედავთ ამ ადამიანების სიღრმეებში, აღმოვაჩინებთ, რომ ეს დაცვის რეაქციაა, კომპენსატორული რეაქციაა, როცა მე ვცდილობ ამით ჩემი დაბალი თვითმკვლელობის დაფარვას, სადაც ღრმად მჯერა იმის, რომ არ ვარ კომპეტენტური, მაგრამ სხვებმა ეს არ უნდა დაინახონ, სხვებმა უნდა იფიქრონ, რომ მე ყველაფერი შემიძლია და აი, აქ იწყება ადამიანის ტრაგედია.**

ჩემი პროფესიიდან გამომდინარე, მე მიხვეწილად ვსაუბრობ და საოცარია ის, თუ როგორ ახერხებს ადამიანი თვითმკვლელობის და პოტენციური, რაც მას გააჩნია. რატომ არის, რომ ადამიანები შთააგონებენ საკუთარ თავს, რომ ისინი რაღაცას ვერ შეძლებენ, ვერ გააკეთებენ, რატომ აქვთ ადამიანებს შიში იმისა, რომ წარმატებას ვერ მიაღწევენ ან პირიქით – რატომ არიან ადამიანები უკრიტიკონი საკუთარი შესაძლებლობების მიმართ.

**თვითმკვლელობა არ ნიშნავს ეფექტურობას.** ეფექტურობა ის, რაც ობიექტურად ეფექტურია, ის, რასაც მოაქვს შედეგი, რასაც მოაქვს პროდუქტი, ანუ გარკვეული მოქმედების შედეგი. თვითმკვლელობა სუბიექტური რწმენაა, გვჯერა იმის, რომ ჩვენ შევძლებთ კონკრეტულ სიტუაციასთან გამკლავებას და გვჯერა, რომ შევძლებთ ამ კონკრეტული ამოცანის გადაჭრას.

ჩვენი ამ თვისების აღმოჩენას და მის შესახებ გარკვეული შეხედულებებისა და გამოცდილების დაგროვებას ალბერტ ბანდურას უნდა ვუმაღლოდეთ. რას ნიშნავს ეს რწმენა იმისა, რომ მე შემიძლია გავუმკლავდე კონკრეტულ სიტუაციას. ამის საფუძველი და ფესვები ჩვენს ბავშვობაში უნდა ვეძებოთ. უნდა გავისხენოთ ჩვენი თავი, როცა ვიყავით პატარები და როდესაც ვიძიებდით გარემოს, ვცდილობდით პატარა-პატარა პრობლემების გადაგვჭრა, როდესაც შევხვდებოდით ჩვენ გარშემო ადამიანებს, რომლებიც ჩვენივე ავტორიტეტები იყვნენ. ჩვენი უმნიშვნელო მარცხი, მათი პატარა რეპლიკა ამ ჩვენი მცდელობების მიმართ კარგად გვახსოვს და ხშირად გვახსოვს ნეგატიურად: „რა არის, შე ბოეთ, ვერ მოახერხე.“, „ხომ იცი, რომ არ გამოგვჭრა, როდესაც შევხვდებოდით...“, „ხომ იცი, რომ ხელი არ უნდა მოკიდო...“ და ა.შ. როდესაც შენ, პატარა არსება, ცდილობ გარემო შეისწავლო, აითვისო, შენთვის პატარა-პატარა პრობლემები გადაწყვიტო, მხოლოდ შენს რწმენაზეა დამოკიდებული, ამას მოახერხებ თუ არა. ნელ-ნელა გიყალიბდება განცდა იმისა, რომ შენ, სხვისგან დამოუკიდებლად, ახერხებ გარკვეული ამოცანების გადაჭრას და მნიშვნელოვანია, როცა გარემო ამაში ხელს გინწყობს იმით, რომ ნაგახალისებს, მხარს გიჭერს და გეუბნება, რომ შენ მოახერხებ ამის გაკეთებას, თუ ვერ მოახერხებ, მე შენ დაგეხმარებ და ამაში არ არის პრობლემა.

ერთი ძალიან საინტერესო მომენტია, **თვითმკვლელობა არ ნიშნავს საკუთარი თავის ისეთ უკიდურეს რწმენას, რომ შენ ყველაფერი შეგიძლია. ეს ძალიან მნიშვნელოვანი ნიუანსია. თვითმკვლელობა ნიშნავს, რომ მე ზუსტად ვიცი, რისი გაკეთება შემიძლია და რისი გაკეთება არ შემიძლია, არა რესურსი გამაჩნია. მე მაქვს რწმენა იმისა, რომ შევძლებ რაღაცების დაძლევას, რაღაცებზე კი დამჭირდება დახმარება. რატომ არის ეს მნიშვნელოვანი? იმიტომ, რომ ჩვენ, ზოგადად, დახმარების თხოვნა არ გვიყვარს. იმიტომ, რომ გვგონია, ამით ჩვენს რეპუტაციას შევლახავთ. არ გვიყვარს იმის აღიარება, რომ რაღაცას ვერ მოახერხებთ ან რაღაცის შესახებ ნაკლები ცოდნა გვაქვს. არასოდეს ვაღიარებთ იმას, რომ არ ვართ კომპეტენტურები გარკვეულ საკითხში, მაგრამ სხვა საკითხებში ვართ კომპეტენტურები და აი, აქ არის ზუსტად ის მთავარი შეხედულება, რომელსაც თვითმკვლელობა შეჰქვია. თვითმკვლელობა ზუსტად ეს არის, როცა ჩვენ, ერთი მხრივ, გვჯერა იმისი, რომ მოვახერხებთ კონკრეტულ სიტუაციასთან გამკლავებას, გამოვიყენებთ ჩვენს კომპეტენციებს და გადავჭრით ამ პრობლემას და ამასთანავე, ვიცით ჩვენი საზღვრები, ზუსტად ვიცით, სადამდე გვიყვარს ეს კომპეტენცია და როდის დაგვჭირდება სხვა რესურსების მოძიება სირცხვილის გარეშე, თვითდამცირების გარეშე, იმის გარეშე, რომ თავი მოვაჩვენოთ ვიღაცას, რომ ყველაფერი შეგიძლია, ყველაფერი ვიცით და ყველაფერში კომპეტენტურები ვართ. აი, აქ არის ზუსტად სერიოზული ნინაბლემები. გარედან ჩანს, რომ ადამიანი უკრიტიკოა და აქვს მაღალი წარმოდგენა თავის თავზე, რომ ყველაფერი შეუძლია (ჩვენ ვიცნობთ ასეთ ადამიანებს), თუმცა, თუ ძალიან ღრმად ჩავიხედავთ ამ ადამიანების სიღრმეებში, აღმოვაჩინებთ, რომ ეს დაცვის რეაქციაა, კომპენსატორული რეაქციაა, როცა მე ვცდილობ ამით ჩემი დაბალი თვითმკვლელობის დაფარვას, სადაც ღრმად მჯერა იმის, რომ არ ვარ კომპეტენტური, მაგრამ სხვებმა ეს არ უნდა დაინახონ, სხვებმა უნდა იფიქრონ, რომ მე ყველაფერი შემიძლია და აი, აქ იწყება ადამიანის ტრაგედია.**

დევკი, ფსიქოლოგი, რომლის გამოსვლები სწორედ განვითარების განწყობას ეხება. და მართლაც, ჩვენ გარშემო აღმოვაჩინებთ არაერთ ადამიანს, რომელსაც სჯერა, რომ ასეთი დაიბადა და ასეთი იქნება მთელი ცხოვრება, რადგან ნიჭი განსაზღვრავს ყველაფერს. ქართული საზოგადოება ძალიან მონყვალადია სწორედ ასეთი აზრების გამო. ჩვენ გვჯერა, რომ ნიჭი ყველაფერს განსაზღვრავს. არ ვაფასებთ ადამიანის ძალისხმევას, ნებისყოფას, მის სწრაფვას იქითკენ, რომ შეიცვალოს და ბევრი რაღაც შეცვალოს ცხოვრებაში, თავის შესაძლებლობებში, ჩვენ ვაფასებთ ადამიანის ნიჭს და ეს ჩვენი ცნობილი გამოთქმაა, ფორმულა – ნიჭიერია, მაგრამ ზარმაცი, დღემდე ძალიან მოდაშია. როგორ ვაქვით ხოლმე ადამიანებს – შეილებს, მოსწავლეებს? რა ნიჭიერია, როგორი შესაძლებლობები აქვს. ამ დროს, არ ვაქცევთ ყურადღებას იმას, რა ძალისხმევა ჩადო ადამიანმა თავის შედეგში, თავის პროდუქტში, თავის მიღწევაში. ისევე ჩემი პროფესიის გამო, მიხვეწილად ვსაუბრობ, რომლებიც შემოდინ პირველ კურსზე, ამთავრებენ ბაკალავრიატს, მერე ჩემთან მოდიან მაგისტრატურაზე, დაბოლოს, ამთავრებენ მაგისტრატურას – ეს როგორი გარდასახვაა, იცით, როგორც (შეიძლება ცუდი მაგალითია) ლამაზი პეკელა რომ გამოდის ჭურჭრიდან, როგორ იცვლება განვითარების სტადიები და როგორ გამოფრინდება ბოლოს ლამაზი პეკელა. მე თვითონ ვერ ვცნობ ამ ადამიანებს იმიტომ, რომ მათ მოახერხეს თავიანთი რესურსების, შესაძლებლობების, პიროვნული უნარების განვითარება. ჩვენ რომ გვეძახა, რომ შენ ხარ ნიჭიერი ან გვეთქვა, ეს ნიჭიერია, შენ კი უნიჭო ხარ (ასე არ ვუბნებთ, მაგრამ ჩვენი ქცევით ვაგრძობინებთ ხოლმე, მაინც არაფერი გამოგვივა), ასე არ მოხდებოდა და ეს ძალიან მნიშვნელოვანი მომენტებია ადამიანის ცხოვრებაში – ჩვენ ხელს ვუწყობთ ზრდაზე ორიენტირებული განწყობის ჩამოყალიბებას.

ძალიან ბევრი ექსპერიმენტია ჩატარებული ამერიკულ ფსიქოლოგიაში სწორედ ბანდურას სოციალური დასწავლის თეორიაზე, სკოლებში (შეიძლება, ნაკლებად ეთიკური ექსპერიმენტები ბავშვებზე), მაგალითად, ერთ-ერთი ექსპერიმენტი იყო ასეთი, მასწავლებლებს აძლევდნენ ცრუ ინფორმაციას მათი მოსწავლეების IQ-ს შესახებ, ინტელექტების შესახებ და ეს ინფორმაცია დამახინჯებულია – ვისაც ჰქონდა დაბალი შესაძლებლობები, შედარებით დაბალი მაჩვენებლები ინტელექტის ტესტებში, მათ შესახებ მასწავლებლებს მაღალი მაჩვენებლები მისცეს და პირიქით. ზუსტად ეს თეორია, ვითარება შეიცვალა – წარმატებული მოსწავლეები გახდნენ „შეშინებულები“, ძალიან პასიურები, უინტერესოები და დემოტივირებულიები და ეს ოროსანი მოსწავლეები უფროდ გარდაიქმნენ. რა მოხდა? მასწავლებლებს შეეცვალა დამოკიდებულება. ჩვენ ვერც ვგრძობთ, უფროსები, ჩვენი ტონით, ფრაზით, თუნდაც სხეულის ენით, როგორ გავლენას ვახდენთ მოსწავლეთა თვითმკვლელობაზე და შესაბამისად, თვითმკვლელობაზე, როგორ ვაყალიბებთ მათ ნეგატიურ და ძალიან დაბალ განწყობას საკუთარი შესაძლებლობების განვითარების მიმართ. ძალიან ბევრი მსგავსი ექსპერიმენტი გვეუბნება, როგორ შეიძლება ამ ავტორიტეტულმა ადამიანმა, იქნება ეს მასწავლებელი თუ მშობელი, ხელი შეუწყოს თვითმკვლელობის განვითარებას, რწმენის გაჩენას, რომ მე ვარ კომპეტენტური, კონკრეტულ სიტუაციაში მე შევძლებ მოქმედებას, თუ ვერ შევძლებ, სიტუაციას შევძლებ, სად ვერ ვიქნები კომპეტენტური, ამის გამო გული არ გამისკდება და თვითმკვლელობა არ დამენევა. აი, ეს არის ყველაზე მნიშვნელოვანი მომავალი პიროვნების ჩამოყალიბებაში.

დღეს ჩვენი ვუყურებთ ადამიანებს, რომლებმაც ვერ გამოიყენეს თავიანთი რესურსები, ვერ გამოიყენეს თავიანთი შესაძლებლობები, ძალიან კარგი ინტელექტის ადამიანებს, რომლებსაც არც ვარშემომყოფებს სჯერათ, არც იციან, რომ მათ ეს შესაძლებლობები აქვთ. ასევე ვხედავთ ადამიანებს, რომლებიც დანიხ-კრუგერის ეფექტით არიან შეპყრობილები, რომლებიც თვლიან, რომ ყველაფერი იციან და სინამდვილეში – არაფერი, ესეც ხომ სერიოზული პრობლემაა. ჩვენ ვუყურებთ ექსპერტებს, რომლებიც სინამდვილეში ექსპერტები არ არიან, ვუყურებთ ადამიანებს, რომლებსაც ძალიან დიდი წარმოდგენა აქვთ თავიანთი კომპეტენციებზე და სინამდვილეში ისინი დიდად კომპეტენტურები ვერ ჩაითვლებიან, პარალელურად, ვუყურებთ ადამიანებს, რომლებსაც აქვთ ეს შესაძლებლობები და ვერ იყენებენ. აი, ეს არის სწორედ დამახინჯებული თვითმკვლელობის შედეგი, რომელსაც მე ვერ ჩვენი საზოგადოება ძალიან დიდ ფასს იხდის, რადგან ეს ნიშნავს დამახინჯებულ ცხოვრებას, უკმაყოფილო ადამიანებს. **„მე არავის არ ვუყვარვარ“ – ამას ამბობს ისიც, ვისაც უკრიტიკოდ მაღალი თვითმკვლელობა აქვს და ისიც, ვისაც კრიტიკულად დაბალი თვითმკვლელობა აქვს. ასეთი ადამიანები არასოდეს არიან კმაყოფილები და ეს უკვე გადადის მენტალურ პრობლემაში, ფსიქიკური ჯანმრთელობის საკითხი ხდება.** ამიტომ ძალიან მნიშვნელოვანია მშობლის, მასწავლებლის, მენტორის ყურადღება მომავალი თაობის მიმართ, რომ მათ თვითმკვლელობაზე, ზრდაზე, განვითარებაზე ორიენტირებული განწყობა ჩამოყალიბდეთ. რატომ არის, რომ ძალიან ბევრს, გარდატყვის ასაკში, საკუთარი თავი არ მოსწონს, სხეული არ მოსწონს, არაფერი არ მოსწონს და ჩვენ კიდევ, ჩვენი რეპლიკებით, ვუმჯაფრებთ ამ განცდას, ვუბნებთ: „შენ ინტერესი არ გაქვს“, „შენ არაფერი არ შეგვიძლია“, „არაფერს შენ არ აკეთებ“ და ა.შ. არ ვინტერესდებით, რა მიდრეკილებები აქვს ამ ადამიანს. ძალიან ხშირად, მშობელი მეუბნება: არ ვიცი, ეს თუ აინტერესდება. არ იცის მშობელმა, რა აინტერესებს მის შვილს, სამაგიეროდ, თვითონ იცის, რაც აინტერესებს, თავისი ინტერესით ცდი-

განათლება

ლობს შვილის წარმართვას. ხშირ შემთხვევაში, მისი ინტერესი არ არის შვილის ინტერესი და მშობელი ჩივის, რომ მას არაფერი არ მოსწონს, არ უნდა. ნაიყვანე, მაგალითად, ჭიდაობაზე და ორ თვეში გამოვიდა, ნაიყვანე ციგურებზე – ორ თვეში გამოვიდა, ნაიყვანე ხატვაზე – ორ თვეში გამოვიდა. რატომ? ან არ სჯერა, რომ რამე გამოუვა, ან შეეჯახა წინააღმდეგობას, დაბრკოლებას (მაგალითად, ვილაცამ შენიშვნა, სპორტის ან ცეკვის მასწავლებლები ხშირად ხმამაღალი ტექსტებით მიმართავენ ხოლმე მოსწავლეებს, დისციპლინირების თვალსაზრისით), არ მოეწონა და გამოვიდა. **შენიშვნები პირდაპირ ურტყამს მის თვითშეფასებას და არ უნდა, რომ ყოველთვის ამ შენიშვნების სამიზნე იყოს**, არ უნდა, რომ თავის თავთან ალიაროს ის, რომ პირველივე ჯერზე, შეიძლება, არ გამოუვიდეს რაღაც და ამას სჭირდება ძალისხმევა. ეს მას არავინ არ ასწავლა ბავშვობიდან და ჩვენ ვხედავთ ადამიანს, რომელიც იწყებს საქმეს და არ ამთავრებს, პატარა დაბრკო-

ლება შეხვდება თუ არა, ეგრევე თავს ანებებს დაწყებულ საქმეს. შესაბამისად, ჩვენ გვაქვს ნახევრად შემდგარი და არშემდგარი ადამიანების არმია, ადამიანებისა, რომლებსაც აქვთ ფანტასტიკური შესაძლებლობები, ძალიან კარგი რესურსები, მაგრამ ეს არავინ არ იცის, მათივე ჩათვლით. აქედან გამომდინარე, ჩვენთვის, როგორც მასწავლებლებისთვის, როგორც მშობლებისთვის, ძალიან მნიშვნელოვანია, რომ ბავშვებს დავუჭიროთ მხარი, პოზიტიურად შევეფასოთ ისინი. რას ნიშნავს ეს? სულ ვაქოთ და პოზიტიურ მხარეებზე ველაპარაკოთ? არა, იმიტომ, რომ, ჩვენ არ ვცხოვრობთ ბამბაში, რეალურ ცხოვრებაში ვცხოვრობთ, სადაც ყველა არასოდეს არ შეგვაქვს, ყველას არასოდეს მოვეწონებოდა და რა საჭიროა, რომ ყველას მოეწონოს და ყველამ შეგაქვს.

ბავშვობაში ეგოცენტრული არსებები ვართ და გვაქვს განცდა, რომ ჩვენ ვართ დედამიწის ცენტრი და ყველა ჩვენ გარშემო უნდა ტრიალებდეს. ნელ-ნელა, ამ ილუზიას ვკარგავთ.

ამ ილუზიის უმტკივნეულოდ დაკარგვაში, ჩვენი თვითშეფასების განვითარებაში და ჩვენი თვითფექტურობის ჩამოყალიბებაში სწორედ უფროსებმა, მონიფულმა პიროვნებებმა უნდა შევიყვანოთ ხელი, მხარი დაგვიჭირონ, რომ ჩვენ გვჯეროდეს, რომ ვართ კომპეტენტური კონკრეტული საქითების და ამოცანების გადაწყვეტაში. თუ არა ვართ კომპეტენტურები, შეგვიძლია, გავუმკლავდეთ ჩვენთვის უცნობ სიტუაციას და ამისთვის შეგვიძლია, ვითხოვთ დახმარება, მოვიძიოთ რესურსები ისე, რომ არ დაეცეს ჩვენი თვითშეფასება და არ გავგიუფასურდეს საკუთარი თავი.

მომხსენებელი **ლალი თვალაბიშიძე**

**წყარო:**  
[https://www.youtube.com/watch?v=w2MK\\_V8wuOE&fbclid=IwAR1aJNcv7IvYkt\\_hUwipYym81vFTzUSGEHcO77QPqz7OBoCoB-xBRKyUEg](https://www.youtube.com/watch?v=w2MK_V8wuOE&fbclid=IwAR1aJNcv7IvYkt_hUwipYym81vFTzUSGEHcO77QPqz7OBoCoB-xBRKyUEg)



## ორი მედალი მსოფლიო ჩემპიონატზე

ქართველმა მოჭადრაკეებმა წარმატებით იასპარეზეს 17-წლამდელ გოგონათა შორის მსოფლიო სასკოლო ჩემპიონატში, რომელიც ონლაინ რეჟიმში, 3-25 ოქტომბერს, მიმდინარეობდა. ტურნირში 40 მონაწილე გამოდიოდა და ორმაგად სასიხარულოა, რომ ასეთ წარმომადგენლობით შეჯობებაში საქართველოს სამეცნიერო გუნდმა ორი მედალი მოიპოვა, თან – ჩემპიონის ტიტულსაც დაეუფლა.

ერთი სიტყვით, ჩვენი მოჭადრაკეების მონაგარი 2 მედალია – ოქრო და ბრინჯაო. 17-წლამდელთა ტურნირში ჩემპიონი **ეკატერინე ფიფია** გახდა, ხოლო **ნია დონღვანი** მესამეზე გავიდა. ჩვენი კიდევ ერთი მონაწილე – **დიანა ლომია** მე-12 ადგილზე დარჩა.



ეკატერინე ფიფია

ეკატერინე ფიფიამ მშვენივრად ჩაატარა მთელი შეჯობება და, 9 შესაძლებელიდან 8 ქულით, დაუმარცხებლად გაიმარჯვა – 7 პარტია მოიგო, 2 ყაიმით დაასრულა. საქართველოს ჩემპიონმა 20-წლამდელთა შორის, ნია დონღვანმა 7 ქულით მოიპოვა საპრიზო ადგილი.

ახალგაზრდა მოჭადრაკეებს წარმატება მიულოცა საქართველოს განათლების, მეცნიერების, კულტურისა და სპორტის მინისტრმა, **მიხეილ ჩხენკელმა**:

„მიხარია, რომ ის დიდი ტრადიციები, რაც სპორტის ამ სახეობაში გვაქვს, გრძელდება და 50 წელიწადზე მეტია, შეუქცევად ხასიათს ატარებს. საქართველოს ეროვნული და ასაკობრივი ნაკრები გუნდები ევროპისა და მსოფლიოს ჩემპიონატებზე, ოლიმპიადებზე ყველაფერს ანგარიშგასწავნა და წარმა-



ნია დონღვანი

ადგენენ და მუდმივად საპრიზო ადგილისთვის იბრძვიან. მსოფლიო სასკოლო ჩემპიონატში ეკატერინე ფიფიას ჩემპიონობა და ნია დონღვანის ბრინჯაოს მედალი ჩემთვის ორმაგად სასიხარულოა – ერთი, რომ პანდემიის პირობებში, შემცირებული სპორტული აქტივობების ფონზე, გოგონებმა მოახერხეს ქართველი გულშემმატკივრების გახარება და მეორე – მათ მედლები მოიპოვეს მსოფლიო სასკოლო ჩემპიონატზე, რაც მისაბძი მაგალითი გახდება სკოლის სხვა მოსწავლეებისთვის, მომავალი თაობისთვის, ვისზე ზრუნავს ჩვენი უპირველესი ამოცანა“.

## ბოლო ტურის დრამები საქართველომ დაფიქსირა

კოვიდ პანდემიის პირობებში, როცა ქართული სპორტი იძულებით შევსრულდებოდა, ჭადრაკი იმ გამონაკლისად რჩება, სადაც აქტიურად ტარდება ტურნირები – ონლაინად და ჩვეულებრივ ფორმატშიც. ბოლო პერიოდში, როცა ეპიდემიური ვითარება ქვეყანაში მკვეთრად გაუარესდა, დარბაზში პირისპირ თამაშზე უარი თქვეს და ონლაინ სივრცეში გადაინაცვლეს. თუმცა ის შეჯიბრებები, რომელშიც დარბაზში შეიძლება დაწყებული, ისე იმავე რეჟიმში გამართეს, ოღონდ ეპიდემიის პრევენციისთვის საჭირო ღონისძიებების სრული დაცვით – შენობაში შესვლისას უტარდებოდათ თერმოსკრინინგი, თამაშობდნენ პირბადით, ტურის დასრულების შემდეგ კი დარბაზსაც, საქართველომ დაფიქსირა და ფიგურებდაც უტარდებოდა დეზინფექცია.

სწორედ ჩვეულებრივ ფორმატში დაიწყო და ასევე ჩამთავრდა საქართველოს ჩემპიონატი 10-წლამდელთა შორის, რომელიც ნონა გაფრინდაშვილის ჭადრაკის სასახლეში გაიმართა (იქაურობა ახლა მით უფრო იქცა მთავარ საშეჯიბრო არენად და ყველა ტურნირის ის მასპინძლობს). ჩემპიონატი ძალიან საინტერესოდ და დაძაბულად წარიმართა – გოგონებშიც და ბიჭებშიც ჩემპიონები მხოლოდ ბოლო ტურში გამოვლინდნენ. თანაც, დასკვნითი დღე დრამატული აღმოჩნდა ორივე კატეგორიის ლიდერთათვის, გოგონებში დაინიშნულბოლი **მართა ძნელაძემ** მედალი მაინც მოიპოვა, ბიჭების ლიდერ **ერეკლე ტაბატაძემ** ბოლო ტურში წაგება **გაბრიელ გაბადაძესთან** არა მხოლოდ ოქროს დაკარგვად დაუჯდა, საერთოდ პრიზიორებშიც ვერ მოხვდა. თავის მხრივ, ამ გამარჯვებით იხიერა გაბადაძემ და მეორე ადგილზე გადაინაცვლა.

მისი მარცხით კარგად ისარგებლა გურჯაანელმა **დავით ყალაბაგაშვილმა**, დავით **ჩალაძემ** მოუგო და ჩემპიონიც გახდა. საინტერესოა, რომ ბიჭებში სამივე პრიზიორმა ქულათა თანაბარი ოდენობა დააგროვა – 7-7, მათ შორის ადგილები კი დამატებითი მარცხებებით განაწილდა.

გოგონებშიც რეგიონის წარმომადგენელმა გაიმარჯვა – ბათუმელმა **კესარია მგელაძემაც** კარგად გამოიყენა ლიდერის მარცხი, დასკვნით პარტიაში იმარჯვა და ჩემპიონიც გახდა.

**გოგონები: კესარია მგელაძე** (ბათუმი, მწვრთნელი – ნიკოლოზ მანაგაძე) – 7,5 ქულა; **თეკლა კოლუაშვილი** (ქუთაისი, მწვრთნელი – ხათუნა გუბელაძე) – 7; **მართა ძნელაძე** (ქუთაისი, მწვრთნელი – ნონა ჭეფხობაძე) – 7.

**ბიჭები: დათა ყალაბაგაშვილი** (გურჯაანი, მწვრთნელი – ვანო მინდორაშვილი) – 7 ქულა; **გაბრიელ გაბადაძე** (ქუთაისი, მწვრთნელი – გიორგი ტყემელაშვილი) – 7; **ანდრია კვირიაშვილი** (თბილისი, მწვრთნელი – იოსებ კვირიაშვილი) – 7.

ამ ტურნირს მალევე მოჰყვა 10-წლამდელთა მორიგი ტურნირი, ოღონდ უკვე თბილისის ჩემპიონატი. აქ სანადელი აისრულა ანდრია კვირიაშვილმა და ბიჭებში გაიმარჯვა. ალსანიშნავია, რომ გოგონებში ვერცხლის მედალს მისი და – **ანა კვირიაშვილი** დაეუფლა. მიზანს მიაღწია ზემოხსენებულმა ერეკლე ტაბატაძემაც და ამჯერად მედალოსნებში მოხვდა – მეორეზე გავიდა.

**გოგონები: ანასტასია ზარქუა** (მწვრთნელი – დავით ზარქუა) – 7 ქულა; **ანა კვირიაშვილი** (მწვრთნელი – იოსებ კვირიაშვილი) – 6; **ზარბაძე შუბითიძე** (მწვრთნელი – ელგუჯა ფხაკაძე) – 5.

**ბიჭები: ანდრია კვირიაშვილი** (მწვრთნელი – იოსებ კვირიაშვილი) – 7 ქულა; **ერეკლე ტაბატაძე** (მწვრთნელი – ხვიჩა ბახტაძე) – 6; **ნოდარ ღვინიაშვილი** (მწვრთნელი – გიორგი მაჭარაშვილი) – 5.

ამ დღეებში, ასევე, ჩატარდა საქართველოს ჩემპიონატი 16-წლამდელთა შორის, რომელიც ფოთელთა გამარჯვებით დასრულდა – გოგონებშიც და ბიჭებშიც ჩემპიონები იქაურები გახდნენ, თანაც, ორივე მათგანი – ზემოხსენებული დიანა ლომია და **აკაკი ყალიჩავა**ც **გორა ჩაჩუას** მოსწავლეები არიან.

10-წლიანთა ტურნირისა არ იყოს, ბოლო ტური აქაც სამწუხარო გამოდგა ბიჭების ლიდერისთვის: **ლუკა კილაძე** მთელი



ტურნირის განმავლობაში ლიდერობდა, მაგრამ ბოლო ტურში დამარცხდა და ჩემპიონობაც დაკარგა, ვერცხლის მედალს დასჯერდა. საინტერესოა, რომ ისიც და გოგონების ვიცე-ჩემპიონიც – ანასტასია კირთაძე ჯერ მხოლოდ 11 წლისა იმარჯნა, თუმცა უფროსებთან პაექრობაში წარმატებით ითამაშეს.

**გოგონები: დიანა ლომია** (ფოთი, მწვრთნელი – გორა ჩაჩუა) – 8 ქულა; **ანასტასია კირთაძე** (ქუთაისი, მწვრთნელი – ნიკოლოზ მანაგაძე) – 7,5; **დეა ბედოშვილი** (ბათუმი, მწვრთნელი – ლეონიდ ნეურონივი) – 6,5.

**ბიჭები: აკაკი ყალიჩავა** (ფოთი, მწვრთნელი – გორა ჩაჩუა) – 7 ქულა; **ლუკა კილაძე** (თბილისი, მწვრთნელი – დავით ზარქუა) – 6,5; **ჯაბა ადამია** (ბაღდათი, მწვრთნელი – რამაზ ენდელაძე) – 6,5.

## საქართველო ევროპის სპორტის კვირეულში

ტრადიციულად, ევროპის სპორტის კვირეულში საქართველო წელს აქტიურად ჩაება, რამდენადაც ამის საშუალებას კოვიდვითარება იძლეოდა. ზოგადად, ამ კვირეულის მთავარი გზავნილია ფიზიკური აქტივობა, რადგან ის ზრდის ადამიანის გონებრივ თუ ფიზიკურ შესაძლებლობებს, ადამიანებს ეხმარება სტრესის დაძლევაში, ეს ყველაფერი კი ძალზე აქტიურია სწორედ კოვიდ-19-ის პირობებში.

საქართველო, უკვე მესამე წელია, მონაწილეობს ამ კვირეულში. წელს ეს ონლაინ გამონვევა – **BeActive**, კამპანია კი 13 ნოემბრამდე გაგრძელდება და მასში ჩართვა ნებისმიერ მსურველს შეუძლია. საამისოდ საჭიროა, გადაიღოს ვიდეო ან ფოტო და გამოაქვეყნოს სოციალურ ქსელში, წარწერით „მე ვრჩები აქტიური, რომ ვიყო ჯანმრთელი“, საკონკურსოდ მოინვიონ და გამოიწვიონ მეგობრები.

ამ კამპანიის ფარგლებში, 17 ოქტომბერს, გორის რაიონის სოფელ ნიქოზში ჩატარდა ჩემპიონატი ბავშვთა შორის ხელნაწერ კლდეზე ცოცხაში. გამარჯვებულები სპეციალური პრიზებით დაჯილდოვდნენ.

მეორე დღეს უკვე რუსთავმა უმასპინძლა ამ კვირეულის მონაწილეებს, სადაც ჩატარდა ველოგარბენი ბავშვთა შორის, რამდენიმე ასაკობრივ კატეგორიაში – 2-5, 6-9 და 10-13. გამარჯვებულებს აქაც გადაეცათ თასები, მედლები და სამსახურო საჩუქრები.

რუბრიკას უძღვება **ირაკლი თაყაი**

# ლიტერატურა



ძველ თბილისში, ყოველ ადგენის ქუჩის 49 ნომერში, გაღებულია „ვერსისავენი“ ანუ კლასიკური ნამუშევრების გამოფენა მიმდინარეობს. „ლიტერატურა“ - ასე ჰქვია გამოფენას, რომელიც, შექმნილი ვითარებიდან გამომდინარე, საგამოფენო დარბაზიდან გაღებული ეზოში გადინდება.

„ყოველთვის ძალიან მომწონდა ეს ეზო, განსაკუთრებულად მიმაჩნდა. სულ მინდოდა აქ ხალაყ საინტერესო გამოეთქვინა. - ამბობს ანა კლასიკური, - თუკი-ღი სივსეცხვით ალოქვამ ამ ეზოს და ხადგან, ჰინციკში, ჩემი ცხოვრების უმეტესი ნაწილი, ხომოც თუკი-ღი მხატვარმა გავაჩუქე, სუხილი მქონდა, აქ ინსტრუქციის ან ხალაყ დიდის მოწყობის, ხისი საშუალება, სამხუხამო, ჯეჯეხობით, ახ მომეცა. ახლა, ამ უცნაუი პეიზაჟში, ხოცა ჰინციკში ცხოვრება დატოვებდა, სამხუხამო, თუკიში ალხადუხი ხედა. გაგვიჩნდა ასეთი ახი, ხომ გამოფენა ეზოში, ლიტერატურა, გაგვეეთქვინა.“

ამბობს, ხომ მთელი ცხოვრება, ხაც თავი ახსოვს, სულ ხატავს და ამში დიდი ნეილი შეიგანა თენგიზ მიხუამ-ვირმა. „5 წლიდან მოსკოვში ვცხოვრობდი და ჩვენთან სმიხად ჩამოდინოდა ჩუბჩიკა, ხომელიც ჩვენთან ცხოვრობდა და ყვედან იყო გაშლილი მისი სალუბავები, ჰასტელები, ჟლოდლები... შეიძლება ამანაც ხალაყ იმპერსი მომცა. უკვე ვთქვი, ხომ უმეტესი ნილი თუკიში ვმუშაობ, ხომოც მხატვარი, ხაც საგამოდ უცნაუი იმიტომ, ხომ ასეთი იონოქანში დავიბადე - ბაბუაჩემიც ყონოხუეისმი იყო,



მამაჩემიც და ჩემი ძმაც. ჰინციკში, უფრო ღოგიუხი იქნებოდა, ხომ ენო ყოთილიყო ჩემი ინტერესის სდეხო, მიყვარს ენო და ენოში მუშაობა, მაგამ იმთავითვე, თუკი-ღი, მე თუკი-ღი ფაქტეტი ვიხიჩი, მინდოდა თუკიში მემუშავა და ახ ენოში“.

ანა კლასიკური თუკი-ღი მხატვარი, მაგამ ამჟე-ხად, უსზოიციამი თუკი-ღი ყონოქემებს ვეი ნახავთ, მხატვარმა მხოლოდ აპლიკაციები გამოფინა.

მოამზადა ლალი თვალაბიშვილმა



**სამოქალაქო ციკლი**

5 ლარი

12 ლარი

10 ლარი

9 ლარი

გამომცემლობა „ახალი განათლება“  
ბათუმის რაიონი

**წიგნის თარო**

**ტესტები ქართულ ლიტერატურაში**

ქრონოლოგიური

წიგნი I  
V-XVIII სს  
მხარელობა

წიგნი II  
XIX საუკუნის  
მხარელობა

წიგნი III  
XIX საუკუნის  
მხარელობა

თითო ტომის ფასი - 13 ლარი

ხელმოწერის თანხა გადმოირცხათ რაქვიზიტავა:  
მიმღები - შპს „ახალი განათლება“, ს/კ 202058735,  
ა/ა GE93LB0113314052305000,  
ს/ს „ლიბერთი განავი“, ბ/კ LBRTGE22  
შეკენის მსურველები დაგვიკავშირდით:  
555 411 668, 599 88 00 73, 032 295 80 23

**ინოვაციური გაკვეთილები დაწვავით ქალსაგვი** - 6.50 ლარი

**ქართული (I-VI კლ.) მასწავლებელთა გამოსდებიისთვის** - 11 ლარი

**პროფესიული უნარები თორიული მასალა** - 15 ლარი

**ტექსტის გააზრება ანალიტიკური წარა** - 15 ლარი

**პროფესიული უნარები 300 მნიშვნელოვანი კითხვა-პასუხებით** - 8 ლარი