

Jekaterina Krauze

ORCID 0009-0000-5279-869X

Tikumu audzināšana
džudo filozofijā balstītās
fiziskajās aktivitātēs
5–6 gadus veciem bērniem
pirmsskolas un
interesešu izglītībā

Promocijas darbs – disertācija – zinātnes doktora grāda
“zinātnes doktors (*Ph. D.*)” iegūšanai

Nozaru grupa – medicīnas un veselības zinātnes

Nozare – veselības un sporta zinātnes

Apakšnozare – sporta pedagogija

Promocijas darba vadītājas:

Dr. paed. profesore **Agita Ābele**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Dr. paed. asociētā profesore **Inta Bula-Biteniece**,
Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Rīga, 2026

Anotācija

Ievads. Tikumu izpratnes veicināšana pirmsskolas vecuma bērniem ir būtisks pedagoģisks uzdevums, ko iespējams īstenot, izmantojot fiziskās aktivitātes ar džudo elementiem. Izstrādāts teorijā un praksē balstīts tikumu audzināšanas modelis sporta pedagoga darbam pirmsskolā, kas veicina bērnu tikumisko īpašību attīstību, balstoties uz džudo pamatprincipiem. Modelis atbilst mūsdienu izglītības prasībām un veicina bērnu pašregulāciju un aktīvu līdzdalību. Pētījums aktualizē tikumiskās audzināšanas nozīmi pirmsskolas izglītības vidē.

Pētījuma mērķis – tikumu apguves sekmēšana 5–6 gadus veciem bērniem ar džudo filozofijā un bērncentrētā pieejā balstīta kustību aktivitāšu modeļa satura lietojumu veselības un fiziskās aktivitātes mācību sporta nodarbībās pirmsskolas izglītības iestādē un interešu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem.

Materiāli un metodes. Pētījumā tika lietotas teorētiskās metodes, tostarp pedagoģiskās, psiholoģiskās un metodiskās literatūras analīze par tikumu audzināšanu pirmsskolas vecuma bērniem. Empīriskās metodes ietvēra bērnu uzvedības novērošanu fiziskajās aktivitātēs un ārpus tām, lai diagnosticētu cieņas, draudzīguma, godīguma un līdzdalības izpausmes; sistemātiskas pārrunas ar bērniem pēc vingrinājumiem, kas balstīti uz džudo filozofiju, lai konstatētu izmaiņas tikumu izpratnē; kā arī ekspertu anketēšanu, lai izvērtētu izstrādāto vingrinājumu un tikumu audzināšanas modeļa lietderību.

Tika izstrādāts bērnu tikumu audzināšanas modelis – džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes (DFBFA) – pirmsskolas izglītībā, izvērtējot tā objektīvo un subjektīvo komponentu savstarpējo sakarību un pārbaudot modeli teorijas un prakses vienībā pirmsskolas izglītības iestāžu veselības un fizisko aktivitāšu jomas sporta nodarbībās. Pētījumā piedalījās 5–6 gadus veci bērni no trim grupām Vsevoloda Zeļonija sporta skolas (VZSS) interešu izglītības programmā “Džudo” un no divām grupām pirmsskolas izglītības iestādēs. Datu apstrādei tika lietotas matemātiski statistiskās metodes (korelācijas un regresijas analīze), un rezultāti interpretēti, izmantojot kvantitatīvo un kvalitatīvo analīzi.

Rezultāti. Pētījuma rezultāti iegūti, izmantojot autores izstrādāto tikumu novērošanas skalu un psihodiagnostikas metodes (Kaļinina, Dermanova, Košeļeva), un parāda būtiskas atšķirības bērnu tikumu attīstībā atkarībā no pieredzes VZSS nodarbībās un DFBFA ieviešanas biežuma pirmsskolas izglītības vidē. Interešu izglītības grupās VZSS-1, VZSS-2 un VZSS-3 tika konstatēta izteikta pozitīva dinamika draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības rādītājos, kas fiksēta ar autores novērojumu skalu. *Kruskal–Wallis* tests apstiprināja statistiski nozīmīgas atšķirības starp grupām ar dažādu nodarbību pieredzi ($p < 0,05$). Bērni ar divu un trīs gadu pieredzi demonstrēja augstāku emocionālās pašregulācijas, sociālās mijiedarbības un prosociālās uzvedības līmeni nekā iesācēji (VZSS-3), ko papildus apliecina psihodiagnostikas

rezultāti. Pirmsskolas izglītības iestādē tika salīdzināta pamatgrupa PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) un salīdzinošā grupa PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā). Autores novērojumu skalas dati rāda, ka pamatgrupā novērots izteiktāks pieaugums visos 11 kritērijos un 26 diagnostiskajos rādītājos. Iekšgrupas analīze, izmantojot *Wilcoxon* testu, uzrādīja statistiski nozīmīgu progresu PII-4 bērniem ($p < 0,01$), īpaši sadarbības, empātijas, godīguma un uzvedības pašregulācijas jomās. Savukārt Manna–Vitnija tests apstiprināja statistiski nozīmīgas atšķirības starp PII-4 un PII-5, pamatgrupai sasniedzot augstākus rezultātus lielākajā daļā rādītāju ($p < 0,05$). Šie rezultāti ir saskanīgi gan ar novērojumiem, gan psihodiagnostikas datiem. Kopumā pētījums apliecina, ka džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes (DFBFA) būtiski veicina 5–6 gadus vecu bērnu tikumu attīstību un šī ietekme pieaug līdz ar nodarbību regularitāti un ilgstošu iesaisti (VZSS-2, VZSS-3; PII-4).

Secinājumi. Tika veikts pētījums, kurā aplūkotas pētījuma problēmas un aktualitātes, kā arī izstrādātas zinātniskās kategorijas, kas ļāva nonākt pie svarīgiem secinājumiem par pētījuma tēmu. Pētījuma teorētiskajā daļā tika analizēta tikumu audzināšanas nozīme pirmsskolas izglītībā, īpaši sporta nodarbībās, un tās iespējas džudo sporta nodarbībās. Tika konstatēts, ka jēdziens “tikumi” ietver morālo un ētisko vērtību kopumu, kas veicina indivīda spēju dzīvot harmoniski ar dabu un sabiedrību. Džudo filozofijas principi, piemēram, cieņa, godīgums un pašdisciplīna, ir svarīgi bērnu audzināšanā, attīstot raksturu un morālo stāju. Novērojumu rezultāti norāda, ka bērniem no 5 līdz 6 gadu vecumam džudo nodarbības veicina tikumu attīstību, uzlabojot fiziskās un emocionālās prasmes, piemēram, paškontroli un cieņu pret citiem. Pētījums parādīja, ka spēles un sacensību formas tiek izmantotas kā efektīvi rīki, lai veicinātu sadarbību un pašregulāciju. Ar metodēm, piemēram, rei (sveicināšanās, cieņas izrādīšana un pieklājības paklanīšanās), bērni mācās ievērot disciplīnu, savaldību un cieņu, kas ir būtiski visās dzīves sfērās. Eksperimenti pierādīja, ka regulāras džudo nodarbības uzlabo bērnu spēju veidot pozitīvas attiecības un uzlabot emocionālo stāvokli. Tika izstrādāti konkrēti kritēriji un rādītāji, lai novērtētu bērnu attīstību un veiktu sistemātisku tikumu audzināšanas uzraudzību. Pētījums uzsvēra nepieciešamību pēc pedagogu kvalifikācijas pilnveidošanas, lai efektīvāk īstenotu džudo filozofiju pirmsskolas izglītībā.

Atslēgvārdi: pirmsskolas izglītība, interešu izglītība, tikumi, tikumu audzināšana, džudo filozofija, fiziskās aktivitātes.

Abstract

Virtue Education in Judo-Philosophy-Based Physical Activities for 5–6-Year-Old Children in Preschool and Non-Formal Education

Introduction. Promoting virtue understanding in preschool age children is an essential pedagogical task that can be effectively implemented through physical activities incorporating elements of judo. A theoretically and practically grounded virtue education model was developed for sports pedagogy in preschool, aimed at fostering children's moral qualities based on fundamental principles of judo philosophy. The model aligns with contemporary educational standards and supports children's self regulation and active participation. The study highlights the importance of moral education within the preschool learning environment.

Aim of the study – to promote virtue acquisition in children aged 5–6 by applying a movement activity model based on judo philosophy and a child-centred approach within the Health and Physical Activity learning area in preschool sports lessons and in a judo extracurricular education programme for preschoolers.

Materials and Methods. The study employed theoretical research methods, including analysis of pedagogical, psychological and methodological literature on virtue education in preschool age children. Empirical methods included systematic observation of children's behaviour during and outside physical activities to diagnose expressions of respect, friendliness, honesty and cooperation; structured conversations with children after judo philosophy based exercises to identify changes in their virtue understanding; and expert surveys to evaluate the usefulness of the developed exercise set and the virtue education model. A virtue education model JPBPA (Judo Philosophy Based Physical Activities) was developed for preschool education by evaluating the interrelationship between its objective and subjective components and testing the model in theory practice unity within the Health and Physical Activity learning area. Participants were children aged 5–6 from three groups of the Vsevolods Zeļonijs Sports School Judo Extracurricular Education Programme and from two groups of a Preschool Education Institution (PEI). Data were processed using mathematical statistical methods (correlation and regression analysis) and interpreted through quantitative and qualitative approaches.

Results. The results obtained using the author's virtue-observation scale and psychodiagnostic methods (Kaļinina, Dermanova, Košeleva) show significant differences in children's virtue development depending on their experience in VZSS classes and on

the frequency of JPBPA implementation in preschool settings. In the extracurricular education groups VZSS-1, VZSS-2 and VZSS-3, a pronounced positive trend was observed in the indicators of friendliness, respect, honesty and cooperation, as measured by the author's observation scale. The Kruskal–Wallis test confirmed statistically significant differences between groups with different durations of training experience ($p < 0.05$). Children with two and three years of experience demonstrated higher levels of emotional self-regulation, social interaction and prosocial behaviour compared to beginners (VZSS-3), which was further supported by psychodiagnostic results. In preschool settings, the experimental group PIE-4 (JPBPA twice per week) was compared with the comparison group PIE-5 (JPBPA once per week). Data from the author's observation scale showed a more pronounced improvement in all 11 criteria and 26 diagnostic indicators in the experimental group. Intra-group analysis using the Wilcoxon test revealed statistically significant progress in PIE-4 ($p < 0.01$), particularly in cooperation, empathy, honesty and behavioural self regulation. The Mann–Vitnija test confirmed statistically significant differences between PIE-4 and PIE-5, with the experimental group achieving higher scores in most indicators ($p < 0.05$). These findings are consistent with both observational and psychodiagnostic data. Overall, the study confirms that judo philosophy based physical activities (JPBPA) significantly promote virtue development in children aged 5–6, and that effectiveness increases with greater regularity and longer involvement (VZSS-2, VZSS-3; PIE-4).

Conclusions. The study examined the research problem and its relevance and formulated scientific categories enabling important conclusions to be drawn. The theoretical part analysed the role of virtue education in preschool, particularly within sports activities, and its potential application in judo classes. It was established that the concept of virtues comprises a set of moral and ethical values that support the individual's ability to live harmoniously with nature and society. Judo philosophical principles – such as respect, honesty and self-discipline – play an essential role in children's upbringing by shaping character and moral stance. Observation results indicate that from the age of 5–6, judo-based activities foster virtue development and improve physical and emotional skills such as self-control and respect for others. The study demonstrated that games and playful competition are effective tools for promoting cooperation and self-regulation. Methods such as rei (greeting, expressing respect and bowing) help children acquire discipline, composure and politeness, which are essential in all areas of life. Experiments confirmed that regular judo classes strengthen children's ability to form positive relationships and improve emotional well-being. Specific criteria and indicators were developed to monitor children's development and systematically evaluate

virtue-education outcomes. The study emphasised the need for teacher professional development to implement judo philosophy more effectively in preschool education.

Keywords: preschool education, interešu izglītība, virtues, virtue education, judo philosophy, physical activity.

Satura rādītājs

Anotācija	3
Abstract	5
Darbā izmantotie saīsinājumi	11
Ievads	13
Pētījuma objekts	14
Pētījuma priekšmets.....	15
Pētījuma mērķis	15
Pētījuma hipotēze	15
Pētījuma uzdevumi	15
Pētījuma metodes.....	16
Pētījuma teorētiski metodoloģiskais pamats	16
Pētījuma zinātniskā novitāte.....	18
Pētījuma teorētiskā nozīme.....	18
Pētījuma praktiskā nozīme.....	19
Aizstāvēšanai izvirzītās tēzes	19
Ētiskie apsvērumi	20
1. Tikumu audzināšanas teorētiskais pamatojums džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs pirmsskolā.....	21
1.1. Tikumu jēdziena un būtības kultūrvēsturiskais skaidrojums	21
1.2. Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu apguves aktualitāte.....	31
1.2.1. Tikumi un to raksturojums pirmsskolas pedagogijā.....	31
1.2.2. Tikumisko īpašību audzināšanas specifika pirmsskolā	39
1.2.3. Tikumu audzināšanas iespējas interešu izglītībā	50
1.3. Džudo filozofijas nozīmīgums 21. gs. pirmsskolas izglītībā	54
1.3.1. Džudo filozofijas humānās vērtības	54
1.3.2. Džudo vingrinājumu un fizisko aktivitāšu specifikas lietderība pirmsskolā.....	59
1.3.3. Tikumu audzināšanas iespējas džudo aktivitātēs pirmsskolā.....	64
1.4. Tikumu audzināšanas modelis džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs pirmsskolā un tikumu apguves kritēriji, rādītāji un līmeņi	69
1.4.1. Teorijās pamatots tikumu audzināšanas modelis.....	69
1.4.2. Tikumu audzināšanas kritēriji, rādītāji un līmeņi.....	77
2. Pētījuma organizēšana un metodes.....	79
2.1. Pētījuma organizēšana.....	79
2.2. Pētījuma metodoloģija	84
2.2.1. Pētniecības pieeja un metožu izvēle	84
2.2.2. Pedagoģiskā pētījuma organizēšana	86
2.2.3. Pedagoģiskā pētījuma posmi	87
2.2.4. Pedagoģiskā modeļa un fizisko aktivitāšu struktūras izstrāde.....	89
2.2.5. Modelēšana, kritēriju skalu un psiholoģisko testu izstrāde	90
2.2.6. Testēšana	93
2.2.7. Pētījuma ētiskie principi	95
2.2.8. Zinātniskās literatūras analīze	96
2.2.9. Datu apstrādes metodes	97
3. Rezultāti.....	98
3.1. Bērnu tikumu pedagoģiskais pilotpētījums VZSS džudo nodarbībās.....	98

3.2. Ekspertu viedokļu izvērtējums par DFBFA tikumu audzināšanas satura izstrādes nepieciešamību	105
3.3. Bērnu tikumu sākotnējā līmeņa diagnostika PII (pirms pedagoģiskās intervences): metodes un rezultāti.....	107
3.4. Pedagoģiskās intervences (DFBFA) organizācija un īstenošana PII VFAMJ nodarbībās	113
3.5. Bērnu tikumu apguves līmeņa rezultātu dinamika pēc DFBFA aprobēšanas PII.....	125
3.6. Ekspertu vērtējuma analīze par DFBFA ietekmi uz bērnu tikumu izpausmēm pēc pedagoģiskās intervences.....	130
3.7. Salīdzinājums starp PII un VZSS grupu rezultātiem	131
3.8. DFBFA modeļa pilnveide un strukturālais pamatojums.....	146
Diskusija.....	149
Secinājumi.....	153
Praktiskās rekomendācijas	155
Priekšlikumi	156
Publikāciju, ziņojumu saraksts par promocijas darba tēmu	157
Literatūras un avotu saraksts	159
Pateicības.....	173
Pielikumi	174
1. pielikums	175
2. pielikums	176
3. pielikums	177
4. pielikums	178
5. pielikums	179
6. pielikums	180
7. pielikums	182
8. pielikums	183
9. pielikums	184
10. pielikums	185
11. pielikums	186
12. pielikums	187
13. pielikums	188
14. pielikums	189
15. pielikums	190
16. pielikums	191
17. pielikums	192
18. pielikums	193
19. pielikums	194
20. pielikums	195
21. pielikums	196
22. pielikums	197
23. pielikums	198
24. pielikums	199
25. pielikums	201
26. pielikums	203
27. pielikums	204
28. pielikums	205
29. pielikums	206

30. pielikums	207
31. pielikums	208
32. pielikums	209
33. pielikums	210
34. pielikums	215
35. pielikums	216
36. pielikums	217
37. pielikums	218
38. pielikums	219
39. pielikums	220
40. pielikums	221
41. pielikums	222
42. pielikums	223
43. pielikums	224
44. pielikums	226
45. pielikums	228
46. pielikums	233
47. pielikums	238
48. pielikums	239
49. pielikums	243
50. pielikums	248

Darbā izmantotie saīsinājumi

Busido	Japāņu samuraju ētikas un tikumisko vērtību kodekss, kas kalpo par pamatu džudo filozofijai un tās audzinošajai funkcijai
DFBFA	Džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes
Dojo	Džudo treniņu un mācību telpa
Dojogeiko	Džudo nodarbība dojo vidē
Dza dzen	Sēdēšanas poza ar sakrustotām kājām meditācijai
Dzen	Budistu meditācijas skola, kas balstās apcerē un apgaismības principos
Džiudžitss	Tradicionāla japāņu tuvcīņas sistēma, no kuras vēsturiski attīstījās džudo; darbā izmantots kā filozofiskais un vēsturiskais konteksts
Džudo nodarbības	Interesu izglītības iestādē (VZSS) īstenotas nodarbības, kuru saturs balstīts džudo filozofijā un pedagoģiskajā pieejā
FA	Fiziskā aktivitāte
Hitozukuri	Personas veidošanas programmas džudo filozofijā
IJF	<i>International Judo Federation</i> (Starptautiskā Džudo federācija, SDF)
IZM	Izglītības un zinātnes ministrija
<i>Jita-Kyoei</i>	Savstarpējais labums un labklājība; viens no Dzigoro Kano džudo filozofijas pamatprincipiem, kas uzsvēr sadarbības un kopējā labuma nozīmi
Judoka	Džudo praktizētājs; personāla vai audzēkņu apzīmējums, kas izmanto džudo principus vai piedalās džudo nodarbībās
Kangeiko	Ziemas prakse un fiziskās sagatavotības process, kas vienlaikus ietver vērtību un tikumu audzināšanu
Kata	Iepriekš sagatavotu, noteiktā secībā izpildītu kustību un sadarbības vingrinājumu sistēma, kas demonstrē džudo tehnikas principus kontrolētā un strukturētā veidā (<i>a formal system of prearranged exercise</i>)
Keiko	Praktiska vingrinājumu izpilde džudo filozofijas un audzināšanas principu ietvaros
Kimono	Džudo treniņtērps paredzētajām nodarbībām
<i>Kodokan</i>	Džudo centrālā institūcija Japānā
Konfūcisms	Ķīniešu mācība par tikumību, cieņu un sabiedrisko harmoniju
LDF	Latvijas Džudo federācija
PG	Pamatgrupa
PII	Pirmsskolas izglītības iestāde
PI PII B	Pedagoģiskās intervences PII noslēguma posms
PI PII S	Pedagoģiskās intervences PII sākuma posms
PII-4	Pamatgrupa PII ar DFBFA 2× nedēļā
PII-5	Salīdzinošā grupa PII ar DFBFA 1× nedēļā
PP VZSS	Pedagoģiskais pilotpētījums VZSS

Randori	Brīvas formas mijiedarbības vingrinājums, kurā partneri praktizē kustības, sadarbību un situāciju risināšanu bez sacensību elementa. Izmantots pedagogiskā, nevis sporta sacensību, nozīmē (<i>free practice</i>)
Rei	Cieņas un pieklājības apliecinājums, paklanīšanās pirms un pēc mijiedarbības; viens no džudo audzināšanas pamatelementiem
<i>Respect</i>	Atkārtota uzmanības pievēršana partnerim vai situācijai (atskatīšanās, pārskatīšana), kas simbolizē cieņu, atbildību un apzinātu sadarbību
Samuraji	Profesionāla karavīru kārta viduslaiku Japānā
<i>Seiryoku Zenyo</i>	Maksimāla efektivitāte ar minimālu piepūli; viens no Dzigoro Kano pamatprincipiem
SEM	Sociāli emocionālā mācīšanās
<i>Sesshin</i>	Īpašs treniņu vai koncentrēšanās periods
SG	Salīdzinošā grupa
Sintoisms	Japāņu tradicionālā reliģija, kuras centrā ir senču, dabas un gariem (kami) veltīta godināšana
Tatami	Džudo paklājs
Ukemi	Krišanas māksla (džudo drošās piezemēšanās tehnika)
VFAMJ	Veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma
VISC	Valsts izglītības satura centrs
VJIC	Valsts jaunatnes iniciatīvu centrs
VZSS	Vsevoloda Zeļonija sporta skola
VZSS-1	1 gada pieredze VZSS nodarbībās
VZSS-2	2 gadu pieredze VZSS nodarbībās
VZSS-3	Bez iepriekšējās pieredzes (iesācēji) VZSS

Ievads

Mūsdienu pirmsskolas izglītības pedagoģiskajā praksē arvien biežāk tiek konstatētas izteiktas bērnu uzvedības grūtības, nepietiekama sociāli emocionālā pašregulācija, agresīvas reakcijas un sadarbības prasmju trūkums, kas būtiski sarežģī bērnu socializācijas un personības attīstības procesu. Minētās izpausmes nav izolēts pedagoģisks fenomens, bet saistītas ar plašāku sociālo kontekstu. Empīriskie pētījumi apliecina, ka vardarbības pieredze un negatīva sociālā vide būtiski ietekmē bērnu uzvedības modeļus un var sekmēt agresīvas reakcijas agrīnā vecumā (Ellonen & Pösö, 2011). Vienlaikus pētnieki norāda, ka pirmsskolas vecums ir sensitīvs periods tikumiskās apziņas, pašregulācijas un sociālās uzvedības pamatu veidošanā (Bandura, 2014; Выготский, 2010). Nepietiekami sistemātiska audzināšanas funkcijas īstenošana šajā vecumposmā var pastiprināt sociāli nevēlamu uzvedības modeļu nostiprināšanos. Pētījuma aktualitāti apliecina gan Latvijas zinātnieku darbi (Kiope, 2015a; Fernández González, 2019a; Lasmane, 2024), gan starptautiskie pētījumi, kuros uzsvērtā vērtībās balstītas izglītības nozīme agrīnā vecumā (Khandaker, 2021).

21. gadsimta sociālekonomiskās un tehnoloģiskās pārmaiņas ir veicinājušas akcenta pārbīdi izglītības sistēmā par labu mācību procesam, vienlaikus mazinot audzināšanas komponentes nozīmi, neraugoties uz tās nostiprinājumu kā neatņemamu izglītības procesa sastāvdaļu normatīvajos dokumentos (LR MK, 2018). Atšķirīgās ģimeņu materiālās iespējas nosaka nevienlīdzīgu bērnu piekļuvi interešu izglītībai un sporta nodarbībām, kas var negatīvi ietekmēt bērnu sociāli emocionālo labklājību un uzvedību.

Dominējot materiālajām vērtībām pār garīgajām, samazinās pozitīvu tikumisko paraugu pieejamība un vērtīborientēta audzināšana, kas var veicināt sociāli negatīvu attieksmju nostiprināšanos (Špona, 2022; Bandura, 2014). Minētās tendences ir analizējamas plašāku sociāli vēsturisko transformāciju kontekstā, kur notiek tradicionālo kopienas normu un audzināšanas mehānismu strukturāla pārveide (Blum, 2017). Savukārt empīriskie pētījumi apliecina saistību starp vērtību dezorientāciju, sociālo vidi un agresīvas uzvedības izpausmēm bērībā un pusaudžu vecumā (Fung et al., 2019; Ellonen & Pösö, 2011; Raaijmakers et al., 2008; Lee et al., 2022; Lindell-Postigo et al., 2023).

Atbilstoši izglītības reformas "Skola 2030" metodiskajiem materiāliem (VISC, 2019) pirmsskolas vecums tiek raksturots kā īpaši labvēlīgs posms mērķtiecīgai bērnu pašregulācijas, patstāvības, sadarbības un pilsoniskās līdzdalības prasmju veidošanai, uzsverot mācīšanās un audzināšanas vienotību bērna darbībā un pedagoga piemēra nozīmi. Starptautiskie pētījumi norāda, ka fiziskās aktivitātes, kas īstenošanas sadarbībā ar citiem un noteikumu ietvaros, veicina ne tikai bērnu fizisko attīstību, bet arī sociāli emocionālo izaugsmi.

Džudo filozofija, ko 1882. gadā izveidoja Džigoro Kano kā fiziskās, intelektuālās un tikumiskās audzināšanas sistēmu, sākotnēji tika vērsta uz atbildības, cieņas, pašregulācijas un sadarbības attīstīšanu. Laika gaitā džudo ir atzīts par izglītojošu un kultūras vērtību, ko apliecina tā olimpiskais statuss un Starptautiskās Džudo federācijas darbība, kas apvieno vairāk nekā 200 nacionālās federācijas (International Judo Federation [IJF], 2024). Kano džudo filozofijas un mūsdienu pētījumu analīze liecina, ka džudo pamatprincipi var tikt efektīvi izmantoti pirmsskolas vecuma bērnu fiziskās, kognitīvās un sociāli emocionālās attīstības sekmēšanai, turklāt bērniem, kuri nodarbojas ar džudo, tiek konstatēts augstāks sociāli emocionālo prasmju līmenis, tostarp empātija (Krauze et al., 2025b; Krauze et al., 2025c). Džudo filozofijā balstītās vērtības konceptuāli sasaucas ar izglītības reformas “Skola 2030” mērķiem un principiem, ļaujot DFBFA uzskatīt par mūsdienīgu pedagoģisku instrumentu šo mērķu īstenošanai pirmsskolas izglītībā.

Bērna attīstība norisinās darbībā, tādēļ DFBFA ir praktiski īstenojamas bez speciāla tehniskā nodrošinājuma, pieejamas arī bērniem ar īpašām izglītības vajadzībām un atbilst iekļaujošās izglītības principiem. Pedagoģiskā pilotpētījuma un pedagoģiskās intervences rezultāti apliecina, ka DFBFA sekmē 5–6 gadus vecu bērnu sadarbību, pilsonisko līdzdalību, tikumu izpratni un tikumisko īpašību veidošanos, vienlaikus mazinot agresivitātes izpausmes un veicinot pozitīvas uzvedības nostiprināšanos pirmsskolas un interešu izglītības vidē.

Vienlaikus zinātniskās literatūras analīze liecina, ka pētījumos par džudo izmantošanu darbā ar 5–6 gadus veciem bērniem tikumu audzināšanas aspekts pārsvarā tiek minēts fragmentāri un netiek analizēts kā patstāvīgs, sistēmisks pedagoģiskās izpētes objekts (Sterkowicz–Przybycień, Kłys & Almansba, 2014; Kowalczyk, Zgorzalewicz–Stachowiak, Błach & Kostrzewa, 2022; Eryong & Li, 2021). Tas norāda uz zinātnisku robu mērķtiecīgas tikumu izpratnes veicināšanas izpētē pirmsskolas vecuma bērniem, izmantojot fiziskās aktivitātes, kas balstītas džudo filozofijā, un nosaka nepieciešamību izstrādāt un pedagoģiski aprobēt atbilstošu modeli. Tādējādi pētījums ir vērsts uz DFBFA izpēti kā strukturētu pedagoģisku mehānismu, kas ļauj mērķtiecīgi veicināt un objektīvi izvērtēt 5–6 gadus vecu bērnu tikumu izpratnes un tikumisko izpausmju dinamiku pirmsskolas un interešu izglītības vidē.

Noskaidrotās sociāli pedagoģiskās problēmas, teorētiskās pretrunas un zinātniskā pētījuma trūkums noteica promocijas darba temata izvēli – **“Tikumu audzināšana džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs 5–6 gadus veciem bērniem pirmsskolas un interešu izglītībā”**.

Pētījuma objekts. Džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātes sporta nodarbībās pirmsskolā veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) un interešu izglītības džudo sporta programmā.

Pētījuma priekšmets. 5–6 gadus vecu bērnu tikumu izpausmes džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs.

Pētījuma robežas. Pētījums veikts pirmsskolas izglītības iestādes vidē un interešu izglītības džudo sporta programmā 5–6 gadus veciem bērniem. Pētījumā analizēta bērnu savstarpējā sadarbība, pedagoga un trenera profesionālais vērtējums par tikumu (prosociālas uzvedības un sociāli ētisko kompetenču) izpausmēm izglītības vidē. Pētījuma rezultāti attiecināmi tikai uz minēto vecumgrupu un konkrēto izglītības un sporta kontekstu.

Pētījuma bāze. Profesionālās ievirzes izglītības iestādes Vsevoloda Zeļonija sporta skola (turpmāk – PIII VZSS) džudo sporta programma (trīs grupas) un Rīgas pirmsskolas izglītības iestādes veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas sporta nodarbības (divas grupas).

Pētījuma mērķis

Džudo filozofijā balstīto fizisko aktivitāšu (DFBFA) modeļa izstrāde un aprobācija 5–6 gadus veciem bērniem pirmsskolas un interešu izglītībā un rekomendāciju izstrāde sporta pedagogiem bērnu tikumu audzināšanai.

Pētījuma hipotēze

Ja pirmsskolas vecuma bērnu fiziskajās aktivitātēs mērķtiecīgi tiek izmantotas džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātes, kas nodrošina bērna patstāvīgu darbību, sociālo mijiedarbību un sistemātisku tikumu (cieņa, draudzība, godīgums, līdzdalība) pieredzi, tad 5–6 gadus veciem bērniem tiks sekmēta tikumu izpratne, uzvedības pašregulācija un sociāli emocionālā mijiedarbība pirmsskolas izglītības vidē.

Pētījuma uzdevumi

1. Analizēt zinātnisko literatūru par džudo filozofiju, tikumu apguves būtību un fizisko aktivitāšu iespējām pirmsskolas vecuma bērnu tikumu attīstīšanai kā pamatu DFBFA modeļa izveidei.
2. Noteikt bērnu tikumu izpausmes apguves līmeņa sākotnējo izvērtējumu pedagoģiskajā pilotpētījumā interešu izglītības džudo nodarbībās, izmantojot jauktās izpētes metodes.
3. Izvērtēt ekspertu viedokļus par DFBFA tikumu audzināšanas satura nepieciešamību, kā arī analizēt ekspertu vērtējumu par DFBFA ietekmi uz bērnu tikumu izpausmēm pēc pedagoģiskās intervences.

4. Realizēt DFBFA pedagoģisko intervenci pirmsskolas izglītības iestādēs (PII), izvērtēt bērnu tikumu izpausmju dinamiku pirms un pēc intervences, salīdzināt rezultātus VZSS un PII grupās.
5. Pilnveidot DFBFA modeli un izstrādāt praktiskas rekomendācijas tā lietošanai.

Pētījuma metodes

1. Teorētiskās pētījuma metodes

- pedagoģiskās, psiholoģiskās un metodiskās literatūras analīze;
- normatīvo dokumentu (LR MK, Skola 2030) analīze.

2. Empīriskās pētījuma metodes

- **Pedagoģiskais novērojums:** bērnu uzvedības izpausmju novērošana (cieņa, draudzīgums, godīgums, līdzdalība).
- **Pārrunas ar bērniem:** sistemātiskas pedagoga pārrunas pēc DFBFA vingrinājumiem.
- **Anketēšana ekspertiem:** modeļa lietderības un vingrinājumu kopuma nepieciešamības izvērtēšana.

3. Psiholoģiskās diagnostikas metodes

- R. Kaļiņinas “Sižetiskās bildes”;
- Dermanovas “Pabeidz teikumu”;
- Košeļevas metodika par savstarpējo palīdzību.

4. Pedagoģiskā eksperimenta metodes

- konstatējošais eksperiments (VZSS, 3 grupas);
- veidojošais eksperiments (PII, 2 grupas);
- modelēšana (DFBFA modelis).

5. Datu apstrādes un interpretācijas metodes

- matemātiskā statistika;
- kvantitatīvā un kvalitatīvā rezultātu analīze.

Pētījuma teorētiski metodoloģiskais pamats

- Promocijas metodoloģiskajā pamatojumā izmantota holistiskā/veseluma pieeja sportā pirmsskolā (Lieģeniece, 1997; Bula-Biteniece, 2011); bērncentrētā pieeja bērna patstāvības sekmēšanai (Piaget, 2003; Grava, 2018; LR MK, 2018; VISC, 2019); darbības metodoloģiskā pieeja (Froebel, 1885; Špona, 2022; HUCDC, 2022); teorijas un prakses vienības metodoloģiskā pieeja (Špona, 2001, 2022; Līduma, 2023).

- Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšanas pamatojumā izmantoti šādi pētījumi: Kano, 2013; Wallace & Walker, 2020; Выготский, 2010; Špona, 2001; 2022; Bradič, 2023.
- Tikumu būtības konstatējumam (cieņa, draudzība, godīgums, līdzdalība) izmantoti šādi pētījumi: Kano & Murata, 2005; Lasmane, 2024; Kiope, 2015a, 2015b; Fernández Gonzáles, 2020; Oberdorfer, 2020; Montessori, 2004; Špona, 2022; Brousse, 2021.
- Džudo filozofijas pamatprincipu un fizisko aktivitāšu lietderības pamatojumam pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšanai izmantotas Tomey, 2017; Shishida, 2012; Kano, 1922, 2009; Pereira, et al., 2021; Lukanova, 2019; Masenko, 2015; Dapp, Gashaj, & Roebbers, 2021; Ābele, 2018 atziņas un Eiropas Komisijas (2008); Pasaules Veselības organizācijas (World Health Organization, 2019; World Health Organization, 26 June 2024) nostādnes.
- Vingrinājumu satura pamatojumā ir Ž. Piažē (Piaget, 2003) kognitīvā teorija par intelektuālo attīstību, Ļ. Vigotska (Выготский, 2010) tuvākās attīstības zona, M. Montessori (2023) sensitīvo periodu attīstības teorija, H. Gardnera (1996, 2007) teorija par cilvēka daudzveidīgajām spējām, R. Jansones un I. Bulas–Bitenieces (2008) sporta pedagogijā izstrādātais “Es” pozitīvo emociju veidošanās modelis fiziskajās aktivitātēs.
- Spēles metodes un sacensību formas pamatojumam komandu mijiedarbībā bērnu sociāli emocionālās attīstības nodrošinājumam izmantoti šādi pētījumi: King & Newstead, 2022; Zosh et al., 2022; Garbeloto et al., 2023.
- Darbības teorijas par bērna spēju attīstību darbībā pamatojumam izmantotas Špona, 2022; Kreigas un D. Bokuma (Крайг & Бокум, 2004); Elkoņina (Эльконин, 2017); HUCDC, 2022 atziņas.
- Par pašpieredzi un patstāvību mācībās: Dale (1969) pieredzes piramīda; Bruner (2004) mācīšanās teorija; Dewey (1968) mācīšanās darot; Kolb (2014) empīriskā mācīšanās teorija; Anderson & Krathwohl (2001) taksonomija (revised Bloom’s taxonomy); Biggs & Collis (1982) the SOLO taxonomy (Structure of the Observed Learning Outcome).
- Tikumu apguves kognitīvā, uzvedības, emocionālā, komunikatīvā, darbības, motivācijas aspekta pamatojums autoru darbos: Durkheim, 2012; Kaiser & Fröhlich–Gildhoff, 2022; Kano, 2009; Adriana & Mircea, 2011; Supinski et al., 2014; Decety & Ickes, 2011; Callan & Bradič, 2018; Bennett & Kano, 2009; Garbeloto et al., 2023; Sterkowicz–Przybycien, & Almansba, 2014; Lo et al.,

2019; Bandeira, de Oliveira & Brasil, 2022; Pereira et al., 2021; Lukanova, 2019; Masenko, 2015; Smaruj et al., 2019; Selman et al., 2017.

- Paradumu pamatojums: Zelmenis, 2000; Špona, 2001, 2022; Vecenāne, 2016; Gardner et al., 2022; Wood et al., 2022; Carden, & Wood, 2018 atziņas.

Pētījuma veids un dizains. Darbs īstenots kā jaukto metožu pedagoģisks pētījums ar konstatējošo un veidojošo eksperimentu, pirms un pēc mērījumiem un salīdzinošu grupu analīzi pirmskolas un interešu izglītības vidē. Pedagoģisks pētījums, kurā apvienotas kvantitatīvās un kvalitatīvās pētniecības metodes.

Pētījuma zinātniskā novitāte

Promocijas darbā pirmo reizi Latvijā tiek zinātniski pamatota un pedagoģiski aprobēta tikumu izpausmju veicināšanas pieeja, kas balstīta DFBFA 5–6 gadus vecu bērnu pirmskolas un interešu izglītības vidē. Darba gaitā ir izstrādāts un empīriski pārbaudīts DFBFA modelis, kas sekmē bērna tikumu izpratni, sociāli emocionālo pašregulāciju, savstarpējo sadarbību, līdzdalību un uzvedību, ir empīriski pamatots, analizējot bērnu rādītāju dinamiku pirms un pēc pedagoģiskās intervences.

Pētījumā noteikta pozitīva DFBFA ietekme uz bērnu tikumisko izpausmju attīstību, balstoties uz jauktās izpētes metodoloģiju, apvienojot kvalitatīvās un kvantitatīvās metodes, kā arī autoru izstrādātu kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēmu tikumu izpratnes novērtēšanai.

Darba ietvaros veikts salīdzinošs izvērtējums piecās bērnu grupās, tostarp pirmskolas izglītības iestādēs un interešu izglītības (džudo sporta skolas) vidē, kas ļāva identificēt atšķirības tikumu apguves dinamikā atkarībā no pedagoģiskās pieejas un bērnu iepriekšējās pieredzes fiziskajās aktivitātēs. Pētījuma rezultātā pilnveidots DFBFA modelis, integrējot ekspertu vērtējumu un empīriskos datus, tādējādi radot praktiski lietojamu un teorētiski pamatotu tikumu audzināšanas instrumentu, kas atbilst pirmskolas vecuma bērnu attīstības īpatnībām un izglītības reformas “Skola 2030” mērķiem.

Pētījuma teorētiskā nozīme

Promocijas darbā tiek paplašināta sporta pedagoģijas un pirmskolas pedagoģijas teorētiskā izpratne par tikumu audzināšanas iespējām bērnu darbībā, pamatojot, ka DFBFA darbojas kā strukturēts pedagoģisks mehānisms, kas sekmē bērnu tikumu izpratnes veidošanos, sociāli emocionālo pašregulāciju un uzvedības maiņu pirmskolas vecumā.

Pētījums teorētiski pamato, ka tikumu izpratnes veicināšana ir efektīvāka, ja tā tiek īstenota mērķtiecīgi organizētā darbībā, kurā apvienoti skaidri noteikumi, sadarbība, atkārtojamība un pedagoga piemērs, kas atbilst humānpedagoģijas un sociāli emocionālās attīstības pieejām. Tiek parādīts, ka DFBFA integrē Kano džudo filozofijā balstītos principus ar

mūsdienu izglītības paradigmu, tādējādi nodrošinot teorētisku sasaisti starp tikumu audzināšanu, kustību aktivitāti un bērna personības attīstību.

Darba rezultāti papildina teorētiskās atziņas par tikumu audzināšanas procesu, skaidrojot cēloņsakarības starp pedagoģisko intervenci, bērnu darbību fiziskajās aktivitātēs un tikumisko izpausmju dinamiku, kas ļauj precizēt priekšstatus par tikumu veidošanās mehānismiem pirmsskolas vecuma bērniem gan pirmsskolas, gan interešu izglītības vidē.

Pētījuma praktiskā nozīme

Promocijas darbā izstrādātais un pedagoģiski aprobētais DFBFA modelis ir praktiski lietojams pirmsskolas izglītības iestādēs un interešu izglītībā kā strukturēts instruments bērnu tikumu izpratnes, sociāli emocionālās pašregulācijas, sadarbības un pozitīvas uzvedības veicināšanai.

Izstrādātā kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēma (26 rādītāji) nodrošina iespēju mērķtiecīgi un sistemātiski izvērtēt bērnu tikumisko izpausmju attīstības dinamiku pirms un pēc pedagoģiskās intervences, kā arī analizēt pedagoģiskās ietekmes atšķirības dažādās izglītības vidēs sporta nodarbībās un interešu izglītībā. Minētā sistēma ļauj integrēt tikumu izpratnes veicināšanu dažādās pirmsskolas izglītības mācību jomās.

Modelis un izstrādātie metodiskie risinājumi ir pielāgoti bērnu vecumposmam, pieejami bez speciāla tehniskā nodrošinājuma un piemēroti izmantošanai iekļaujošās izglītības apstākļos. Darba rezultāti sniedz pedagogiem praktiski pamatotas rekomendācijas tikumu audzināšanas integrēšanai fiziskajās aktivitātēs, nodrošinot vienotu pieeju bērnu uzvedības pašregulācijas, savstarpējās cieņas, līdzdalības un atbildīgas rīcības veicināšanai.

Izstrādātais DFBFA modelis var tikt izmantots kā atbalsta instruments izglītības reformas "Skola 2030" mērķu īstenošanai, sekmējot mācīšanās un audzināšanas vienotību bērna darbībā pirmsskolas izglītībā.

Aizstāvēšanai izvirzītās tēzes

1. tēze. Džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes (DFBFA) sekmē 5–6 gadus vecu bērnu tikumu izpratni un tikumisko izpausmju attīstību (cieņa, draudzība, godīgums, līdzdalība), uzlabojot sociāli emocionālās pašregulācijas un sadarbības rādītājus, salīdzinot rezultātus pirms un pēc pedagoģiskās intervences pirmsskolas un interešu izglītības vidē.

2. tēze. Izstrādātais un pedagoģiski aprobētais DFBFA modelis darbojas kā strukturēts pedagoģisks mehānisms, kurā skaidri noteikumi, atkārtojamība, sadarbībā balstīta darbība un pedagoga piemērs izraisa pozitīvas izmaiņas bērnu uzvedībā, mazinot agresivitātes izpausmes un veicinot pozitīvu uzvedības normu nostiprināšanos pirmsskolas vecumā.

3. tēze. Bērnu tikumisko izpausmju dinamika ir atšķirīga atkarībā no izglītības vides un pedagoģiskās pieejas, ko apliecina salīdzinošs izvērtējums piecās bērnu grupās, ļaujot konstatēt DFBFA augstāku efektivitāti salīdzinājumā ar fiziskajām aktivitātēm bez mērķtiecīgas tikumu audzināšanas struktūras.

4. tēze. Izstrādātā kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēma nodrošina objektīvu un reproducējamu bērnu tikumu izpratnes un tikumisko izpausmju novērtējumu, ļaujot pamatoti analizēt pedagoģiskās intervences ietekmi un izmantot modeli kā praktisku instrumentu tikumu audzināšanas īstenošanai atbilstoši izglītības reformas “Skola 2030” mērķiem.

Ētiskie apsvērumi

Lai veiktu pedagoģisku pētījumu, kurā piedalās bērni, tika iegūta atļauja no Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmijas (LSPA) Ētikas komisijas (31.05.2024., Nr. 3/51813) (skat. 1. pielikumu), kā arī saņemta vecāku piekrišana par piedalīšanos bērnu pētījumā. Pētījums tika veikts stingrā atbilstībā ar normatīvajiem aktiem, kas regulē ētisko normu ievērošanu zinātniskajos pētījumos, uzsverot dalībnieku drošību un ētisko normu ievērošanu, novērojot, kā vingrinājumi, kas balstīti uz džudo filozofiju, ietekmē bērnu attīstību veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā pirmsskolas izglītības iestādē.

1. Tikumu audzināšanas teorētiskais pamatojums džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs pirmsskolā

1.1. Tikumu jēdziena un būtības kultūrvēsturiskais skaidrojums

Jēdzieni “tikumība”, “morāle”, “ētika” ir tuvi pēc savas nozīmes. Tomēr tie ir radušies no trim dažādām valodām. Vārds “ētika” ir cēlies no grieķu *ethos* – tikums, raksturs, paradums (Schwenzfeuer, 2019; Wallace, & Walker, 2020). Ētikas vārdnīcā morāle un tikumība tiek skaidroti kā sinonīmi (Lasmane, 2024, šķirkļis 66472). Tas ir saistīts ar to, ka priekšstatu daudzums ir neizbēgams par vienu un to pašu, ja morāle un tikumība tiek pētīta tikai empīriski un skaidrota kā empīriski termini vai jēdzieni, un tas noved līdz atšķirību zušanai starp morāli un tikumību. Kopumā morāle un tikumība daudzu autoru darbos tiek aplūkota kā vienots jēdziens.

Termins ‘ētika’ ir cēlies no sengrieķu vārda *ethos*. Pirmsākumos jēdziens “ethos” tika skaidrots kā ierasta vieta dzīvošanai kopā, māja, cilvēku mājoklis, zvēru miga, putna ligzda. Vēlāk tas pārsvarā apzīmēja pastāvīgu kādas parādības raksturu, paražu, paradumu. Atsaucoties uz vārdu “ethos” rakstura nozīmē, Aristotelis radīja īpašības vārdu “ētisks”, lai apzīmētu īpašu cilvēcisko īpašību klasi, nosaucot par ētiskajiem labvēļiem. Ētiskie labvēļi ir cilvēka temperamenta, rakstura īpašības. Tās sauc arī par dvēseliskām īpašībām. Tās atšķiras, no vienas puses, no afektiem kā cilvēka ķermeņa īpašībām un, no otras puses, dianoētiskiem (domāšanas) labvēļiem kā prāta īpašībām. Piemēram, bailes – dabisks afekts, atmiņa – prāta īpašība, bet mērenība, drosme, dāsnums – rakstura īpašības. Ētisko labvēļu kopuma apzīmēšanai kā īpašas priekšmetiskas zināšanas un šīs jomas īpašai izcelšanai Aristotelis ieviesa terminu “ētika”. Ētiku Aristotelis uzskatīja par “praktisku filozofiju”, kurai ir jāatbild uz jautājumu – kas mums jā dara? (pēc Gottlieb, 2022).

Cicerona darbos tiek runāts par morālo filozofiju, ar to saprotot to pašu zināšanu jomu, kuru Aristotelis sauca par ētiku. Mūsu ēras IV gadsimtā lafīņu valodā rodas jēdziens *moralitas* (morāle), kas ir tiešs grieķu termina “ētika” analogs (Cicero, 1855). Abi vārdi, viens grieķu, otrs lafīņu izcelsmes, ietilpst jaunieropas valodās. Līdzās tiem vairākās valodās rodas savi vārdi, kuri apzīmē to pašu realitāti, kura apkopota terminos “ētika” un “morāle”. Dažās Eiropas valodās blakus aizgūtajiem terminiem “morāle” eksistē pašu vārdi to pašu parādību apzīmēšanai. Krievu valodā *нравственность*, vācu valodā *Sittlichkeit* (Habermas, 2019). Vārds “tikumīgs” pirmo reizi sastopams I. Nordsteta vārdnīcā (Нордстет, 2014), bet vārds “tikumība” – *Императорская Академия наук* (1789). Līdzīga secība tiek novērota atbilstošajiem vācu terminiem. Kā liecina Brāļu Grimmu vācu valodas terminu klasiskās skaidrojošās vārdnīcas ieraksti, XIII gadsimtā rodas vārds *Sitte* (tikums, tikumi), no kura vēlāk (XIV gs.) atvasināts īpašības vārds *sittlich* (tikumīgs), un tikai XVI gs. veidojas lietvārds

Sittlichkeit (tikumība). Vācu termini kopumā atkārtoti latīņu vārda *moralitas* vēsturi ar to būtisku bagātināšanos, kas no paša sākuma tiek lietoti pārsvarā reālu procesu apzīmēšanai, nevis zinātnei; šie vārdi nav filozofu daiļrades produkts, bet, kā var nojaust, tiem ir dabiska izcelsme (Oberdorfer, 2020; Habermas, 2019).

Kultūrvēsturiskās attīstības gaitā termini “ētika” un “morāle” ietver dažādu nozīmi. Ētika apzīmē zinātni, bet morāle – to reālo parādību, priekšmetisko sfēru, kura ar šīs zinātnes palīdzību tiek izziņāta. Pirmatnējā nozīmē “ētika”, “morāle”, “tikumība” – dažādi vārdi, bet viens termins. Ar laiku situācija mainās. Kultūras attīstības procesā daudzos vārdos nostiprinās dažāda nozīme: ar ētiku galvenokārt saprot atbilstošu zināšanu un zinātnes nozari, ar morāli (tikumību) – tās izziņāšanas priekšmetu (Badhwar, 2022; Taggart, G., & Zenor, 2022). Eksistē arī dažādi mēģinājumi atvasināt morāles un tikumības jēdzienus. Hēgelis ar morāli skaidro attiecīgas rīcības subjektīvo aspektu, bet ar tikumību – pašu rīcības objektīvu parādību: morāle ir tas, kādu redz rīcību indivīds savā subjektīvajā vērtējumā, nodomos, vainas pārdzīvojumos, bet tikumība – to, kāda patiesībā ir cilvēka rīcība reālā dzīves pieredzē.

Tātad, no zinātniskā viedokļa, ar morāli jāsaprot indivīdu subjektīvie savas rīcības vērtējumi, cilvēku uzvedības normas. Tikumība ir kā cilvēku rīcības objektīvs vērtējums (Hegel, 1988/2022; Krijnen, 2021). “Morāles” un “tikumības” koncepcija, kas radās 19. gadsimta sākumā, ieguva galīgo noformējumu “Filozofijas zinātņu enciklopēdijā” un “Tiesību filozofijā”. 1802. gadā Hēgelis pirmoreiz konceptuāli nodalīja tikumību un morāli. Hēgelis apgalvoja, ka Fihtes praktiskajā filozofijā “morāle” kā “mērķa izpratne, kas radīta no tīras gribas...ir subjektīva un pierāda sevi kā viena cilvēka tikumību, pie tam tīrā griba nav mērķa materiālā puse, tikai formāla tā sastāvdaļa” (Hegel 1808–1811). Tajā laikā, kad “patiesā tikumība” ir “patiesā kopīgā un atsevišķā līdzība, matērijas un formas” (Hegel, 1988; Hegel, 2022; Pippin, 2010).

Ētikā eksistē tikumiskā likuma jēdziens, kurš nosaka darīt labu un nedarīt ļaunu. Pēc I. Kanta (2012), tikumiskais likums, pateicoties brīvībai, ir kauzāls (cēlonisks) likums un tiek noteikts bez nosacījumiem, kategoriski, nerēķinoties ar empīriskajiem mērķiem (Ludwig, 2019). Iespējams izcelt tāpat arī kultūras un valodas tradīciju, kura ar tikumību izprot augstus pamatprincipus, bet ar morāli – vēsturiski mainīgās uzvedības normas. Šajā gadījumā, piemēram, dieva baušļi tiek nosaukti par tikumiskiem, bet skolotāja pamācības par morālām. Zinātniskajos pētījumos ir mēģinājumi nostiprināt vārdu “ētika”, “morāle”, “tikumība” dažādu saturisko jēgu un atbilstoši piešķirt tiem jēdzienu – terminoloģisko statusu. Kultūras leksikā visi trīs vārdi tiek lietoti kā savstarpēji aizvietojami (Tauginienē et al., 2018). Tikumība ir viens no pašiem svarīgākajiem un būtiskākajiem sabiedriskās dzīves, sabiedrības attīstības un vēsturiskā progresa faktoriem, kas ietver brīvprātīgu jūtu, centienu, darbību saskaņošanu ar

sabiedrības pilsoņu jūtām, centieniem, interesēm un šīm īpašībām visā sabiedrībā kopumā. *Kristjánsson* (2015) skaidrojumā tikumība ir integrāla, psiholoģiska īpašība, kura iekļauj vispārcilvēciskās vērtības un pārliecību, jūtas un pārdzīvojumus, motivāciju, nepieciešamību un personības rīcību uz brīvas izvēles pamata.

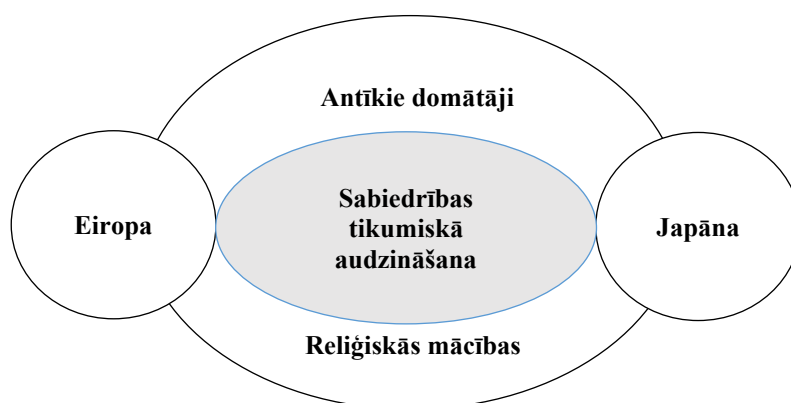
Psiholoģiskajos pētījumos personības tikumiskajā sfērā var atzīmēt patstāvīgus virzienus, kuri pēta **kognitīvo** komponenti: tikumisko pārliecību, zināšanas, priekšstatus, jēdzienus, vērtējošus spriedumus, vērtības un vērtību orientācijas; **emocionālo** komponenti: tikumiskās jūtas un pārdzīvojumi (*Kristjánsson*, 2015; *Narvaez*, 2010); **uzvedības** komponenti: tikumiskas darbības, paradumi, rīcība, attiecības (*Kristjánsson*, 2015) (skat. 1.1. tabulu). Tas tiks iestrādāts tikumu audzināšanas modelī (skat. modeli 69. lpp.).

1.1. tabula

Pētījumu virzieni (autores izstrāde)

N.p.k.	Pētījuma virzieni
1.	Kognitīvā komponente: tikumiskā pārliecība, zināšanas, priekšstati, jēdzieni, vērtējoši spriedumi, vērtības un vērtību orientācijas
2.	Emocionālā komponente: tikumiskās jūtas un pārdzīvojumi
3.	Uzvedības komponente: tikumiskas darbības, paradumi, rīcība, attiecības

Antīko filozofu, dažādu reliģiju, Eiropas un Japānas darbos ir saskatāma līdzība sabiedrības tikumiskajā audzināšanā. Tas ir atspoguļots attēlā (skat. 1.1. attēlu). Tikumiskās īpašības, kuras tiks pētītas darbā – godīgums, izpalīdzīgums, cieņa un draudzība –, sastopamas antīko domātāju mācībās, reliģiskajos postulātos, Eiropas un Japānas sabiedrībā.



1.1. attēls. **Sabiedrības tikumiskā audzināšana** (autores izstrāde)

Antīkajos laikos uzsākto tikumisko audzināšanu turpina īstenot gan Eiropas, gan Japānas sabiedrībā. Japānā tikumības izpratne ir “labdarības ceļš”, virzīšanās pa tikumiskās pilnveidošanas ceļu. Japāņu kultūra neuzstāda augstus tikumiskos ideālus, tā tikai iezīmē iespējamu personības tikumiskās attīstības perspektīvu. Japānas kultūras cilvēks savā tikumiskajā izaugsmē spēj pārvietoties ātrāk, lēnāk, bet nespēj būt ārpus šī ceļa (*Kurita*, 1987). Pēc seno japāņu priekšstatiem, tikumiskā audzināšana ir ikdienas norma. Japānā svarīgi

tikumiskie jēdzieni ir **cieņa pret vecākiem, godīgums, atbildība, labsirdība, iecietība, draudzības jūtas, nekonfliktēšana, pieklājība savstarpējās attiecībās, pašpilnveidošanās un pašsavaldīšanās**, kas ir japāņu sociuma ētiskais pamats un nosaka Japānas kultūras vidi (Gillepshi & Sugiura, 1996). Gadsimtu garumā eiropiešu izpratnē tikumība bija noteikumu un normu kopums, kas jāievēro katram cilvēkam. Šeit vērtībās parādās patiesība, labais un skaistais, bet zinātne, tikumības un likumu sfēra, māksla un reliģija tika uzskatītas par “labuma vērtībām”, bez kurām cilvēce nevar eksistēt (Hegel, 1988). Tikumības normas vada ne tikai tikumiskas darbības, bet atrodas arī teorētiskās un estētiskās darbības pamatā. Eiropas un Japānas svētie kristietības un budisma raksti māca, ka cilvēkam pašam ir svarīgi patstāvīgi tikumiski pilnveidoties, “strādāt ar sevi”.

Budisma pamatā ir tikumiskās pilnveidošanās ceļš, kur apvienojas apziņa un uzvedība. Tikumība budismā ir viena no sešām pilnības izpausmēm, kuras ved uz atbrīvošanos un apskaidrību. Tikumiski audzinātas personības veidošanās iespējama valsts politikas rezultātā, kurai jāorientējas uz uzticības, godīguma, pienākuma un morāles principiem, kas ir ‘busido’ goda kodeksa pamatelementi – Japānas morāli ētiskā doktrīna, kas balstās uz dzenbudisma reliģiski filozofiskajām koncepcijām. Busido – tulkojumā no japāņu valodas ‘cīnītāja ceļš’ – tas ir goda kodekss, noteikumu un rekomendāciju apkopojums, kā arī samuraja dzīves filozofija. Samuraja īpašības: **cēlsirdība** – samurajs vienmēr ir pieklājīgs; **pienākums un uzticība** – samurajs atbild par savu rīcību; **sirsnība un patiesums** – samurajs vienmēr izpilda to, ko sola; **līdzjūtība** – samurajs ir noderīgs arī citiem; **drosme un varonība** – samurajs ievēro cieņu un ir uzmanīgs; **godīgums un taisnīgums** – samurajs ir godīgs savā rīcībā (Bennett & Kano, 2009). U. Nastevičs (2017) japāņu un latviešu dievestības tekstos ir atklājis dziļas sakarības tikumu audzināšanā. Viņa konstatējumā tikuma jēdziens ir daudznozīmīgs: tā ir gan stabila īpašība kā atbilstība sabiedrības morāles principiem, gan praktiskā dzīvē iegūtas prasmes – saprāts un gudrība, čaklums, turība –, gan labā un daiļā vienība, ko cilvēkā var izkopt ar audzināšanu, mākslu un reliģiju. Japāņi tiecas pilnveidot dvēseliski un tikumiski bagātu personību, kur intelekts, tikumi un ķermenis ir saskaņā, sekmējot pašierosmi, sirdsapziņas disciplinējošo raksturu un patstāvīgu tieksmi pēc tikumiskas saskaņas. Šintō (senā japāņu dievestība) iemieso reliģiskā un ētiskā vienību.

Pēc Vonsoviča (Вонсович, 2019) domām, kristietības tikumiskajām vērtībām ir paliekoša nozīme cilvēces vēsturē. Galvenās tikumiskās īpašības kristietībā ir mīlestība, prieks, miers, pacietība, žēlsirdība, ticība, biklums, atturēšanās.

Vēsturiskais skaidrojums rāda, ka Eiropas un Japānas sabiedrībā tikumiskā bāze ir kultūrvēsturisks pamats, kas izmantots džudo pamatprincipos. Dažādu laikmetu domātāju

filozofu un zinātnieku uzskati ir atainoti tabulā (skat. 2. pielikumu). Katrs posms tiek raksturots kā vērtību orientāciju un audzināšanas principu izmaiņas.

Hronoloģiskā secībā parādīti vēsturisko gadsimtu raksturojumi cilvēces attīstības stadijās un vairāk citētās filozofu domas par sabiedrības tikumisko audzināšanu. Senās Grieķijas un Senās Romas idejas veido pamatu mūsdienu Rietumeiropas tikumiskajai audzināšanai kopš viduslaiku beigu un renesanses perioda. Attīstot sengrieķu filozofu idejas par cilvēka tikumisko veidošanos, radušies priekšnoteikumi tikumiskās audzināšanas teorijas pamatam. Rietumeiropas morāles filozofijā morāle tradicionāli tiek interpretēta kā normatīvu principu un uzvedības noteikumu kopums, kas regulē indivīda rīcību sabiedrībā (Lasmane, 2006). Šāda pieeja primāri akcentē ārējo normu ievērošanu, savukārt audzināšanas procesā arvien lielāka nozīme tiek piešķirta personības iekšējo īpašību jeb tikumu veidošanai. Morālās audzināšanas ideju attīstība Eiropas un Japānas sabiedrībā ir vēsturiski atšķirīga, tomēr abās kultūrās audzināšanas procesā tiek uzsvērtā personības iekšējo īpašību un rakstura veidošanās nozīme (Krauze, 2022). Vērtību audzināšanas īstenošana Latvijas skolās ir kompleks process, kurā iesaistīti skolēni, vecāki, skolotāji un izglītības iestāžu vadība. *Fernández González* (2019b) norāda, ka dažādu iesaistīto pušu skatījumi uz morālās audzināšanas mērķiem, saturu un atbildību nereti atšķiras, kas sarežģī vienotas pieejas īstenošanu izglītības procesā.

Cornelli (2013) aktualizē sengrieķu filozofa Pitagora teorijas, kurā prasīts ieviest skolās vienotu dienas kārtību visiem, kas disciplinēja skolēnus un veidoja paradumu atbildīgi izturēties pret savu laiku un neizniekot to. Audzināšana notika templī, kur priesteris veica audzinātāja pienākumus un rūpējās par paradumu labošanu. Jāpiezīmē, ka, ievērojot humānpedagoģijas paradīgu, pedagoga uzdevums ir audzināt, mācīt bērnus izzināt sevi, citus un pasauli, izmantojot dažādus līdzekļus. Tas ir svarīgi bērnu tikumu audzināšanā fiziskajās aktivitātēs ar džudo pamatprincipiem.

Pēc filozofa ideālista *Birnbache* (1999) domām, Sokrats uzskatīja, ka eksistē vispārēji un nemainīgi tikumiskie jēdzieni. Pēc viņa domām, audzināšanas mērķim ir jābūt sevis paša izzināšanai, tikumības pilnveidošanai. Cilvēks ir atbildīgs par savas tikumiskās attīstības līmeni. Sokrats atzina, ka cilvēku rīcība ir netikumiska tad, ja tā balstās uz melīgām zināšanām. Tikumības attīstībā galvenā ietekme, pēc Sokrata uzskata, ir skolotājam. Ir svarīgi, lai skolotājs nesniegtu skolēnam gatavas atbildes uz visiem jautājumiem, jo šīs atbildes ir unikālas katram cilvēkam. Skolotāja uzdevums ir rosināt bērnu meklēt patiesību un absolūto labumu, izvirzot viņam jautājumus, pamudinot viņu ne tikai meklēt atbildes uz skolotāju jautājumiem, bet arī pašam uzdot jautājumus (*Birnbache*, 1999).

Promocijas darba autores skatījumā, sporta pedagogu uzdevums ir tikumu audzināšana fiziskajās aktivitātēs un nodarbībās ar džudo pamatprincipiem – virzīt bērnu rīcību, iedrošinot

viņus ne tikai sekot noteikumiem, bet arī pašiem pieņemt lēmumus spēļu, pāru vingrinājumu un citu fizisko aktivitāšu laikā, attīstīt līdzdalības tikumu.

König (2021) raksta, ka Aristotelis (384–322 p.m.ē.) izcēla ģimenes svarīgumu. Ģimenes un sabiedriskajai audzināšanai ir jāpapildina viena otra. Filozofs uzsvēra trīs dvēseles veidus jeb daļas, kam atbilst trīs audzināšanas veidi: fiziskā, garīgā, tikumiskā, kurām kopā jāveido vienotu sistēmu darbā ar bērnu. Tikumu audzināšanas jomā filozofs piešķir lielu nozīmi cilvēka gribas un darbības vienotībai tikumisko īpašību un tikumiskas rīcības vingrināšanā (*König*, 2021). Respektējot tikumu audzināšanas aktualitāti, autors savā darbā centies izveidot tikumu audzināšanas vienotu sistēmu bērnam, izmantojot fiziskās aktivitātes ar džudo pamatprincipiem.

Mūsu pētījuma laikā īpaši svarīga bija prasība saudzīgi izturēties pret bērnu. Pedagogam džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs ir svarīgi ievērot samērību starp uzslavu un aizrādījumu. Ir nepieciešams akcentēt bērna darbu labi paveiktā uzdevumā un uzmundrināt turpināt treniņu, lai sasniegtu izvirzīto mērķi. Atbilstīgi 5–6 gadus veca bērna attīstībai svarīgi ir organizēt rotaļu.

Par cilvēcības audzināšanas pamata līdzekli Jans Amoss Komenskis (*Comenius*, 1910) uzskatīja mierīgu, uzmanīgu un draudzīgu skolotāja attieksmi pret skolēnu. Komenskis par tikumiskās audzināšanas paņēmieniem uzskatīja vecāku, skolotāju, biedru piemēru; sarunas ar bērniem; vingrinājumus bērniem, audzinot tikumīgu uzvedību (īpaši audzinot vīrišķību un drosmi); neiecietību pret izlaidību, slinkumu, neapdomību, nedisciplinētību. Viņa redzējumā, tikumu audzināšanas procesā ir svarīgi veicināt pozitīvus paradumus (pēc *A. Šponas*, 2022). Promocijas darba autore pievienojas Komenska uzskatam, ka skolotāja paraugs un tikumiskās īpašības audzina pozitīvus paradumus audzēkņiem aktivitātēs ar džudo pamatprincipiem.

Renesanses laikmets bija kultūras laikmets un laiks, kas norādīja cilvēces attīstības virzienus. *Woodward & Rice* (1996) atzīmē *Vittorino da Feltres* (1378–1446) pedagogiskās idejas par tikumisko audzināšanu, kas veidojās kristīgās ētikas ietekmē. Da *Feltre* uzskatīja par nepieciešamu viņa izveidotā mācību iestādē “prieka nams” modināt skolēnos interesi pret priekšmetu, ņemt vērā viņu individuālās spējas (*Woodward & Rice*, 1996). Šī atziņa ir svarīga džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs, kuru mērķis ir gan attīstīt kustību spējas un bērna fiziskās īpašības, gan audzināt tikumus.

Apgaismības laikmeta pārstāvji (*Locke*, 1922; *Kant*, 2012; *Diderot*, 1762; *Rousseau et al.*, 1978) pauda domu, ka cilvēka dzīves prioritāte ir laimes sasniegšana, dzīvojot uz zemes, un norādīja līdzekļus tās sasniegšanai. Cilvēks pats spēj nodrošināt savu labklājību, laimi atkarībā no sabiedrības progressa, pateicoties saprāta, kultūras, zinātnes un tehnikas attīstībai. Tā radās eiropiešu ticība zinātnei, zinātniski tehniskajam progresam. *Ž. Ž. Ruso* uzskatīja, ka

bērnu ietekmē trīs audzinošie faktori: daba, cilvēki un sabiedrība. Daba attīsta spējas un jūtas; cilvēki māca, kā ar tām rīkoties; priekšmeti un parādības bagātina pieredzi. Ruso iestājās par audzināšanas pārvēršanu aktīvā, optimisma pilnā procesā, kad bērns dzīvo priekā, patstāvīgi jūtot, klausoties, vērojot pasauli, garīgi bagātinoties, apmierinot izziņas slāpes (Böhm & Soëtard, 2012; Friedman, 2013). Vērtīgie uzskati tika izmantoti pedagoģisko situāciju organizēšanā džudo fiziskajās aktivitātēs vairākkārtējā situāciju atkārtošanā.

Ar 19. gadsimta beigām Eiropā veidojās vienotas nacionālās izglītības sistēmas. Reformpedagoģija deva impulsu un teorētiski pamatoja nepieciešamību pēc plašas izglītības no pirmsskolas līdz universitātei, ko noteica sekmīga cilvēka un sabiedrības attīstība (Helminga, 2006). *Culclasure et al. (2023)* sistemātiskajā pārskatā uzsvērts, ka M. Montesori pedagoģijas pamatprincips balstās uz bērna autonomijas, pašregulācijas un iekšējās motivācijas attīstību, veidojot individuālu un brīvību respektējošu mācību vidi. Autori norāda, ka bērni aktīvi konstruē zināšanas, mijiedarbojoties ar apkārtējo vidi, savukārt sociāli emocionālās prasmes attīstās strukturētā, bet bērncentrētā darbībā. Montesori pieeja paredz mācību procesa orientāciju uz bērna vajadzībām, individuālo tempu un pieredzi, sekmējot patstāvību un atbildību par savu rīcību (*Culclasure et al., 2023*). Šī koncepcija ir aktuāla mūsdienu pirmsskolas izglītībā un konceptuāli saskan ar tikumu audzināšanas principiem džudo filozofijā balstītajās fiziskajās aktivitātēs. Līdzīgi kā Montesori pieejā, arī DFBFA modelī bērns tiek uztverts kā aktīvs procesa dalībnieks. Fizisko aktivitāšu laikā pakāpeniski veidojas tādi tikumi kā atbildība un godīgums, sadarbība un draudzība, izpalīdzība un cieņa, kā arī līdzdalība kopīgajā darbībā. Mūsu pētījumam nozīmīgs ir fakts, ka Kano džudo filozofijā izvirzītā ideja par līdzdalību MK noteikumos ir aktualizēta plašākā nozīmē kā pilsoniskā līdzdalība (*LR MK, 2018*). 21. gs. Japānā tikumiskā audzināšana ir iekļauta mācību saturā un veido vienotu daudzpakāpju sistēmu, kas nodrošina pedagoģisko uzdevumu mērķtiecīgu īstenošanu. Literatūras avotu analīze liecina, ka Japānas tikumiskās audzināšanas tradīcijas vēsturiski veidojušās dažādu reliģisko un filozofisko virzienu ietekmē, tostarp sintoisma, budisma un konfuciānisma, kas mūsdienu izglītības sistēmā tiek interpretēti sekulārā un pedagoģiski strukturētā veidā. Uzvedības normas, kas tiek akcentētas japāņu sabiedrībā, ietver izvairīšanos no konfliktiem, kompromisu meklēšanu, atbildīgu attieksmi pret darbu, nepārtrauktu pašpilnveidi un savstarpējas sapratnes veicināšanu (*Bamkin, 2024*).

Japānas tikumiskās audzināšanas sistēmu ir analizējuši gan japāņu, gan Eiropas zinātnieki, uzsverot tikumisko vērtību integrēšanu ikdienas skolas dzīvē un audzinošās vides nozīmi. Mūsdienu pētījumi apliecina, ka Japānas izglītības sistēmā tikumiskā audzināšana tiek īstenota kā caurviju process, kas aptver mācību saturu, skolēnu savstarpējās attiecības un pedagoģisko praksi (*Izumi-Taylor & Ito, 2015; Takizawa et al., 2023*). Eiropas autoru darbos

Japānas pieceja tiek analizēta kā piemērs vērtībās balstītai izglītībai, kurā nozīmīga loma ir disciplinētai videi, savstarpējai cieņai un sociālajai atbildībai (Bradić, 2023; Garbeloto et al., 2023). Šajā pētījumā tika noskaidrots, ka sintoisms, konfūcisms, dzens, bušido darbojas kā tikumiskās izglītības pamats, turklāt bušido veido uzvedības pieredzi. Sintoisms māca japāņiem pielūgt senčus un dabu, bet vienlaikus veicina viņos nacionālo garu. Atbalstāmi ir tas, ka no budisma japāņu skolotāji pārnesa uz pirmsskolām un skolām idejas par pašdisciplīnu, neatlaidību, centību, vēlmju ierobežošanu. Konfūcisms kalpoja par pamatu ētiskās izglītības sistēmas “dotoku” (burtiski “tikumu audzināšana”) attīstībai 50. gados un 1962. gadā – “personas veidošanas programmas” (hitozukuri) (burtiski “personas veidošana”) izveidē. Konfūcija idejas par cieņu pret vecākiem un vecākajiem, par pienākumu, pieklājību, cieņu ir atrodamas 21. gs. oficiāli apstiprinātos valdības dokumentos. Bušido orientē japāņus uz spēcīgas gribas rakstura īpašību veicināšanu un specifiskām (samuraju) uzvedības normām – lojalitāte, pienākuma apziņa, pieklājība, drosme, pieticība – un tiek izkopts jau no pamatskolas pirmajām klasēm (Kano, 2009).

Tradicionālās tikumu audzināšanas sistēmas sociāli vēsturiskā daba Japānā balstās kultūras kontinuitātē un kolektīvisma vērtībās. Mūsdienās tikumiskās audzināšanas principi ir institucionalizēti arī valsts izglītības politikā, tostarp pirmsskolas izglītības vadlīnijās (MEXT, 2018), kur uzsvērta sadarbība, cieņa un sociālā atbildība (Hosaka, 1997; Sugimura, 2020; Hata, 2024). Ja Rietumu kultūras valstīs tikumu audzināšanas teorijā un praksē tiek īstenota vērtīgas audzināšanas ideja par patstāvību tikumisko vērtību izvēlē tikumisko kritēriju veidošanai, kas balstīti humānos ideālos, tad Japānā audzināšana ir orientēta uz kultūrā nostiprinātiem uzvedības paraugiem, kas iemieso priekšstatus par tikumību. Šie paraugi atbilst tradicionālajiem priekšstatiem par labo un ļauno. Šāds tikumu audzināšanas veids tiek īstenots tiešai uzvedības prasmju translācijai no skolotāja uz skolēnu. Viens no tikumības apguves veidiem ir skolotāja atdarināšana, apgūstot un imitējot tikumiskās uzvedības paraugus. Savstarpējās attiecības “skolotājs–skolēns” izraisa skolotāja pastāvīgas tikumiskās pašpilnveidošanās nepieciešamību, viņa tiekšanos uz ideālu – to nerasniedzamo robežu, kas tiek apzīmēta ar jēdzienu “tikumība”. Orientējoties uz audzināšanas darbīgo raksturu, tikumu apgūvē svarīga ir audzēkņa paša darbība. Pedagoģa uzdevums ir radīt optimālus apstākļus audzēkņa tikumisko īpašību veicināšanai sociālajā vidē, ievērojot uzvedības normas (Nohara, 1993; Kano, 1932; Brousse & Matsumoto, 1999; Lickona, 1992).

Japānā par tikumu audzināšanas pamatu uzskata sabiedrības kultūras normas un vērtības, no kurām daudzas ir universālas cilvēciskās vērtības. Tikumu audzināšana atrodas valsts pārziņā. Japāna ir vienīgā valsts, kur tikumu audzināšana ir obligāts priekšmets skolas programmā līdzās citiem septiņiem obligātajiem mācību priekšmetiem. Jāatzīmē, ka šis

speciālais priekšmets, kas saistīts ar tikumiem, tiek uzskatīts par obligātā cikla svarīgāko priekšmetu (Roesgaard, 2016). Pirmsskolas izglītībā tiek likti pamati bērna spējām kontaktēties ar citiem cilvēkiem, un tas Japānas sabiedrībā, kas orientējas uz kolektīvajām vērtībām, ir īpaši nozīmīgi. Skolotāji, mācot bērniem sadarbību, apvieno viņus mazās grupās, veicinot kopīgas lēmumu pieņemšanas prasmes un savstarpējo atbildību. Grupas tiek veidotas nevis pēc bērnu spējām, bet saskaņā ar sadarbības efektivitātes principiem. Šādā mijiedarbībā bērni apgūst prasmes uz klausīt vienaudžu viedokļus, izteikt savas domas un piedalīties kopīgā darbībā. Pirmsskolas pedagogu darbā būtiska ir arī bērnu veselības, runas, radošo un komunikatīvo prasmju attīstība, kā arī saudzīgas attieksmes veidošana pret apkārtējo vidi (Fleer & Veresov, 2018; Špona, 2022).

Suzuki (2019) un Tobina (1992) skatījumā, Japānas tikumu audzināšanas vēsturiskais aspekts parāda visas tradicionālās tikumiskās vērtības. Tās ir: harmonija, pieticība, cilvēciskums, vecāko godināšana, ģimenes kults, augstsirdība, centība mācībās, spēju attīstība; personības tikumiskās īpašības, kas iekļautas busido goda kodeksā: pašziedošanās, taisnīgums, kauna izjūta, izsmalcinātas manieres, tikumiska tīrība, pieticība, mērenība, kaujas gars (spēja ar garīgu treniņu uzvarēt savas vājības), pašdisciplīna (kas ir garīga spēka pamats), gods, izsmalcinātas manieres – svarīgs garīgā spēka izpausmes aspekts. Latvijas pedagoģiskajā literatūrā tikumība tiek definēta šādi:

“Tikumība ir sabiedrības un vispārcilvēcisko prasību noteikta, apziņā abstrahētu morāles normu, principu un noteikumu sistēma, kas regulē cilvēka rīcību, izturēšanos sabiedrībā un attieksmē pret citiem cilvēkiem; cilvēka rīcības, izturēšanās atbilstme šai sistēmai. Ja sabiedrības un vispārcilvēciskās prasības atbilst cilvēka iekšējiem motīviem darīt labu, tikumība ir personības tikumiskās brīvības sfēra.” (Beļickis et al., 2000).

Filozofes S. Lasmanes interpretējumā “latviešu vārds “tikums”, “tikumība” ...ir lietojams gan kā ētiskā un morālā sinonīms, gan kā indivīda īpašību kopums, kas nodrošina spēju un prasmī dzīvot, attīstoties un pilnveidojot sevi attiecībās ar citiem” ... “ar morāli vairāk izsaka rīcības un uzvedības sociāli normatīvo un regulatīvo praksi” ..., bet “tikuma un tikumības jēdziens attiecas uz indivīda iekšēju potenciālu dzīvot gudri, labi un taisnīgi kopsakarā ar citiem – dabu, sabiedrību, līdzcilvēkiem” (Lasmane, 2006).

M. Kiopes skaidrojumā “tikumu izkopšana, vingrināšana (no grieķu val. “askēin”) ir vienmēr bijusi nozīmīga Eiropas kultūras sastāvdaļa. Bez tikumu izkopšanas cilvēkam nav morālā spēka sasniegt labumus (vērtības). Lai baudītu, piemēram, draudzības labumu, ir jābūt uzticīgam, drosmīgam, godīgam utt. – tie visi ir tikumi” (Kiope, 2015b). Tātad tikumu audzināšana ir cilvēka morālā spēka izkopšana.

Attieksmju un tikumu sakarības ir pētījusi un audzināšanas teorijā (2001, 2022) analizējusi un izvērtējusi A. Špona. Viņas skatījumā, audzināšana ir attieksmes veidošana pret sevi, citiem, dabu, darbu, kultūru, sportu, fiziskām aktivitātēm. Audzināšanas mērķis ir brīvs, patstāvīgs un atbildīgs cilvēks. To realizēt palīdz principi: mērķtiecība, balstīšanās uz pozitīvo cilvēkā, vārdiskās un praktiskās darbības vienotība (Špona, 2001) un brīva izvēle, balstīšanās uz bērna sasniegumiem un sadarbība (Špona, 2014). Izvirzītie principi veido audzināšanas stratēģiju un ir pedagoga atbalsts bērnu humānu īpašību veidošanai un attiecību humanizācijai bērnu kolektīvā.

Pedagoģijas terminu skaidrojošajā vārdnīcā vārds “tikums” ir skaidrots kā pozitīva, noturīga, iekšēji piemītīga morāla īpašība, ko raksturo augsta morālā stāja, taisnīgums, godprātība, labestība attieksmē pret citiem cilvēkiem un kas izpaužas spējā ievērot sabiedrības morāles principus un normas, dzīvot un rīkoties saskaņā ar tiem; dažādā kultūrvīdē tikumu izpratne ir atšķirīga. Cilvēkam ir nepieciešama iekšēja pārliecība rīkoties atbilstīgi morālām īpašībām (Beļickis et al., 2000). Saskaņā ar Latviešu valodas institūta (1996) skaidrojumu tikums ir morāles princips, norma vai to kopums.

Pēc A. Kiopes domām (2015a), par tikumiem tiek uzskatītas rakstura īpašības, kurām sabiedrībā tiek piešķirta pozitīva nozīme. Cilvēka tikumi izpaužas stingrā un noturīgā nostājā, pastāvīgās gribas īpašībās, kas regulē cilvēka rīcību saskaņā ar viņa pārliecību. S. Lasmanes uzskatā (2024), tikumi dod iespēju dzīvot morāliski labu dzīvi, bet, pēc U. Nasteviča atziņas (2017), tikumisks cilvēks brīvi izvēlas labo un to īsteno. Morāliskie tikumi tiek iegūti cilvēciskās piepūles rezultātā.

Rezumējot viedokļus par jēdzienu “tikums”, ieskats terminoloģijas (Guļevska, 2013) skaidrojumā:

“Tikumība: 1. Sabiedrisko normu un principu sistēma, kas regulē cilvēku attiecības un pienākumus citam pret citu un sabiedrību. 2. Šo normu ievērošana; tikumīgums.” (1096. lpp.).

“Tikumīgs: 1. Tāds, kas ievēro tikumības normas. 2. Tāds, kas atbilst tikumības normām. Tikumīga rīcība. Tikumīgs.”

“Tikumisks: Tāds, kas attiecas uz tikumiem un tikumību, saistīts ar to; morāls. Tikumiski tīrs cilvēks/ tikumiskums.”

“Tikums: 1. Tikumības norma, laba, pozitīva īpašība. Darba tikums. 2. Ieraža. Paradums. Viņam ir daudz labu tikumu. Suns (vilks) spalvu met, bet ne tikumu (folklorā).” (1096).

Tikumu audzināšana pirmsskolā izvirza mērķi palīdzēt bērniem patstāvīgi izprast un apgūt tās tikumiskās vērtības, kas nepieciešamas cieņpilnai dzīvei sabiedrībā (Špona, 2001; Fernández González, 2019a). Pedagoģi ir atbildīgi par savu audzēkņu tikumisko tēlu, un mērķtiecīgi organizēta tikumu audzināšana ieņem nozīmīgu lomu izglītības procesā (Lickona,

1992; Špona, 2014). Japānas tikumiskās izglītības sistēmas analīze liecina, ka tā ir daudzlīmeņu sistēma, kas risina aktuālas pedagoģiskās problēmas (Umesao & Tada, 1972; Krauze, 2024).

Tikumība ir sabiedrības un vispārcilvēcisko prasību noteikta, apziņā abstrahētu morāles normu, principu un noteikumu sistēma, kas regulē cilvēka rīcību, izturēšanos sabiedrībā un attieksmē pret citiem cilvēkiem; cilvēka rīcības, izturēšanās atbilstība šai sistēmai. Ja sabiedrības un vispārcilvēciskās prasības atbilst cilvēka iekšējiem motīviem darīt labu, tikumība ir personības tikumiskās brīvības sfēra. No vienas puses, tikums ir īpašība, kas nodrošina spēju un prasmī dzīvot, attīstoties un pilnveidojot sevi attiecībās ar citiem. Tikums ir pozitīva rakstura īpašība. Tikumi tiek iegūti cilvēka piepūles rezultātā. No otras puses, tikums ir morāles principu norma, to kopums. Princips ir pamatprasība sev.

Tikumu audzināšanā pedagoga tikumiska uzvedība rada optimālus apstākļus bērna tikumisko īpašību attīstībai džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs.

Gadsimtu gaitā civilizācijas attīstība izspiež ģimenes audzināšanu, reliģiju, tautas tradīcijas, vecāku autoritāti un padara par nevajadzīgu audzināšanu. Šī problēma ir skārusi arī Latviju, kur kopš senatnes audzināšana ģimenē un skolā ir veicinājusi tautas identitāti. Tieši tāpēc jautājumi par tikumu audzināšanu īpaši aktuāli ir pirmsskolas izglītības iestādē un ir noteicošais faktors bērna vērtību veidošanā. Tas tiks analizēts nākamajā apakšnodaļā.

1.2. Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu apguves aktualitāte

1.2.1. Tikumi un to raksturojums pirmsskolas pedagoģijā

Draudzība. Filozofiskās un pedagoģiskās domas vēsturē draudzība tiek aplūkota kā nozīmīga tikumiska vērtība un sociāla attiecību forma. Antīkajā kultūrā nešķiramas draudzības simbols bija Diaskūri – Kastors un Polideiks. Senās pasaules domātāju darbos tika uzsvērts, ka patiesas draudzības pazīmes ir kopīga domāšana, savstarpēja palīdzība grūtībās un attiecību sirsnība (Newman & Newman, 2012).

Konfūcijs izcēla tā dēvētos derīgos draugus – tiešu, patiesu un gudru draugu, savukārt par kaitīgiem uzskatīja divkosīgus, lišķīgus un pļāpīgus draugus, tādējādi akcentējot draudzības morālo nozīmi (Шталь, 1966). Antīkajā filozofijā Cicerons norādīja, ka draudzības pamatā nav izdevīgums, bet gan vienprātība un labvēlība. Aristotelis izdalīja trīs draudzības veidus: draudzību, kas balstīta uz savstarpēju labumu, draudzību, kuru vieno baida, un draudzību, kas balstīta uz labvēlību, pēdējo uzskatot par augstāko draudzības formu (Aristotle, 2009; Платонов, 2019). Vēlākajās filozofiskajās koncepcijās draudzība tika skaidrota kā dabiskas simpātijas rezultāts starp cilvēkiem (Смит, 2022), kā arī kā cilvēku tieksme sadarboties un saskaņot individuālās intereses kopējās labklājības vārdā (Гольбах, 1940). Viduslaiku reliģiski ētiskajā domā draudzība nereti tika interpretēta kā viena no dievišķās mīlestības izpausmēm.

Mūsdienu attīstības psiholoģijā draudzība tiek uzskatīta par būtisku sociāli emocionālās attīstības komponenti, kas veicina empātijas, sadarbības un prosociālas uzvedības attīstību bērnībā, kā arī pozitīvi ietekmē bērna sociālo pieredzi (Newman & Newman, 2012; Bukowski et al., 2018). Fiziskajās aktivitātēs, kas balstītas uz džudo filozofiju, draudzība 5–6 gadus veciem bērniem veidojas, piedaloties kopīgās kustību darbībās, strādājot pāros un grupās, ievērojot noteikumus un sniedzot savstarpēju atbalstu, tādējādi pārvēršot draudzību no abstrakta tikumiska jēdziena par praktiski apgūstamu sociālo pieredzi kustībā un mijiedarbībā.

19. gs. utopisti, pamatojot nākamās ideālās sabiedrības principus, draudzībā saskatīja pilnīgu mīlestību pret cilvēkiem, kas balstīta uz vienlīdzību, brīvu saskarsmi, solidaritāti, sabiedrības savstarpējo uzticēšanos. Furjē ieskatā, draudzība, pārvarot savtīguma traucējumus slāņu un ģimenes interesēs, ir spēks, kurš apvieno visus cilvēkus sociāli harmoniskā sabiedrībā (Schulz, 2006). Sociometrijas teorijā (*socius* – biedrs, *metrum* – mērīšana) draudzību traktē kā noteiktu sociometrisku matricu, kas ir kolektīvisma formu pētīšanas pamatā (Moreno, 1953/2012). Savukārt I. Kons (1989) draudzības psiholoģijas jomā izdalīja četrus aspektus, kuri raksturo bērna draudzīgās pieķeršanās izcelsmi:

- uzvedības aspekts, t. i., cilvēku loks, no kuriem tiek izvēlēti draugi, dominējošās saskarsmes formas;
- kognitīvais aspekts, t. i., minētajam vecumam raksturīgie priekšstati par draudzību, vecumam atbilstošs savstarpējās sapratnes līmenis;
- emocionālais aspekts, t. i., raksturīgais tonis un empātijas attīstība, atbilstoši vecumam;
- komunikatīvais aspekts, t. i., starppersonu kompetenču līmenis, lomu uzvedības pieejamais spektrs, noteiktas komunikatīvās prasmes.

Šie aspekti daudz skaidrāk atspoguļo bērna draudzīgo attiecību veidošanos mijiedarbībā ar citiem cilvēkiem. Komunikācija ar vienaudžiem pirmsskolas periodā ir kolektīva dzīvesprasmju pamats. R. Selmans, M. Z. Levits un L. H. Šulcs (Selman, Levitt & Schultz, 2017) uzskatīja, ka draudzība balstās uz fiziskiem vai ģeogrāfiskiem faktoriem. Šajā vecumā bērni ir centrēti uz sevi un viņiem ir grūti saprast citu viedokli. Draugs ir spēļu partneris, kuram ir interesantas rotaļlietas, kurš dzīvo blakus. D. Ušakovs (Ушаков, 2019) apraksta draudzību kā personiskas attiecības starp cilvēkiem, kas balstās uz interešu un aizraušānās kopību, cieņu, sapratni un savstarpējo palīdzību. Pēc S. Denham et al. (2012), bērna komunikācija balstās uz viņa esošo pieredzi, kas iegūta agrāk. Attiecībās ar cilvēkiem bērns izrāda laipnību un uzticēšanos vai neuzticību un nepatiku. Pirmsskolas vecuma bērna viedokli par citiem cilvēkiem nosaka nevis cilvēku uzvedība un darbības, bet gan bērna paša personības īpašības un tas, cik veiksmīgs viņš ir vienaudžu grupā un kā spēj ieklausīties pieaugušo norādījumos.

Tā tad draudzību raksturo pozitīvas attiecības starp cilvēkiem, kas ietver pilnīgu uzticēšanos, sirsnību un godīgumu, kā arī spēcīgu emocionālo saikni un pieķeršanos. Draudzības komponentes ir:

- uzticības pilna (godīga) saskarsme, draudzīgas attiecības;
- cieņpilna attieksme, labi un komfortabli pavadot laiku kopā;
- informācijas uztvere no pusvārda vai bez vārdiem (acu skatiens, žesti);
- savstarpējā palīdzība – palīdzība un izpalīdzība jebkurā situācijā. Tas var būt morāls atbalsts (apskaud, pažēlot), kā arī praktiska palīdzība (pieturēt pie rokas, palīdzēt sasiet kurpju šņores);
- pašuzpurēšanās – spēja attālināt savas intereses, lai veltītu laiku citiem;
- interešu kopība – vienādas vai līdzīgas intereses.

Promocijas darbā pētītas 5–6 gadus vecu bērnu draudzības komponentes savstarpējā palīdzība un godīgums. Veidot draudzīgas attiecības un audzināt tikumisko īpašību “draudzība” bērniem palīdzēja pedagoģiskās situācijas džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs (stafetes, kustību spēles, pāru vingrinājumi). Promocijas darbā pieņemts, ka bērnu draudzīgās attiecības lielā mērā ietekmē sociālā vide (Denham et al., 2012; Kon, 1989).

Cieņa ir otrs tikums. Cieņa ir ētikas tikumiskā kategorija. To pēta socioloģijas, psiholoģijas un pedagoģijas zinātnē. Cieņa paredz attieksmi pret cilvēkiem, kad tiek atzīta personības cieņa (atbilstošās darbībās, motīvos, sabiedrības dzīves sociālajos apstākļos) (Speck, 1996; Darwall, 2009). Vārdam “cienīt” ir kopīga etimoloģija ar vārdu “svarīgs” (no vācu vārda *Wage*, kas nozīmē “svari”). Šī jēdziena būtība ir apstākļi, ka cilvēks, kuru ciena vai godā, ir svarīgs un tam ir svars un nozīme. Vārdam “respekts”, kas eksistē daudzās Eiropas valodās, saknes ir meklējamas latīņu vārdā *respicere*, kas nozīmē “atskatīties, paskatīties vēlreiz”. *R. Dillon* (2003) šī vārda nozīmi saista ar tādu cieņas īpatnību, kā veltīt uzmanību objektam. Citiem vārdiem, cieņa kā uzvedība paredz cieņas objekta uzmanīgu saskatīšanu un tā uztveršanu, kāds tas ir patiesībā atšķirībā no šī objekta uztveres caur vēlmju un mērķu prizmu.

Sabiedrībā cieņa pret otru cilvēku izpaužas ar vispārpieņemto pazīmju kopumu (pienācīga sasveicināšanās, uzruna ar Jūs, vērsšanās pie esošajiem tituliem un citas fiziskās, mutvārdu un rakstveida cieņas pazīmes). Šāda uzvedība ir svarīga ikdienas etiķetes sastāvdaļa. Cieņas izteikšana ar zīmju palīdzību ne vienmēr liecina par reālo cieņu, tomēr tiek uzskatīta par nepieciešamu hierarhijas uzturēšanai un tās iedalījuma uzsvēršanai. Rīkoties cieņpilni attiecībā pret citiem nozīmē ievērot citu cilvēku tiesības (Dillon, 2003).

Cieņas jēdzienam ir divi pamattipi (Darwall, 2009): 1) cieņa kā cilvēka tiesību un iekšējo vērtību atzīšana un 2) cieņa kā nopelnu un sasniegumu novērtējums. Pirmajā tipā (cilvēka tiesību atzīšana) cieņa robežojas ar rūpēm. Censties netraucēt cilvēku, kurš atpūšas,

neatkarīgi no viņa vecuma un stāvokļa. Tāpat izvairīties no iejaukšanās aizņemta cilvēka lietās neatkarīgi no viņa statusa. Otrajā tipā (sasniegumu un panākumu novērtēšana) izpaužas cieņa pret cilvēka darbu un centību, sasniedzot noteiktus mērķus. Šajā jomā cieņa robežojas ar uzticēšanos. S. Darvals (Darwall, 2009) piedāvāja teoriju par cieņu kā atzīšanu un cieņu kā vērtējumu. Cieņa kā vērtējums (*appraisal respect*) – tās ir cilvēka un viņam raksturīgo īpašību, kā arī sasniegumu un nopelnu pozitīvs vērtējums. Cieņu kā atzīšanu (*recognition respect*) Darvals skaidro, ka tas drīzāk ir paņēmiens, kā cienīt cilvēku iekšēji, viņā pašā un viņa paša dēļ. Zināms, ka, pēc E. Kanta, iekšējā vērtība – tā ir tikumīgo īpašību kopums (Kant, 2012). Tas nozīmē, kā atzīšana – tā ir cilvēka cienīšana par viņa tikumību. Pēc I. Kanta domām (E. Kanta red., 2012), absolūta cieņa pret personību ir morāles un tiesību tikumības pamatā. Ar cieņas izjūtu cilvēks apstiprina savu tikumību – kā savu, tā arī tā cilvēka, pret kuru viņš izrāda savu cieņu. Kants norāda, ka komunikācijā ar cilvēkiem nepieciešams atcerēties, ka katram cilvēkam ir iekšējā vērtība, cieņa. Morāli pareiza ir cieņpilna attieksme pret cilvēku, negaidot, ka viņš izsauks mums cieņas jūtas pret sevi. Atšķirībā no mūsdienu pētniekiem viņš nenodalīja cieņu kā cilvēka tiesību atzīšanu un viņa nopelnu un sasniegumu vērtēšanu (Kant, 2012; Friedman, 2013; Berg, 2021). Cilvēkā var rasties cieņas jūtas pret otru cilvēku tad, kad viņš ievēro tajā kādu īpatnību, kuru viņš gribētu saskatīt sevī pašā. Te cieņa robežojas ar sajūsmas un skaudības jūtām, kas palīdz sasniegt mērķi. Šajā gadījumā tas, cik negatīva ir skaudība, ietekmē cieņas jūtu spēcīgumu. Cilvēks var izturēties labvēlīgi pret vēlamās īpašības esamību otrā cilvēkā, vai arī viņš var izjust dusmas par to, ka šim cilvēkam ir tāda īpašība, bet viņam nav.

Jebkurā gadījumā tiks izjusta cieņa, bet pirmajā gadījumā tā būs spēcīgāka. No vienas puses, pozitīvā informācija par otra raksturu, spējām un īpatnībām vairo cieņas jūtu stiprumu. No otras puses, otrā cilvēkā saskatītā kāda stipri izteikta negatīva īpašība, kura piemīt arī novērotājam, mazinās viņa cieņas jūtas pret šo cilvēku. Pozitīvas īpašības var padziļināt cieņu pret otru cilvēku. D. de Kremers un L. Malders (de Cremer & Mulder, 2007) izsaka cieņas divējādību mazliet citādi: 1) cieņa kā līdzeklis mērķiem un 2) mērķis kā pats par sevi esošs. Pirmajā gadījumā cieņa tiek uzskatīta kā pieņemšanas zīme par piederību noteiktai grupai un pozitīva statusa vai reputācijas esamība šajā grupā. Otrajā gadījumā cieņa tiek uzskatīta kā iedzimta cilvēciskā vērtība un morālais pienākums attiecībā pret cilvēkiem. Šī ideja saskan ar I. Kanta uzskatu par cilvēku kā mērķi pašu par sevi.

Hilla (Hill, 1998; Berg, 2021) skatījumā, cieņpilna attieksme iekļauj centienus atturēties no ļauna nodarīšanas citiem un viņu tiesību pārkāpšanas. Rīkoties cieņpilni attiecībā pret citiem nozīmē izrādīt ne tikai cieņas izpausmi, bet arī atzīt apkārtesošo tiesības.

Cilvēkiem nav vienlīdzīgas spējas un personības attīstības iespējas. Viņi nav vienlīdzīgi savās iespējās panākt morāli pareizus risinājumus. Faktori, kas nosaka nevienlīdzību, var būt

iekšējie (fizioloģiskie un psiholoģiskie) – dažāds personības attīstības līmenis (subjektīvie) – vai ārējie – dažādas dzīves apstākļu un darbības iespējas (objektīvie). Bet vienlīdzīgas ir cilvēku tiesības uz attīstību. No šī viedokļa, cieņpilnu attieksmi pret cilvēku veido nevis viņa sasniegumu un nopelnu salīdzināšana ar citiem cilvēkiem, bet viņa individuālās attīstības izmaiņu salīdzinājums ar iepriekšējo līmeni.

Līdz piecu gadu vecumam bērnam nav svarīgs saskarsmē esošā cilvēka vecums, viņš spēj komunicēt un spēlēties ar visiem vienlīdzīgi. Iegūstot pieredzi, bērni saprot, ka cilvēku vecums var būt atšķirīgs. Komunikācijā izzinot citus, viņi mācās veidot attiecības. Ir svarīgi pieaugušajiem ar savu paraugu rādīt pozitīvas attiecības ģimenē, jo bērns pieņem ģimenes uzvedības modeli. Tas notiek, novērojot paaudžu (vecvecāki, vecāki, brāļi, māsas) attiecības (attieksmi un rūpes) ģimenē.

Pētījumu analīze parādīja, ka bērnu cieņa pret vecākiem izpaužas vēlmē un prasmē ar prieku izpildīt jebkuru lūgumu, darot to nekavējoties un bez atgādinājuma; centienos izrādīt elementārās rūpes, uzmanību, pieklājīgi izturēties pret vecākiem cilvēkiem (nepārtraukt viņu sarunas, neklaigāt, pacelt nokritušu priekšmetu, piedāvāt savu vietu pieaugušajam u. c.). Cieņpilna attieksme parādās arī ārējās izpausmēs – žestos, ķermeņa kustībās, mīmikā, valodā – prasmē pieklājīgi jautāt, lūgt, būt ieturētam sarunā ar pieaugušu cilvēku (Дыбина & Щеглова, 2019).

Pirmsskolas vecuma bērna cieņa ir nostāja pret citu bērnu vai pieaugušo, kurai ir raksturīgas šādas komponentes:

- pieklājība saskarsmē;
- atbildība un prasme labprāt izpildīt lūgumu, uzdevumu;
- uzmanība un līdzjūtība.

Promocijas darbā sporta nodarbībās DFBFA tikumiskās īpašības “cieņa” veidošanā liela nozīme ir pieklājīgai saskarsmei ar pedagogiem un bērniem, saudzīgā attieksmē pret inventāru, kas bija izmantots džudo fiziskajās aktivitātēs (stafetes, kustību spēles, vingrinājumi pāros un komandās). Īpašības pieklājība, atbildība un līdzjūtība tiks iestrādātas tikuma “cieņa” kritērijos bērnu tikumisko īpašību apguves līmeņa noteikšanai empīriskajā pētījumā.

Godīgums. No Senās Grieķijas laikiem filozofi pedagogi daudzkārt izstrādāja teorētiskus kanonus, kuri, pēc viņu domām, spēja virzīt praktisko izglītību. Godīgums ir viena no morālām īpašībām, svarīga tikumības prasība. Tam ir raksturīgs patiesums, principialitāte, uzticība uzņemtajām saistībām, subjektīvā pārliecība par darāmā taisnīgumu, patiesums pret citiem un pret sevi, saistībā ar tiem motīviem, ar kuriem cilvēks rīkojas. Sākumā vārds “godīgums” norādīja uz cilvēka uzvedības īpašībām, kas pelnīja cieņu un ievērību, vēlāk tas sāka nozīmēt “patiesumu, atklātību, izvairīšanos no dīvkosības un meliem pat domās, praktiskā darbībā, rīcībā, runā”. Vēlākajā kristīgajā ētikā godīgums (patiesums) bija sociālā taisnīguma

pamatelements. Tieši kā sociāli personisks jēdziens godīguma kategorija saistīja domātāju un zinātnieku uzmanību, bet godīguma izpratne tika raksturota ar konkrētām sabiedrībā eksistējošām morāli tikumiskām normām un kanoniem. Priekšstats par godīguma kategorijas patiesumu, atklātumu mainījās katrā vēsturiskajā periodā (Darwall, 2009). J. Ščerbatihā ieskatā, katrā vēsturiskajā periodā, katrā pastāvīgi funkcionējošā cilvēku sabiedrībā eksistē noteiktas uzvedības normas, kuras reglamentē nepieciešamo un pietiekamo tās locekļu patiesuma līmeni. Šo normu pārkāpšana, ko izdara atsevišķi cilvēki, tiek sodīta sabiedriskā nopeluma veidā. Par tikumiskiem uzskata vārdus un rīcību, kas atbilst vispārpieņemtajām normām šajā sabiedrībā, bet par netikumiskiem – to pārkāpšanu. Cilvēku attiecību evolūcijā dažas tikumiskās normas, kas agrāk reglamentēja cilvēku savstarpējās attiecības, ar laiku noveco un izmainās, kļūst nepieņemamas (Berg, 2021).

Būt godīgam un patiesam nozīmē atklāti paust savas domas, vēlmes, rīkoties saskaņā ar tām, atzīt vainu, kaut arī ir bailes tikt sodītam. Bērni pēc savas dabas ir atklāti un uzticīgi, viņiem nepiemīt viltība un meli. Patiesīgumu viņi izrāda savā rīcībā, spriedumos, vērtējumos, atklātos izteicienos. Tāpēc bērnam ir svarīgi iepazīt jēdzienu “tikumi”, lai veidotos izpratne par tikumiskām īpašībām (Denham et al., 2012).

Godīgums izpaužas cilvēka uzvedībā, rīcībā, un pakāpeniski veidojas kā rakstura īpašība. Aplūkojot godīgumu kā īpašību, kā vienu no svarīgākajām tikumības prasībām, empīriskajam pētījumam tika izdalīti šādi komponenti:

- patiesums (tieksme runāt patiesību, neslēpt no citiem cilvēkiem un sevis patieso);
- doto solījumu un noteikumu ievērošana (izpildīt solīto);
- principialitāte (uzticība noteiktai idejai, šīs idejas īstenošana dzīvē);
- personīgo motīvu svarīguma apzināšanās un saskaņošana ar citu motīviem.

“Skola 2030” metodiskajos materiālos (VISC, 2019) un MK noteikumos (LR MK, 2018) godīgums tiek raksturots kā uzticamība, patiesums, vārdu un darbu saskaņa. Vārdu un darbu saskaņa ir audzināšanas princips no 2001. gada (Špona, 2001).

Godīgumu un taisnīgumu ir svarīgi audzināt jau no mazotnes. Promocijas darbā tikumam godīgums izmantots kritērijs patiesums, noteikumu izpilde un atklātība, kas 5–6 gadus veciem bērniem izpaužas džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātēs. Nodarbību laikā bērni godīgi cenšas izpildīt uzdoto vingrinājumos pāros, kustību spēļu laikā, komandu uzdevumos.

Savstarpējā palīdzība. Ir jāatzīmē, ka savstarpējā palīdzība kā viena no tikumiskām īpašībām izpaužas draudzībā un cieņā. A. Ābele (2018) raksta par savstarpējo atbalstu kā par sportista trenera tieksmi uz komunikāciju un sadarbošanos sportā (30. lpp.).

Cilvēku savstarpējās palīdzības saknes meklējamas evolūcijas procesā, kur sadarbība bija priekšnoteikums izdzīvošanai un sociālo attiecību veidošanai. Attīstoties sabiedrībai,

savstarpējā palīdzība ieguva daudzveidīgas formas, balstoties uz dažādu prasmju un sociālo lomu sadali. Nebija iespējams vienatnē cīnīties pret skarbajiem dabas apstākļiem un plēsējiem. Tas noteica nepieciešamību senajiem cilvēkiem sadarboties, saistīties citam ar citu, kas veidoja cilvēku savstarpējās sadarbības pamatus. Cilvēku savstarpējā palīdzība rakstura skaidrojumā tiek analizēta dažādās teorētiskajās pieejās – motivējošajā (biheivioristiskajā), emocionālajā (psihoanalītiskajā) un humānajā pieejā, kas īpaši akcentē savstarpējo attiecību un empātijas nozīmi personības attīstībā (Jones & Kahn, 2021). Šī pieeja ir īpaši nozīmīga pirmsskolas izglītībā, kur prosociāla uzvedība tiek veidota kā iekšēji motivēta vērtība. Viduslaikos radās profesijas un cilvēki apmaiņā pret naudu sāka tirgoties ar precēm. Mūsdienās eksistē vairāki sadarbības tipi. Ir viedoklis, ka līdztekus “savstarpējai cīņai” dabā eksistē arī “savstarpējās palīdzības likums”, kas savu izcelsmi rod vecāku rūpēs par pēcnācējiem. Savstarpējās palīdzības likuma rašanās balstīta “vecāku jūtās”, dzīvnieku rūpēs par pēctečiem (Sapp, 1994). Pētījumi sociāli emocionālās attīstības jomā apliecina, ka prosociāla uzvedība, tostarp savstarpējā palīdzība, bērniem veidojas kā iekšēji motivēta rīcība, kas balstās empātijā un sociālajā pieredzē, nevis ārējā piespiešanā vai kontrolē (Denham et al., 2012). Mērķtiecīga ētisko principu integrēšana pirmsskolas izglītībā veicina bērnu sociāli emocionālās kompetences un citu cilvēku nodomu izpratnes (*theory of mind*) attīstību, kas ir būtiski savstarpējās palīdzības un empātiskas uzvedības veidošanās procesā (Arda Tuncdemir et al., 2022).

Jautājumā par savstarpējās palīdzības izpēti pirmsskolā ar šo jēdzienu vajadzētu saprast sadarbību, kuras rezultātā viena bērna darbības ir vērstas uz otra bērna darbību stimulēšanu, atbalstu un atvieglotāšanu (LR MK, 2018; VISC, 2019).

Bērnu savstarpējās palīdzības problēmu pētījumu teorētiskajā analizē uzsvērts, ka savstarpējā palīdzība pirmsskolas vecumā izpaužas kā sadarbība, kurā viena bērna motīvi parādās uzvedībā, rīcībā, kas ir virzīta uz otra bērna rīcības stimulēšanu un atbalstu. Savstarpējā palīdzība saistīta ar otra stāvokli (empātiju), ar prasmi savu uz morāli balstīto uzvedību novirzīt uz otru cilvēku. Sadarbība ir atkarīga arī no bērnu individuālajām īpašībām un rakstura (Denham et al., 2012; Jones & Kahn, 2021). Bērniem ceturtajā dzīves gadā izteikti veidojas tieksme savstarpēji palīdzēt pašapkalpošanās procesā, tā bērns grib parādīt savu sasniegumu. Piektajā dzīves gadā bērniem savstarpējās palīdzības formas ir daudzveidīgākas. 5–6 gadus veci bērni palīdz cits citam kopīgās spēlēs, nodarbībās, sadzīvē. Daudz pamatotāki kļūst palīdzības sniegšanas motīvi (Denham et al., 2012).

Savstarpējās palīdzības komponenti:

- otra bērna darbības stimulēšana ar ieteikumu, fizisku atbalstu;
- pašapkalpošanās palīdzība;

- palīdzība izpildīt vingrinājumu (tiks izmantots kā tikuma draudzība kritērija 1. kritērija labvēlība 3. rādītājs).

Savstarpējā palīdzība empīriskajā pētījumā tiks veicināta pāru vingrinājumos, kad tā radīs nepieciešamību palīdzēt otram, lai kopā pabeigtu vingrinājumu.

Līdzdalība. Savā darbībā Kano norādīja uz audzināšanā iesaistīto pušu (pedagogu, treneru, vecāku, skolēnu) aktīvāku līdzdalību, bet morāles attīstību par vienu no galvenajiem mērķiem un vērtībām, kas var uzlabot cilvēka individuālo un sociālo dzīvi. Kano atziņas ir aktualizētas “Skola 2030” metodiskajos materiālos (VISC, 2019) un normatīvajos dokumentos (LR MK, 2018) valstiski plašāk kā pilsoniskā līdzdalība.

Latvijas Universitātes Matemātikas un informātikas institūtā Mākslīgā intelekta laboratorijas vārdnīcā atrodams, ka “līdzdalība ir iesaistīšanās (stāvoklis, kas raksturo ieinteresētību, piedalīšanos kaut kādā darbībā vai attiecībās); piedalīšanās darbošanās kopā ar citiem (kādā darbā, notikumā, pasākumā u. tml.)” (Spektors et al., 2024).

Ministru kabineta noteikumos (p. 9.5.) līdzdalība ir definēta valstiskā nozīmē kā pilsoniskā līdzdalība: “Bērns piedalās kārtības un drošības noteikumu izveidē un apspriešanā, saprot, pieņem un ievēro tos, mācās ievērot un cienīt citu vajadzības un tiesības, mācās darboties videi draudzīgi, izvēloties darbam atbilstošus resursus un saudzīgi tos lietojot.” (LR MK, 2018). Bērna iesaistīšanās līdzdarbībā ir atkarīga no viņu darbības motīviem.

A. Tūnas (Tūna, 2018) ieskatā, katra indivīda pilsoniskā līdzdalība ir demokrātiskās sabiedrības funkcionēšanas instruments, tāpēc par nozīmīgāko vērtību izglītības sistēmā ir nepieciešams atzīt brīvu, atbildīgu, tolerantu, solidāri un kritiski domājošu indivīdu. Pilsoniskā līdzdalība var izpausties dažādi. Izšķir trīs veidu pilsoņus:

- personīgi atbildīgs pilsonis – godīgs, atbildīgs, ievēro likumus, atsaucas uz iniciatīvām;
- darbīgs un ar iniciatīvu apveltīts pilsonis – aktīvi piedalās sabiedriskajos procesos, ieņem līderu pozīcijas iedibinātajās sistēmās un kopienas struktūrās;
- pilsonis, kas sekmē taisnīguma ievērošanu sabiedrībā – analizē un maina esošās sistēmas un struktūras, ja tās ilgākā laika posmā nespēj nodrošināt taisnīgumu (Tūna, 2018).

Pedagoga uzdevums ir daudzveidīgās ikdienas norisēs veicināt bērnu motivējošo sfēru un aizvien apzinātāku pilsonisku rīcību, kas iziet ārpus personīgiem lēmumiem un rīcības un iesaistās sistēmiskā darbībā.

“Skola 2030” (VISC, 2019) metodiskajos materiālos pilsoniskā līdzdalība tiek skaidrota šādi: “Pirmsskolā bērni mācās būt atbildīgi par sevi, līdzcilvēkiem un apkārtni..., kurā iespējams justies droši un līdzvērtīgi ar citiem, ietekmēt notiekošo. Pirmsskolas ikdienā pilsoniskās līdzdalības prasmes sāk apgūt, veidojot un ievērojot noteikumus grupā, mācoties saprast citus, līdzpārdzīvojot notiekošajam un rīkojoties videi draudzīgi. Tādējādi bērni sāk

apzināti uzņemt atbildību un rīkoties. Tas ir saskaņā ar bērncentrēto pieeju (Grava, 2018) bērnu patstāvības veicināšanai.”

Atbilstīgi 5–6 gadus vecu bērnu attīstības iespējām empīriskajā pētījumā 4. tikuma “Līdzdalība” kritērija “Piedalās aktivitātēs” rādītāji būs: 1) iesaistās aktivitātēs, 2) iesaista aktivitātēs citus.

Šajā apakšnodaļā tika apzināti tikumi cieņa, godīgums, draudzība, līdzdalība, kas tiks veicināti bērna tikumu audzināšanā empīriskajā pētījumā. Visas tikumiskās īpašības tiek apgūtas pakāpeniski, sākot ar pirmsskolas vecumu. Pirmsskolas vecumā bērns mācās apzināties sevi kā sociālu cilvēku, kurš iegūst dzīves pieredzi starp citiem cilvēkiem un iepazīst savstarpējo attiecību veidošanas iespējas bērnu grupā, saglabājot savu individualitāti un neatkarīgumu. Aktuālās atziņas tiks iestrādātas tikumu apguves vērtēšanas kritērijos un rādītājos 5–6 gadus vecu bērnu tikumu līmeņa konstatējumam un tikumu dinamikas izpētei pedagoģiskā pilotpētījuma posmā.

1.2.2. Tikumisko īpašību audzināšanas specifika pirmsskolā

Pirmsskolas vecuma bērna tikumu audzināšana tiek uzskatīta kā noturīgu tikumisko motīvu sistēma, kura īstenojas bērna attiecībās ar vienaudžiem un pedagogiem, viņa uzvedībā, kas balstīta uz tikumiskajām īpašībām – cieņu, draudzību, godīgumu un līdzdalību. Tikumu audzināšana ir atbildīgs uzdevums pirmsskolā. Tikumu izpratnes veicināšana ir svarīga pirmsskolas programmas sastāvdaļa. Izglītības pamatuzdevums pirmsskolā 21. gs. ir radīt vērtību sistēmu, kas palīdzētu veidot bērna tikumisko kultūru, humānu personību (VISC, 2019). Normatīvajos dokumentos tiek akcentēts, ka cilvēka audzināšanas mērķis ir nodrošināt iespēju katram izglītojamajam kļūt par tikumisku, krietnu, rīcībspējīgu cilvēku un atbildīgu personību sabiedrībā, kurš veicinātu izpratni par vērtībām un tikumiem, sekmējot to praktizēšanu, bagātinot kultūrvēsturisko pieredzi. Tikumu audzināšana Latvijā ir prioritārs uzdevums. Izglītības iestāde aizsargā izglītojamo no tādas informācijas un metodēm izglītības un audzināšanas procesā, kas neatbilst šā likuma mērķī ietvertajam izglītojamā tikumiskās attīstības saturam (LR MK, 2018). A. Šponas skatījumā (2001; 2022), audzināšanas mērķis ir brīva, patstāvīga un atbildīga personība, kas veidojas un attīstās darbībā. Humānā paradigma audzināšanu aplūko kā veselumu, kurā tiek veicinātas attieksmes (situatīvā, paradumu un pašregulācijas) pret cilvēkiem, lietām, notikumiem. Audzināšanas darbības 1. posmā notiek bērna psiholoģiskā sagatavošana veicamajai darbībai (tiek apzināts mērķis un vajadzības šo mērķi sasniegt), līdzekļu izvēle praktiskajā sagatavošanā 2. posmā, līdzekļu lietojums un pieredzes bagātināšana darbības realizācijas laikā 3. posmā un rezultātu novērtēšana 4. posmā, kurā bērni reflektē par saviem sasniegumiem, šajā gadījumā par pilnveidotām tikumiskām

īpašībām un attieksmi pret džudo fizisko aktivitāšu procesu un rezultātu. Dažādu metožu atlase un izmantošana tikumu audzināšanā ir svarīgs pirmsskolas pedagogu uzdevums.

Tikumū audzināšanas rādītājs ir pozitīva attieksme pret cilvēkiem, pret dabu un sevi. No tikumības viedokļa, tas izpaužas līdzjūtībā, līdzpārdzīvojumā, atsaucībā, labsirdībā (Vallon, 1967; Špona, 2022). Pirmsskolas izglītības iestādē bērnu tikumu audzināšana tiek saskaņota ar sabiedrībā sagaidāmajām ikdienas uzvedības formām komunikācijā, dažādos darbības veidos.

Šajā pētījumā ir padziļināts A. Šponas (2001) skatījums par tikumu audzināšanas iespējām pirmsskolas vecuma (5–6 gadi) bērniem. Pēc informācijas “Skola 2030” materiālos (VISC, 2019), 4–5 gadus vecu bērnu tikumiskās īpašības ir iespējams veicināt sižetiskās rotaļās pirmsskolas izglītības iestādē ar bērnu vajadzībām atbilstīgu saturu. Mūsu pētījumā pirmsskolas vecuma bērni atbilstīgi savām iespējām un potenciālam piedalījās DFBFA ar sev tuvu un saprotamu saturu. Tajās tika izmantotas spēles ar vingrinājumiem individuāli, pāros un komandā. Dažādas pedagoģiskās situācijas tikumu audzināšanas procesā varētu izmantot pirmsskolas izglītības iestādē VFAMJ sporta nodarbībās.

Autori (Болотина, Комарова & Баранов, 2026) izceļ vairākus tikumu audzināšanas noteikumus bērniem pirmsskolas izglītības iestādē:

- sadarbība pirmsskolas iestādē ar ģimeni;
- pirmsskolas vecuma bērnu iesaiste dažādos darbības veidos, kuri veicina tikumus;
- bērnu vecuma individuālo īpašību uzskaitē;
- mērķtiecīgi organizēts process bērnu uzvedības kultūras veidošanai pirmsskolā.

Saskarsmē ģimenē notiek sevis iepazīšana un bērna vajadzību veidošanās. Tā ir primārā vide, kur bērns iepazīst labo un sliktu. Ģimenes mikrovīdē liek pamatus bērna tikumiskajai pozīcijai un patstāvībai. Tikumu audzināšana ģimenē var atšķirties no citu cilvēku morālām prasībām un vērtībām, kas var sarežģīt bērnu rīcību. Svarīga ģimenes audzināšanā ir vecāku autoritāte un savstarpējās attiecības. Vecāku autoritāte izpaužas cieņā pret savu izvēlēto profesiju un darba pienākumiem, pilsoniskajā stājā un uzvedībā. Autoritāte – tā ir kādas personas ietekme, kas balstīta uz zināšanām, tikumiskajām īpašībām un dzīves pieredzi (Comte-Sponville, 2021). Tikumu audzināšanā līdztekus piedalās gan vecāki, gan pirmsskolas izglītības iestādes personāls. Pirmsskolēnu tikumu audzināšanā svarīgs ir pedagoga personīgais piemērs, viņa attieksme pret bērniem, kas izpaužas humānā rīcībā. Bērni pirmsskolā cenšas atdarināt savu skolotāju. Ja attiecībās starp skolotāju un bērniem būs sirsnība, atsaucība, rūpes, tad tādas attiecības veidosies arī starp bērniem (Liepa-Liepiņa & Vronska, 2020).

Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšanas problēmas slēpjas tajā, ka bērns vēro divas autoritātes. No vienas puses, tie ir pedagogi, no otras – vecāki. Sadarbībā pedagogi un vecāki var nodrošināt savstarpēji papildinošu vidi, kas pozitīvi ietekmēs bērnu tikumus. Bērna

pieredze vēl ir maza, tādēļ viņš atdarina tā cilvēka uzvedību, kurai viņš uzticas. Sastopoties ar bērna esošajai pieredzei atšķirīgu pieaugušo uzvedību, bērnam var rasties grūtības paust savu viedokli par situāciju. Tādēļ tik svarīga ir sadarbība starp pirmsskolas izglītības iestādes personālu un vecākiem, lai audzinātu labsirdību, godīgumu, cieņu, taisnīgumu. Promocijas darba autore nepēta sadarbību ar vecākiem, kuru bērni apgūst tikumus džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs. Pēc I. Stangaines domām, pedagogu un vecāku kopīgās rīcības rezultātā bērns sāk apgūt prasmi izteikt viedokli, veido humānas attiecības ar vienaudžiem, emocionāli atsaucas un paļaujas uz savām izjūtām. Tikumu audzināšana ir jāsāk no pirmsskolas vecuma. Rezultātu ātrāk var sasniegt pedagogu un vecāku sadarbībā. Bērniem ir ne tikai jā māca tikumiskās īpašības, bet arī jā demonstrē tās praksē ar piemēriem (Stangaine, 2014).

Džudo filozofijā balstītu fizisko aktivitāšu laikā pirmsskolēni piedalās dažādos darbības veidos, kuri veicina tikumus. Jebkurš darbības veids – sarunas, spēle, darbs, mācīšanās – palīdz iegūt zināšanas par uzvedības normām un noteikumiem, ir vingrinājums apliecināt sevi.

20. gs. autoritārajā pedagogijā tikumu veidošanās darbībā notika autoritāra pedagoga vadība. Bieži tika izmantota skaidrojoši reproduktīvā metode, kur iemācītais saturs tika lietots, balstoties uz noteikumiem vai piemēriem. Audzēkņu darbībai bija algoritmisks raksturs – darbības tika veiktas pēc instrukcijām, priekšrakstiem, noteikumiem ar līdzīgām situācijām. Pedagoģijā jēdziens “algoritms” tiek izmantots, kad runā par stingru veicamo darbību secību, kuras ir obligāti jāizpilda mācībās, kuras ir raksturīgas dotajam mirklim un nodrošina optimālo zināšanu un prasmju līmeni pēc iespējas īsākā laika posmā (Dewey, 1968; Bruner, 2004). Ja pedagoga vadība atbilst bērna vajadzībām, tad kustību apmācības algoritmizācija rada iespēju realizēt sistemātiskus un pieejamus didaktiskos principus. Tā kā pirmsskolas vecumā veidojas motivācijas un gribas sfēra, bērnam ir nepieciešams atbalsts kustību sistēmas vadīšanā. Atbilstīgi bērncentrētajai pieejai (Grava, 2018), Ministru kabineta (LR MK, 2018) un “Skola 2030” (VISC, 2019) noteikumiem autores pētījumā pedagogs DFBFA virza bērna patstāvīgu darbību: rada apstākļus, plāno fiziskās aktivitātes, akcentē tikumus, izmanto uzdevumu, spēļu un citu aktivitāšu algoritmisko raksturu, pakāpeniski sarežģījot un realizējot tos posmos. Jāsaka, džudo specifika ir tāda, ka noteikumi ir nemainīgi, tie jāievēro bez iebildumiem, tāpēc ir nepieciešama emociju savaldība un pašdisciplīna. Pirmsskolas vecumā notiek bērna visu spēju strauja attīstība. Tomēr, kā norāda Ļ. Vigotskis (Выготский, 2010), D. Eļkoņins (Эльконин, 2017), tikumiskā regulācija sāk veidoties jaunākajā skolas vecumā. Bērna tikumība ir saistīta ar viņa uzvedības iekšējiem motīviem, kas ļauj veikt pareizo tikumisko izvēli. Tikumu audzināšana ir ilgstošs process, kurā notiek bērna iekšējās izmaiņas. Tas var būt latents un neizpausties bērna uzvedībā tūlīt, bet atspoguļosies vēlāk sākumskolā, parādot pirmsskolas pedagoga paveiktā darba rezultātus. Psihologu ieskatā, tikumiskās jūtas nevar rasties dabiskā

brieduma rezultātā. To attīstība ir atkarīga no audzināšanas līdzekļiem (saturs, metodēm, formām), no sociālajiem apstākļiem. Ja audzināšana ir pārdomāta, sistemātiska un mērķtiecīga, tad bērna pieredze un emocijas ir daudzveidīgas un motīvi parādās agrāk, nekā tiem bērniem, kuru audzināšana ir bijusi fragmentāra (Durkheim, 2012; Trout, 2008). Tāpēc audzināšanas līdzekļi – saturs, metodes, paņēmieni, formas un metodikas – tiks iekļauti teorētiskajā modelī (skat 1.5. attēlu).

Kaut gan bērnam tiek veicināta patstāvība (VISC, 2019), tomēr piecus gadus veciem bērniem ir svarīgs pieaugušo virzošs atbalsts. Tikumu audzināšanas saturam ir jāatbilst tikumiskajām un uzvedības normām. I. Freibergas (2013) ieskatā, iepazīstot daiļliteratūru, bērns koncentrē uzmanību ne tikai uz saturu, bet mācās saskatīt arī personāžu tikumiskās īpašības. Agrajā bērnībā bērnus audzina ar tēlainajiem pasaku varoņu piedzīvojumiem, kuros labais uzvar ļauno. Ar radošiem uzdevumiem veicina emocijas un spēju nolasīt citu cilvēku jūtas. Sadarbībā ar pedagogu bērns iepazīst tikumus, mācās analizēt pozitīvas un negatīvas darbības. Ievērojot bērnu individuālās attīstības izpausmes, pedagogs pirmsskolas izglītības iestādē diagnosticē bērna tikumiskās īpašības, prognozē tikumu attīstību, izstrādā darbības plānu un sniedz rekomendācijas vecākiem tikumu veicināšanai (VISC, 2019). Vecāku paraugs un atbalsts 5–6 gadus vecam bērnam ir ļoti svarīgs, jo tikumiskās īpašības veidojas pakāpeniski. Promocijas darbā tika ievērotas 5–6 gadus vecu bērnu individuālās īpašības DFBFA sporta nodarbībās.

Organizējot mērķtiecīgu pedagoģisko procesu bērnu kultūras uzvedības veidošanā, ir jāsaprot, ka mācīšanai ir jābūt kompleksai (Bernhard, 2021; Weinrich, 2024). Praksē tiek novērotas situācijas, ka bērnam problēmas izraisa pedagogu atšķirīgā vērtību izpratne. Šajā gadījumā bērns var apjukt, mācību process būs haotisks. “Skola 2030” metodiskajos materiālos izstrādātie ieteikumi (VISC, 2019) prasa skolotājam virzīt bērnu patstāvību, mācīt bērnam izteikt savus uzskatus un aizstāvēt savu viedokli, patstāvīgi konstruēt savas zināšanas un prasmes (5.–6. lpp.). Tas veicina bērna pašcieņu un nozīmīgumu, un pirmsskolas izglītības procesā to novērtē četros līmeņos: sācis apgūt, turpina apgūt, apguvis, apguvis padziļināti (VISC, 2019, 18. lpp.). Tikumiskās īpašības tiek veicinātas ar rotaļu, spēli, darbu, literāriem darbiem (pasakas) un personīgo piemēru. Spēlē balstītas džudo nodarbības pirmsskolas vecuma bērniem veido bērniem saprotamu un emocionāli drošu mācību vidi, kas veicina morālo uzvedību un tikumisko īpašību attīstību (Krauze, 2020). Tā tiek gūta pieredze par pilsonisko līdzdalību, uzlabotas personiskās īpašības un attiecības komandā, apgūti etiķetes noteikumi. Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšana notiek, izmantojot savstarpēji saistītus daudzveidīgus paņēmienus:

- Radošuma izpausmes tiek veicinātas mūzikā, literatūrā, tēlotājmākslā. Bērns mācās pasauli uztvert tēlaini un to sajukt. Radošums dod iespēju izteikt savas jūtas un emocijas ar kustībām un vārdiem, mūziku vai zīmējumiem. Katrs bērns var brīvi realizēt sevi pēc saviem ieskatiem.
- Dabas vērojumi ir nepieciešams faktors veselīgas psihs veidošanā. Vērojot apkārtējo pasauli, bērns mācās analizēt un izprast dabas likumus.
- Darbība izpaužas rotaļās un spēlēs. Bērns mācās izteikties, uzvesties un izpausties noteiktā veidā, saprast citus bērnus un veidot saskarsmi.

Pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšanas pamatā ir nepieciešamība mācīt bērnus izvērtēt dažādas situācijas. Ir ļoti svarīgi, lai bērns mācītos pareizi uztvert uzslavas un kritiku. Šajā vecumā liela nozīme ir pieaugušajam, kuru bērns atdarina. Novērojot vecākus, bērns mācās izprast sevi un paskatīties uz savu rīcību no malas, kā arī interpretēt citu cilvēku rīcību. Pedagogu darbības mērķis ir veicināt spēju izprast savas emocijas un citus cilvēkus. Izglītības sociālā daļa izpaužas apstākļi, ka bērns kopā ar vienaudžiem iziet visus attīstības posmus. Viņam ir jāredz citu un savi panākumi, jāiejūtas, jāatbalsta, jāizjūt veselīga konkurence (Zehbe, 2019). Tikumu audzināšanas procesā pirmsskolas vecuma bērniem tiek raksturotas šādas komponentes: kognitīvā, emocionālā un darbības (Kaiser & Fröhlich-Gildhoff, 2022).

Kognitīvā komponente ietver tikumu audzināšanu kā patstāvības veidošanos un spriedumu par tikumiskajām normām procesu, prasmi sniegt saturīgu raksturojumu tikumiskajām vērtībām un analizēt to izpausmi uzvedībā. Galvenā struktūrkomponente ir tikumiskā izglītošana. Bērns iegūst zināšanas par tikumības normām, tikumiskajām īpašībām, tikumiskas uzvedības noteikumiem; priekšstatu par sevi; priekšstatu par citiem dalībniekiem. Pedagogi nodrošina informāciju, kas palīdz bērnam apjēgt savas priekšrocības, vēlmes, intereses, personīgās uzvedības un apkārtējo uzvedības motīvus (Zechner, 2018).

Emocionālā komponente aplūko tikumu audzināšanu ne tikai kā informācijas par tikumību kā personīgo vērtību apguvi, bet arī emociju izpausmi, kas raksturo attieksmi pret tikumiskajām vērtībām, savstarpējām attiecībām, tikumisko jūtu spēku. Emocionālā komponente autoru *Malti* un *Buchmann* (Malti & Buchmann, 2010) skatījumā ietver tikumiskās jūtas, tikumiskās emocijas, motīvus un tikumisko svarīgumu, kā arī tikumisko vērtējumu un pašvērtējumu.

Uzvedības (darbības) komponente ietver tikumu audzināšanu kā apzinātu prasmju veidošanos, tikumiskas uzvedības veidošanos, kā arī brīvu tikumisku pašnoteikšanos un pašpārvaldi dzīvesdarbības procesā. Šī komponente ietver bērnu savstarpējo attiecību novērojumus dažādās saskarsmes situācijās; ar pedagoga palīdzību tiek veidota savstarpējā saikne; pozitīvas uzvedības dažādās situācijās (Ettrich & Ettrich, 2006).

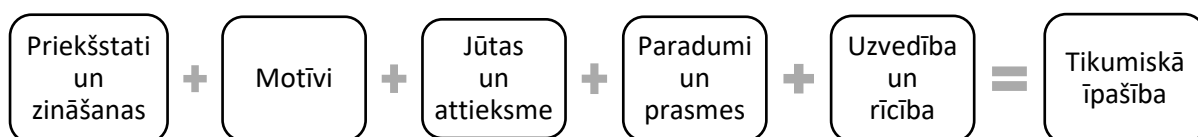
Kognitīvās, emocionālās (afektīvās) un uzvedības komponentes mijiedarbība nodrošina tikumiskās apziņas un uzvedības vienotību, kas pirmsskolas vecumā tikai sāk veidoties. Sadarbībā ar pieaugušo bērns sāk saprast tikumiskas uzvedības noteikumus. Tāda izpratne atbilst bērna vecumam piemērotai uzskatāmai domāšanai. Izpratne par uzvedības noteikumiem un normām balstās bērna pašpieredzē, kad viņš saprot negatīvās sekas, pārkāpjot noteikumus, un pozitīvās sekas, tos ievērojot. Šajā sakarā pieaugušajam ir jāprot pamatot izvirzītās prasības, balstoties konkrētās situācijās. Bērna vārdu krājumā, ar ko apzīmē tikumiskās kategorijas, sākotnēji tiek izmantoti ētiskie jēdzieni, labi – slikti, labais – ļaunais. Jēdzieni “labi un slikti” pauž pieaugušā attieksmi, bet bērns to atceras un ievēro līdzīgās situācijās. Ž. Piažē (Piaget, 2003) skatījumā, motivējošā sfēra vēl ir vāji attīstīta.

Bērna tikumības emocionālās komponentes attīstība ir saistīta ar intelekta veidošanos, viņa domāšanu un zināšanām par uzslavējamās un peļamas uzvedības piemēriem. Tādā veidā bērnam pakāpeniski rodas iespēja novērtēt savu uzvedību, sagatavoties savas darbības novērtēšanai no pieaugušo puses. Bērna tikumiskās emocijas izpaužas un nostiprinās cilvēka konkrētas darbības un rīcības novērošanas procesā. Bērna tikumu audzināšanai nepieciešama saikne starp zināšanām (par jēdzieniem) un uzvedības novērtējumu (labi – slikti). Tikai zināšanas par cilvēku īpašībām vien nespēj radīt bērnam tikumiskās jūtas un emocijas. Tās rodas viņam kā personīgā attieksme pret cilvēka konkrēto rīcību, kas balstās uz esošajām vajadzībām, zināšanu un pārdzīvojumu kopumu. Pieaugušais, audzinot bērna tikumus, rosina bērnam novērtēt rīcību un izsauca viņā atbilstošu emocionālu attieksmi pret to, kas tobrīd notiek konkrētajā situācijā. Pakāpeniski bērns sāk izteikt pozitīvu vai negatīvu attieksmi pret savu un citu rīcību. Bērna darbības sarežģīšana un viņa pieaugošā patstāvība noved pie arvien sarežģītāku uzvedības noteikumu ieviešanas nepieciešamības. Pieņemot šos noteikumus, bērns mācās regulēt savu darbību. Tikumisko normu un noteikumu izpilde bērniem ir tikai līdzeklis, kā uzturēt pozitīvu kontaktu ar pieaugušo un saņemt no viņa pozitīvu vērtējumu. Nepieciešamība pēc pieaugušā pozitīva vērtējuma stimulē bērnu rīkoties atbilstoši noteikumiem (VISC, 2019). Pirmsskolas vecumā (5–6 gadi) sākas galveno tikumisko īpašību veidošanās, kas nosaka veiksmīgu tālāko tikumisko īpašību veidošanos. Pirmsskolas vecumā bērns ar pieaugušā atbalstu iegūst pirmreizējo uzvedības, attieksmes pret tuviniekiem, vienaudžiem, lietām, dabu pieredzi. Virzot bērnu darbību, pedagogs stimulē tādas svarīgas cilvēka īpašības kā dzimtenes mīlestība, labvēlība un cieņa pret apkārtējiem cilvēkiem, saudzīga attieksme, vēlme palīdzēt, aktivitāte un patstāvība. Analizētajos avotos gūtās atziņas apliecina, ka pirmsskolas vecumā dažādos darbības veidos ir iespēja apgūt prasmi apzināti vadīt savu uzvedību un aktīvi līdzdarboties. Pirmsskolas izglītības iestādē bērniem ar pedagoga atbalstu tiek veicinātas draudzīgas savstarpējās attiecības.

Komunikācijas procesā ar pieaugušajiem bērniem veidojas pieķeršanās un mīlestība pret viņiem, vēlme rīkoties saskaņā ar viņu norādījumiem, darīt viņiem prieku, atturēties no rīcības, kas sarūgtina tuviniekus (Boulbijs, 1998). Bērnam 5–6 gadu vecumā veidojas humānā empātija (izpaužas priekā par savu veiksmi) un egocentriskā empātija (izpaužas priekā par citu neveiksmi) (Pean, 2022). Emocionālā atsaucība kļūst par pamatu tikumiskajām jūtām: apmierinājums par labu rīcību, kauns, sarūgtinājums, nepatīkami pārdzīvojumi par savu sliktu rīcību, aizrādījumiem, pieaugušo neapmierinātību.

Jūtas pamudina bērnus uz aktīvu darbību: palīdzēt, izrādīt rūpes, uzmanību, nomierināt, iepriecināt. Ir jāatzīmē bērnu jūtu un rīcības patiesums. Bērniem tikumiskās jūtas kļūst arvien apzinātākas, veidojas cieņas jūtas pret vienaudžiem un pieaugušajiem. Uz izveidoto tikumisko jūtu fona veidojas pašcieņa, pienākums, taisnīgums, cieņa pret cilvēkiem, kā arī atbildība pret uzticēto pienākumu. Īpašu nozīmi iegūst cieņas audzināšana pret cilvēkiem. Tajā pašā laikā nepietiekamā pieredze kontrolēt savas darbības var izraisīt nevēlamu rīcību. Jāpiezīmē, ka bērniem pakāpeniski veidojas uzvedības prasmes, cieņa pret pieaugušajiem, pozitīva attieksme pret vienaudžiem, saudzīga attieksme pret lietām, kas nostiprinās paradumos un kļūst par uzvedības normu: paradums sasveicināties un atvadīties, pateikties par pakalpojumu, sakārtot mantas, pieklājīgi palūgt (Sobirjonovich, 2022; Špona, 2022).

Pirmsskolas vecumā bērnam ir jūtīga sociālās vides uztvere. Tikumiskās īpašības priekšstatu noturību ietekmē pedagoga sistemātiska rīcība. Ir svarīgi, lai katru tikumisko īpašību bērni apgūtu apzināti un ar prieku. Tādēļ bērnam ir svarīgas zināšanas par tikumisko īpašību būtību. Motivācija ietekmē veidojamās īpašības noturīgumu. Bet zināšanas un jūtas rada nepieciešamību tās praktiski realizēt bērna rīcībā. Uzvedībai un rīcībai ir atgriezeniskās saites funkcija, kas ļauj apstiprināt un pārbaudīt veidojamās īpašības noturīgumu. Tā veidojas tikumu audzināšanas mehānisms: (priekšstati un zināšanas) + (motīvi) + (jūtas un attieksme) + (paradumi un prasmes) + (uzvedība un rīcība) = tikumiskā īpašība. Šis mehānisms ir objektīvs un ir ikvienas personības īpašības veidošanās pamatā (Штольц & Рудольф, 1986). Tas uzskatāmi attēlots 1.2. attēlā.



1.2.attēls. **Tikumiskās īpašības veidojošās komponentes**

Autores veidots pēc Штольц & Рудольф, 1986

Katra komponente ir svarīga un neaizvietoājama. Tomēr mehānisma darbība ir elastīga: komponentu secība drīkst mainīties atkarībā no kvalitātes īpatnībām (no to sarežģītības) un no bērna vecuma iespējām.

Pirmās tikumu audzināšanas grupas uzdevumos (Ларионова, & Дзацило, 2018) ietilpst tās mehānisma veidošanās: priekšstati, tikumiskās jūtas, tikumiskās normas, uzvedības paradumi. Katrai komponentei ir sava forma, tas ir vienots mehānisms, tāpēc vienas komponentes veidošanās ietekmē citas komponentes. Audzināšanu ietekmē daudzi apstākļi: ekonomiskie faktori, zinātnes attīstības līmenis, vecuma iespējas un sabiedrības ideāli.

Otrā tikumu audzināšanas uzdevumu grupa atspoguļo sabiedrības vajadzību pēc cilvēkiem, kuriem ir konkrētas un šodienai nepieciešamas īpašības. Bērni izrāda aktīvu interesi par saturīgu komunikāciju ar pieaugušajiem. Pieaugušo autoritāte no vienas puses un bērnu patstāvība no otras puses liek abiem ievērot uzvedības normas un regulēt savu uzvedību. Bērni izrāda aktīvu tieksmi komunicēt ar vienaudžiem dažādos darbības veidos, kā rezultātā veidojas “bērnu sabiedrība”. Tas rada noteikumus līdzdalības attiecību audzināšanai.

Metodiskajos ieteikumos “Skola 2030” (VISC, 2019) ir izvirzīta prasība bērniem iesaistīties pilsoniskajā līdzdalībā valstiski svarīgos notikumos. Tādēļ ir būtiski sekmēt bērnu iesaistīšanos gan viņu vecumam atbilstošos notikumos, izrādot iniciatīvu, pievienojoties gan pieaugušajiem (vecākiem, skolotājiem, treneriem) gadskārtas ieražu svētkos un daudzveidīgās fiziskajās aktivitātēs pirmsskolas izglītības iestādē, gan sporta spēlēs ārpus tās.

Jāpiekrīt I. Freibergas (2013) viedoklim, ka tikumiskas uzvedības audzināšana ir tikumiskas rīcības un tikumisku paradumu veidošanās. Rīcība raksturo cilvēka attieksmi pret īstenību. Lai izsauktu tikumisku rīcību, ir jārada atbilstoši apstākļi. Tikumisks paradums ir nepieciešamība veikt tikumiskas darbības. Paraduma veidošanai ir nepieciešams, lai motīvi, kas rosina bērnus emocionāli atsaukties, būtu viņiem nozīmīgi, lai attieksme pret darbību būtu pozitīva un lai nepieciešamības gadījumā bērni spētu izrādīt noteiktu gribas piepūli rezultāta sasniegšanai. Izvērtējot literatūras avotus par paradumiem, šim pētījumam vērtīgi bija šādi skaidrojumi. Paradumi tiek definēti kā noturīga rīcība, darbība, kas sākotnēji, ārēju apstākļu noteikta, bieži atkārtojoties, automatizējusies, kļuvusi par dzīves nepieciešamību (Beļickis et al., 2000). Bieži atkārtota darbība iesakņojas cilvēka raksturā kā paradumi (derīgi, nevēlami vai kaitīgi) (Zelmenis 2000) Tie ir mērķtiecīgi iemācītas secīgas darbības (Carden & Wood, 2018. J.Иљина (Ильин, 2021) ieskatā, ir divi paradumu veidi: 1) darbības paradumi kā pazīstamas, pierastas darbības; 2) paradumi kā motivācija, saistīti ar vajadzību kaut ko darīt (162. lpp.). Gardnera, Rebara un Lallija (Gardner et al., 2022) skatījumā, paradumi ir cilvēka dzīves darbības refleksija (atspoguļojums). Tie tiek apgūti trijos posmos: 1) uzsāk; 2) vingrinās; 3) atkārtos bez piepūles. H.Vecenānes uzskatā (2016), paradumus pēc intensitātes iedala

spēcīgos, mēreni spēcīgos un vājos paradumos. Paradumi apvieno zināšanas, iemaņas un vēlmes, tie ir katram cilvēkam individuāli. Paradumu uzvedība var būt gan negatīva, gan pozitīva; tā var veidoties gan apzināti, gan neapzināti.

Tabulā (skat. 3. pielikumā) apkopoti tikumu audzināšanas paņēmieni pirmsskolas izglītības iestādes pedagogiem un sporta pedagogiem, ievērojot pirmsskolas bērnu vecuma iezīmes pēc Valsts izglītības satura centra (VISC) (2019) iedalījuma:

- agrie gadi (1,5–3 gadi);
- agrā bērnība (3–5 gadi);
- pirmsskola (5–6 gadi) (VISC, 2019; HUCDC, 2021 update).

Normatīvajos dokumentos par pirmsskolas vecumu tiek uzskatīts periods no bērna uzņemšanas pirmsskolas izglītības iestādē 1,5 gadu vecumā (LR MK, 2018). Darbojoties ar bērniem, atbilstīgi bērnu vecuma iespējām ir nepieciešams pēctecīgi sarežģīt uzdevumus.

Ietverto uzdevumu lokā redzama tikumu audzināšanas pēctecība skolotāja darbībā un bērnu darbība fiziskās attīstības un attieksmes veidošanā. Psihologu atziņu pētījumos tika noskaidrots, ka G. Kreigas un D. Bokuma (Крайг & Бокум, 2004) konstatētā bērnu iespējamā fiziskās un kustību motorikas attīstības pēctecība, kas prasa sistemātisku pieaugušā iesaisti, notiek, bērnam aktīvi darbojoties (skat 1.2. tabulu). Tabulā ietvertā informācija parāda sīkās un rupjās motorikas attīstības pēctecību un bērna fiziskās attīstības iespējas abu motorikas veidu sistemātiskam treniņam fiziskajās aktivitātēs pirmsskolas VFAMJ sporta nodarbībās (Skola 2030, 2022). Jāpiezīmē, ka pirmsskolā bērna pašpieredze ir neliela, tā veidojas pakāpeniski. Tādēļ aktuālā Hārvardas Universitātes Bērnu attīstības centra (HUCDC, 2021; 2022) informācijā par bērna kustīgumu ir ieteikums pieaugušajiem atbalstīt bērnus ikdienā.

1.2. tabula

Bērna motorikas attīstības pēctecība (pēc Kreigas un Bokuma, 2004)

Vecums	Motorikas attīstība
Trīs gadi	Ejot un skrienot kājas liek tuvāk vienu otrai. Labāk tur līdzsvaru ejot un skrienot, pārvietojas līganāk un veiklāk. Priekšmetus ņem ar vienu roku.
Četri gadi	Var mainīt skrējiena ritmu. Neveikli pārvietojas ar lēcieniem, lec. Demonstrē lielāku spēku, izturību un kustību koordināciju. No klucīšiem veido celtas.
Pieci gadi	Var iet pa vingrošanas baļķi. Veikli lec. Stāv uz vienas kājas. Var aizpogāt pogas un aizvilkt rāvējslēdzēju. Prot lietot dažādus priekšmetus.

Šīs atziņas apliecina, ka atbilstīgi individuālajām iespējām katra bērna motorika ir gatava turpmākai pilnveidei. Jāpiezīmē, ka gan teorētiskie avoti pauž atziņu, ka katram bērnam ir nepieciešami diferencēti uzdevumi, gan to pašu vērojam arī pedagogiskajā praksē pirmsskolā. Un konstatējums ir, ka rezultātus ietekmē agri sākta bērnu fiziskā aktivitāte mikrovidē mājās. Turklāt, pēc G. Kreigas un D. Bokuma (Крайг & Бокум, 2004), D. Еļкоņина (Эльконин, 2017)

un Hārvardas Universitātes Bērnu attīstības centra (*Harvard University Center on the Developing Child*) (HUCDC, 2022) atziņām, no 3 līdz 5 gadu vecumam ir svarīgs pieaugušā demonstrējums, bet 6 gadu vecumā bērns atbilstīgi savai attīstībai jau saprot un spēj ievērot vārdiskas instrukcijas un norādījumus. Šī atziņa ir svarīga, veidojot fiziskās aktivitātes pirmsskolā ar džudo elementiem, kurus pedagogs izskaidro. Šeit vietā ir rietumu valstu pētījumos balstīts B. Ņikitina un L. Ņikitinas (Никитин, Никитина, 1989) atzinums: “Spēju attīstības iespējas, sasniegušas maksimumu attīstības uzsākšanai, nobriešanas brīdī nepaliek nemainīgas. Ja tās nefunkcionē, neattīstās, ja bērnam nav vajadzīgo darbības veidu, šīs iespējas sāk izzust, degradēties. Notiek (NSEAII) Neatgriezeniska Spēju Efektīvas Attīstības Iespēju Izzušana.” (Никитин & Никитина, 1989; HUCDC, 2021). Šo atziņu pirmsskolas pedagoģijā ir aktualizējusi A. Līduma, lai rosinātu pedagogus veicināt bērnu patstāvību (Līduma, 2015, 2023).

Promocijas darba empīriskais pētījums pierāda, ka DFBFA varētu būt lietderīga metode tikumu audzināšanai pirmsskolas vecumā. Tā kā humānā empātija bērniem veidojas 3–5 gadu vecumā, skolotājs ar sistemātiskiem vingrinājumiem veicina prasmi līdzpārdzīvot, priecāties, patiesi darīt labu (Реш, 2022).

Khandaker (2021) norāda, ka tikumisko īpašību audzināšana pirmsskolā ietekmē bērna vispusīgu attīstību – fizisko, psihisko un sociālo. Šis process ir nepārtraukts un sākas jau no cilvēka dzimšanas, turpinoties visa mūža garumā, un ir virzīts uz uzvedības noteikumu un normu apguvi. Vigotskis (Выготский, 2010) uzsver, ka bērna psihiskā un sociālā attīstība notiek darbības un saskarsmes procesā, kur būtiska nozīme ir pieaugušo vadītai un apzināti strukturētai pieredzei. Tikumisko īpašību audzināšanas process ir dinamisks un ilgst visas dzīves garumā, tādēļ ir sarežģīti precīzi izmērīt bērnu tikumisko īpašību apguves vai attīstības līmeni. Šī iemesla dēļ pētījumā tika izmantotas vairākas pētnieciskās metodes – pārrunas, novērojumi, testēšana, nepabeigto teikumu metode, zīmējumu tests un psiholoģiskās situācijas –, lai iegūtu daudzpusīgu priekšstatu par bērnu tikumisko īpašību līmeni.

Varam rezumēt, ka bērnu tikumiskās īpašības veidojas visās dzīves sfērās, ir dinamiskas. Tā pirmsskolas vecuma bērni iegūst tikumiskas uzvedības pieredzi sistemātiskos džudo fizisko aktivitāšu vingrinājumos.

Tikumu audzināšana ir sarežģīta, un to ietekmē vairāki faktori:

- tikumu audzināšana tiek realizēta daudzveidīgās darba formās ar bērniem un starp bērniem;
- bērna tikumu audzināšanu ietekmē vides faktori: ģimene, vienaudži, pirmsskolas izglītības iestāde;
- tikumiskās īpašības var veidoties latenti, un audzināšanas rezultāti var parādīties ar laika nobīdi (tikai sākumskolas vecumā vai pusaudža gados).

Pirmsskolēnu tikumu audzināšanas periodiska diagnostika un izvērtējums ļauj paaugstināt tās efektivitāti, laikus koriģēt trūkumus. Tas ir svarīgi katram pedagogam, kurš rūpējas par tikumisku sabiedrību, par audzēkņu vērtībām, kad viņi kļūs pieauguši (Franke-Meyer, 2011).

Analizējot *Гильгенберг* (Гильгенберг, 2002) pētījumus, tiek konstatēts, ka pirmsskolēna tikumu audzināšanā ir trīs komponentes:

- 1) kognitīvā komponente – tiek iegūtas zināšanas par tikumiem, tikumiskajām īpašībām; notiek sevis kā aktīva dzīvesdarbības subjekta apzināšanās, kas iepazīst tikumiskās normas, veic brīvu izvēli un ir atbildīgs par paveikto. Iekļauj sevī tikumisku apziņu, tikumiskās zināšanas un atbildīgumu, tikumiskos ideālus un vērtības;
- 2) emocionālā komponente – emociju novirzīšana attiecībā pret savu tikumisko rīcību, emocionālā “Es” tēla nokrāsa tikumiskā aspektā. Iekļauj tikumiskās jūtas un tikumiskos pārdzīvojumus;
- 3) uzvedības komponente – atspoguļo atbilstības pakāpi tikumiskajiem orientieriem, apzināta personiskās rīcības vērtīguma pārdzīvošana. Iekļauj tikumu nepieciešamību, tikumiskos motīvus, tikumisku rīcību, tikumisku uzvedību.

Šajā pētījumā **kognitīvā komponente** izpaudās džudo fiziskajās aktivitātēs pirmsskolēnu spējā izmantot tādas tikumiskās īpašības kā draudzība un godīgums dažādās skolotāja veidotās pedagoģiskajās situācijās. Bērni apzināti patstāvīgi pieņēma lēmumus, kuri bija virzīti uz godīgu uzdevuma izpildi, kuru ir iespējams paveikt, ja ir draudzības jūtas.

Emocionālā komponente pirmsskolēniem izpaudās pāru uzdevumos un līdzsvara pārbaudē. Bērni izrādīja draudzības jūtas un līdzpārdzīvojumu, ja partnerim bija sarežģīti izpildīt uzdevumu, centās palīdzēt un izrādīja prieku, kad kopā izdevās izpildīt uzdevumu pareizi.

Uzvedības komponente pirmsskolēniem izpaudās fiziskajās aktivitātēs ar džudo pamatprincipiem tikumīgas uzvedības veidā – cieņas izrādīšanā pedagogam un vienaudžiem, saudzīgā attieksmē pret inventāru un personīgajām mantām.

Bērnu tikumiskās īpašības veidojas pakāpeniski. Tikumisko īpašību komponentes ir priekšstati un zināšanas, motīvi, jūtas un attieksme, paradumi un prasmes, uzvedība un rīcība. Audzinot tikumus, tiek ievērots kognitīvais, emocionālais un uzvedības aspekts. Tikumisko vērtību audzināšana notiek saskarsmē ar vienaudžiem un pieaugušajiem. Sākotnēji 3–5 gadu vecumā bērni novēro pieaugušā paraugu un atdarina to, bet no 6 gadu vecuma bērni spēj ievērot mutiskas instrukcijas, īpaši tad, ja darbība ir jau zināma. DFBFA bērni uzkrāj pieredzi, apgūst uzvedības normas, mācās izrādīt līdzjūtību, rūpes, labsirdību, emocionālo atsaucību. Tādēļ ir svarīgi bērnus iesaistīt līdzdalībā daudzveidīgos notikumos PII un ārpus tās. Izvērtējot

teorētisko avotu analīzi, tiek konstatēts, ka pirmsskolēna tikumu audzināšanas struktūrā svarīga ir kognitīvā, emocionālā, uzvedības, motivācijas, darbības un komunikatīvā komponente; tās tiks iestrādātas modelī.

1.2.3. Tikumu audzināšanas iespējas interešu izglītībā

Ministru kabineta normatīvajos dokumentos ir formulēti noteikumi par interešu izglītības realizēšanu. Interešu izglītības programmu īstenošanu galvenokārt veic interešu izglītības iestādes un vispārizglītojošās skolas. Interešu izglītībā izmantotās darbības formas var būt ļoti dažādas, piemēram, pulciņu un kolektīvu nodarbības, individuālais darbs, dažādu interešu klubi, nometnes, pasākumi, konkursi un viktorīnas, sacensības, iesaistīšanās dažādos projektos u. c. Interešu izglītības iestādēs atšķirībā no vispārizglītojošām skolām parasti intensīvs darbs noris arī vasaras mēnešos, piedāvājot daudzveidīgas šī darba organizācijas formas, piemēram, dažādas nometnes, radošās darbnīcas, spēļu istabas.

Interešu izglītības programmas Latvijā tiek īstenotas sešās jomās: kultūrizglītības, sporta izglītības, tehniskās jaunrades, vides izglītības, jaunatnes darba un citās (piem., žurnālistika). Sporta izglītības joma ietver šahu, dambreti, orientēšanās sportu, sporta dejas, mākslas vingrošanu, badmintonu, tūrismu, karatē, džudo, tenisu, futbolu, basketbolu, peldēšanu u. c. sporta veidus (LR MK, 1998).

Interešu izglītība ir personas individuālo izglītības vajadzību un vēlmju īstenošanai neatkarīgi no vecuma un iepriekš iegūtās izglītības (LR MK, 1998, 1.p, 3). Lai arī Izglītības likumā noteikts, ka interešu izglītībai nav vecuma ierobežojumu, tomēr interešu izglītību attiecina uz bērniem un jauniešiem līdz 25 gadu vecumam.

Interešu izglītības galvenie uzdevumi:

- 1) attīstīt bērnu un jauniešu spējas un talantus;
- 2) nodrošināt ievirzi karjeras izvēlē;
- 3) iegūt praktiskam darbam un dzīvei derīgu papildizglītību;
- 4) nodrošināt iespējas radošai pašizpaušmei un savas individualitātes izkopšanai;
- 5) nodrošināt saturīgas un lietderīgas brīvā laika pavadīšanas iespējas;
- 6) sekmēt pilsonisko identitāti;
- 7) veicināt preventīvo darbu negatīvo tendenču novēršanai jaunatnes vidū.

Pēc Valsts izglītības informācijas sistēmas (2023) statistikas datiem, interešu izglītību īsteno triju veidu interešu izglītībā (skat. 1.3. tabulu).

**Interēšu izglītības programmas īstenojošo izglītības iestāžu skaits pēc iestādes veida
2023./2024. m. g.**

Iestādes veids	Izglītības iestāžu skaits	Izglītojamo skaits
Bērnu un jauniešu interēšu izglītības iestāde	43	54 653
Pirmsskolas izglītības iestāde	139	8104
Profesionālās ievirzes izglītības iestāde	156	15 085
Kopā	338	77 842

Pēc Izglītības un zinātnes ministrijas (IZM) datiem (IZM, 2024), 2023./2024. mācību gadā Latvijā pastāvēja 84 sporta skolas. No tām džudo apgūts 8 sporta skolās (skat. 1.4. tabulu).

Sporta skolu skaits ar džudo

Sporta veids	Skolu skaits, kur īsteno programmu	Grupu skaits kopā	Audzēkņu skaits kopā	Treneru skaits kopā
Džudo	8	66	732	32

Tā kā nav normatīvo dokumentu, kas noteiktu stundu skaitu nedēļā interēšu izglītības programmām vai programmu saturu, katrs pedagogs veido savu autorprogrammu, ņemot vērā pašvaldību noteikumus, ja tādi ir izstrādāti. Stundu skaits vienai programmai var būt no vienas līdz pat astoņām un vairāk stundām nedēļā, bet lielākoties ir divas vai četras stundas. Ja programmā noteikto rezultātu sasniegšanai nepieciešama regulāra trenēšanās, nodarbības var notikt vairākas reizes nedēļā pa vienai stundai, piemēram, deju kolektīviem un sporta pulciņiem (LR MK, 1998). Izglītības likums nosaka, ka interēšu izglītība ir personas individuālo izglītības vajadzību un vēlmju īstenošana neatkarīgi no vecuma un iepriekš iegūtās izglītības. Interēšu izglītība ir brīvprātīga, tās uzsākšanai nav nepieciešama noteiktai izglītības pakāpei atbilstoša izglītība (LR MK, 1998).

Izglītības procesā izmantojamās informācijas, mācību līdzekļu, materiālu un mācību un audzināšanas metožu atbilstības izglītojamā tikumiskās attīstības nodrošināšanai izvērtēšanas kritēriji ir šādi:

- atbilst Satversmei un cilvēktiesībām;
- atbilst pirmsskolas izglītības vadlīnijās vai valsts izglītības standartos, kā arī MK 15.07.2016. noteikumos Nr. 480 noteiktajiem izglītības mērķiem un uzdevumiem;
- atbilst vispārīdaktiskajiem principiem, tajā skaitā izglītojamā uztverei, pieredzei un interesēm attiecīgajā vecumposmā;
- ir mērķtiecīgi, zinātniski un saprotami, nodrošina sistēmiskumu, objektivitāti, pozitīvu mācību un audzināšanas emocionālo fonu;

- neaicina uz cietsirdību un fizisku vai emocionālu vardarbību (Izglītības kvalitātes valsts dienests, 2024).

Empīriskā pētījuma pedagoģiskās intervences posms tika organizēts Interesu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem Vsevoloda Zeļonija sporta skolā, tādēļ aplūkosim šajā izglītības iestādē piedāvātās iespējas apgūt tikumus džudo nodarbībās. Profesionālās ievirzes izglītības iestāde Vsevoloda Zeļonija sporta skola (VZSS) ir sporta profesionālās ievirzes skola, kas ir dibināta 2019. gadā.

Skolas izglītības mērķis ir veidot izglītības vidi, organizēt un īstenot izglītību, kas nodrošinātu personības fizisko, garīgo un emocionālo attīstību, motivējot aktīvam, kustīgam dzīvesveidam, veicinot apzinātus sporta pozitīvo ietekmi, personības izaugsmi un veidošanos (PIII VZSS, 2019. gada 26. septembrī):

- Iestāde īsteno normatīvajos aktos noteiktā kārtībā licencētas un akreditētas profesionālās ievirzes sporta izglītības programmas.
- Iestāde var īstenot valsts un darba devēju, kā arī personības izaugsmes interesēm atbilstošas pieaugušo neformālās izglītības programmas un personas individuālajām izglītības vajadzībām un vēlmēm atbilstošas interešu izglītības programmas, kas saskaņotas ar dibinātāju (PIII, VZSS, 2019. gada 26. septembrī).
- Izglītības process iestādē ietver izglītības programmu īstenošanu, izglītojamo audzināšanu un metodisko darbu (PII, VZSS, 2019. gada 26. septembrī).

Pēc IZM datiem (IZM, 2024), VZSS 2023./2024. mācību gadā ir šāds grupu, audzēkņu un treneru skaits (skat. 1.5. tabulu).

1.5. tabula

Džudo grupu, audzēkņu un treneru skaits VZSS

Iestāde	Sporta veids	Grupū skaits kopā	Audzēkņu skaits kopā	Treneru skaits kopā
Profesionālās ievirzes izglītības iestāde “Vsevoloda Zeļonija sporta skola”	Džudo	17	203	8

Ar perspektīvu sagatavot nākamus skolēnus džudo profesionālās ievirzes izglītības iestādē VZSS tiek īstenota Interesu izglītības džudo sporta programma pirmsskolēniem. Programmas mērķis ir iesaistīt bērnus aktīvā brīvā laika pavadīšanā un, pateicoties džudo augstajiem morālajiem principiem, stingrajam audzināšanas raksturam un smagajiem fiziskajiem uzdevumiem, novērst mūsdienu sabiedrības negatīvo ietekmi uz jaunas personības veidošanos. Tiek īstenota vispusīga fiziskā un speciālā sagatavošana jaunajiem sportistiem kā paš aizsardzības līdzeklis, kā arī iespēja tālākajai sportiskajai izaugsmei.

Džudo noteikumos ir ieteikts bērniem sākt iepazīt džudo pamatkustības agrā vecumā, bet cīņas mākslu 8–10 gadu vecumā (IJF, 2017). Līdz tam notiek dažādu koordinācijas un

kustības prasmju veidošanās, kuras bērniem ir saprotamas un apgūstamas jau no 4 gadu vecuma. Promocijas darba pedagoģiskās intervences posmam izvēlētajai vecumgrupai (5–6 gadi) nodarbības tiek organizētas atbilstoši interešu izglītības programmām, nevis profesionālās ievirzes sporta izglītības programmām. Tāpēc 5–6 gadus veciem bērniem netiek mācīta džudo tehnika, bet gan tiek attīstītas pamatkustības, uzlabotas fiziskās spējas un kustību koordinācija. To paredz arī LR MK (2018) noteikumi. Šim nolūkam tiek organizētas spēles un dažādi vingrinājumi.

Džudo programmas uzdevumi bērniem:

- nodrošināt veselīgu dzīvesveidu, norūdīt organismu;
- fiziskajās aktivitātēs veicināt pamatkustību un ķermeņa motorikas attīstību;
- veicināt bērna psihiskās īpašības, iekļaujot tikumu audzināšanu;
- integrēt bērnu mikrovidē, mezovidē un makrovidē;
- rosināt bērnu līdzdalību dažādos sporta notikumos;
- virzīt bērnu patstāvību sistemātiskās nodarbībās ar džudo vingrinājumiem.

Plānoto rezultātu apraksts:

- Atbilstoši programmai un bērna vecuma iespējām tiks veicinātas jaunā sportista fiziskās un psihiskās īpašības, nostiprināta veselība. Tiks iegūtas zināšanas par pareizu vingrinājumu izpildi un dozējumu nepieciešamo mērķu sasniegšanai.
- Izglītības programmas materiālajā nodrošinājumā džudo nodarbībām ir džudo paklājs (tatami), sporta forma (kimono), sporta inventārs, trenažieri, sporta zāle.

Nodarbības vada profesionāli džudo treneri B (LV) kategorijas izglītības un sporta darba speciālisti ar 1. un 2. līmeņa IJF (Starptautiskā Džudo federācija) kvalifikāciju.

Nodarbības Interešu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem veicina bērna fizisko un tikumisko attīstību. Promocijas darba autore strādā VZSS interešu izglītības džudo pirmsskolas sporta programmā. Trenera darbā radušās iespējas novērot bērnu fiziskās un tikumiskās īpašības ir rosinājušas izmantot džudo bērnu darbībā, lai viņi ar sistemātiskiem vingrinājumiem apgūtu tikumus 5–6 gadus vecu bērnu vajadzībām atbilstīgā spēles veidā. Džudo pamatkustību apguve no 4 līdz 6 gadu vecumam dod iespēju bērnam uzsākt mācības profesionālās ievirzes izglītības programmā ievērojamā sagatavotības līmenī. Nodarbības ilgums 5–6 gadus veciem bērniem džudo sporta programmā ir 45 minūtes, kas ir gandrīz divas reizes ilgākas par nodarbībām veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā PII. Tas nodrošina bērnu ieinteresētību apgūt džudo.

1.3. Džudo filozofijas nozīmīgums 21. gs. pirmsskolas izglītībā

1.3.1. Džudo filozofijas humānās vērtības

Džudo pēdējās desmitgadēs ir kļuvis par daudzdimensionālu zinātniskās izpētes objektu, aptverot pedagoģiskos, psiholoģiskos, biomehāniskos un sociālos aspektus (Reis et al., 2022). Džudo filozofijas izpratnei būtiska ir tās kultūrvēsturiskā veidošanās. Džudo vēsture sākas ar agrajiem viduslaikiem, kad Japānā sporta cīņa nodalījās no samuraju divcīņām. Kaut gan džudžitss pirmo reizi tika minēts ķīniešu avotos, par džudo dzimteni tiek uzskatīta Japāna (Kano, 1932). 17.–18. gs. feodālo karu perioda laikā džudžitsa māksla ietilpa samuraju kaujas sagatavošanā un ieguva uzplaukumu – skolu skaits tuvojās tūkstošiem. Jāpiezīmē, ka samuraji bija aristokrātiski feodālās Japānas militārās klases privileģētie pārstāvji. Samuraju institūta garīgi reliģiozais pamats bija viens no budisma virzieniem – dzenbudisms (Suzuki, 2019).

1868. gadā Japānā notika pārmaiņas vara struktūrās. Kņaza vienību vietā tika izveidota regulārā armija. Daudzi samuraji zaudēja darbu, ietekmīgo stāvokli, pārkvalificējās. Cienot tautas tradicionālās garīgās vērtības, daži samuraji sāka propagandēt džidsu. Konkurence starp skolām noveda pie domstarpībām un bruņotiem konfliktiem. Džudo izveidojās uz džudžitsa pamata, kurš savukārt balstās nacionālās sumo cīņas senajās formās. Džudžitss (mīkstuma māksla) radās kā cīņas vadīšana bez ieroča. Džudžitsa meistaruraksturoja ne tik daudz milzīgs spēks, kā ķermeņa veiktība, atsperīgums un prasme izmantot ienaidnieka spēku savā labā (Suzuki, 2019). Tomēr atdzimšanas laikmeta sākumā Meidzi (1868–1889) Japānas radikālās reformas noveda pie tā, ka džudžitss zaudēja savu ietekmi sabiedrībā. Cīņas mākslās bija nepieciešamas reformas.

Šo cīņas mākslu reformēja Dzigoro Kano (1860–1938). Tokijas Imperiālajā universitātē Kano apguva filozofiju, ētiku un estētiku un ieguva labu izglītību 1882. gadā. Kano pats sasniegta augstu cīņas prasmju līmeni, mācoties dažādās džudžitsa skolās, par ko saņēma arī *Menkyo kaiden* sertifikātu par pilnībā apgūtām zināšanām (Watson, 2013). Viņš apguva visus cīņas mākslas veidus un agri kļuva autoritāte pasaulē un Japānā. Apkopojis dažādu skolu pieredzi, sistematizējis labākos paņēmienus un izslēdzis dzīvībai bīstamos, viņš radīja džudo, jaunu cīņu, kas nozīmēja “mīksta ceļš”. Kano uzskatīja, ka džudo kā “cīņas sportu fiziskajiem treniņiem un jauniešu vispārējai izglītošanai filozofijā, mākslā, ikdienas dzīvei” bija jāklūst par vērtīgu nacionālo tradīciju glabātāju. Japāņu cīņas māksla džudo tika institucionalizēta 1882. gadā, kad Dzigoro Kano nodibināja *Kodokan* skolu Tokijā. Kano džudo pamatprincipu saskatīja nevis fiziskā spēkā, bet gan prasmīgā tehnikas lietošanā un filozofiskā domāšanā, balstoties uz principiem *Seiryoku Zenyo* un *Jita-Kyoei* (Kano, 2013; Callan & Bradić, 2018).

Kodokan sistēmā uzsvars tika likts ne tikai uz cīņas tehniku, bet arī uz morālo audzināšanu, paškontroli un garīgo attīstību.

Džudo Japānas sabiedrībā tika pieņemts, jo Kano izglītības filozofijas mērķis bija cienīt cilvēka mērķus un ievērot sociālās normas. Turpināja pilnveidoties arī *Kodokan* tehnisko paņēmieni komplekss (Sato, 2013), un Japānā tas tika ieviests policijā un armijā. Adaptējot tradicionālos cīņas mākslas paņēmienus un nosakot sociāli svarīgus mērķus, kas balstīti morāles un ētikas noteikumos, Kano identificēja džudo kā darbības veidu, ar kuru uzlabot sabiedrības kvalitāti. Definējot principus *Seiryoku Zenyo* – maksimāla efektivitāte ar minimālu piepūli – un *Jita-Kyoei* / savstarpējs labums un labklājība, džudo kļuva par cīņas mākslas veidu, kur cilvēks sociālā vidē attīsta savu potenciālu (Kano, 1932; Krauze et al., 2025b). Džudo principi – laipnība, drosme, gods, pazemība, cieņa, savaldība, draudzība – ir vērtība gan džudo, gan sabiedrībai (Krauze et al., 2025b; Bradić, 2023).

Kano izveidotajai džudo sistēmai bija trīs galvenie treniņu mērķi: 1) fiziskā izglītība, 2) sacensības (*shobu*) un 3) pašdisciplīna (*šušin-ho*). Kā fiziskā izglītība džudo tika iecerēts kā aktivitāte, kas pozitīvi ietekmē ķermeņa un motorikas harmonisku attīstību. Atzīstot džudo metodikas psiholoģisko un pedagoģisko lietderību jauniešu mācībās Japānā valstiskā līmenī, 1911. gadā tā tika ieviesta izglītības sistēmā pamatskolas un vidusskolas izglītībā (Kano, 1932). Jāpiezīmē, ka ķermeņa fiziskā un motorikas harmoniska attīstība ir svarīga tieši pirmsskolas (5–6 gadi) vecumā. Pašdisciplīna (*šušin-ho*) ir džudo augstākais mērķis. Pašdisciplīna izpaužas morālo īpašību attīstībā, intelektuālā potenciāla realizācijā un visu džudo treniņu laikā attīstīto psihisko īpašību lietošanā ikdienā (Kano, 1932). Džudo principi ir pārņemti no tradicionālās cīņas mākslām, jo to stingrie noteikumi un lielā darba slodze veicināja pašdisciplīnu, savstarpēju palīdzību, cieņu, draudzību un godu. Šīs īpašības tika apgūtas džudo treniņos ar stingriem noteikumiem humānu mērķu sasniegšanai. Ir pierādīts, ka džudo tehnikas paņēmieni apgūšana, nelokāmi ievērojot uzvedības noteikumus, pozitīvi ietekmē paškontroles attīstību (Hoare, 2009; Krauze et al., 2025a). Skolēniem tika izvirzīta prasība maksimāli izmantot savu potenciālu, lai iegūtu zināšanas un pilnveidotos (Kano, 1932), tādēļ *Kodokan* kļuva par atzītu izglītības iestādi. *Kodokan* pamatoja izglītību kā lielu vērtību pasaulē, jo zināšanu līmenis paaugstinās no paaudzes paaudzē, kas atbilst K. Kano filozofiskajai nostājai par *Seiryoku Zenyo* un *Jita-Kyoei* principiem. Šī ideja tiek aktualizēta arī mūsdienās, apliecinot džudo izglītojošo un audzinošo nozīmi dažādās sabiedrībās (Krauze, 2024; Nolte & Roux, 2023; Bradić, 2023). Starptautiskās Džudo federācijas publikācijās uzsvērts, ka *Seiryoku Zenyo* princips simbolizē maksimālās efektivitātes un līdzsvara sasniegšanu jebkurā darbībā, savukārt *Jita-Kyoei* princips pauž savstarpējās palīdzības un kopīgās labklājības nozīmi (International Judo Federation, 2023a; International Judo Federation, 2023b). Iepazīstinot ar šiem principiem, Kano definē

džudo prakses mērķus, norādot, ka fiziskās attīstības pamatā ir vingrinājumi, kuru mērķis ir attīstīt apziņu kustībā, savukārt stingrie noteikumi ietekmē rakstura veidošanos un morālo stāju (Krauze et al., 2024).

Praktizējot džudo, cilvēks garīgi un fiziski sevi pilnveido sociālā vidē. Lai sasniegtu mērķus, džudo noderīgi ir dažādi vingrinājumi. Svarīgs vingrinājums ir trenēties ar partneriem, kuriem ir atšķirīga līmeņa zināšanas. Vingrinājuma laikā ir jāpielāgojas katram pretiniekam, saglabājot savu izvīrīto mērķi (Watson, 2008). *Kodokan* džudo treniņi sākas ar randori un kata. Ar tiem veicina fizisko attīstību. Šis vingrinājums tiek uzskatīts par visefektīvāko veidu, kā kopt ķermeni un prātu. Džudo filozofijas vingrinājumu mērķis ir veicināt cilvēka morālo attīstību. Kano filozofija, ko viņš prezentēja Starptautiskajā Olimpiskajā komitejā, pauda savstarpējas palīdzības ideju gan starp indivīdiem, gan cilvēku grupām, gan valstīm. Tas nozīmēja, ka Kano darbība bija virzīta humānisma ideju ieviešanai globālā līmenī (Sánchez-García, 2016). Tā Kano filozofijas ietekmē džudo kļuva par olimpisko sporta veidu 1964. gadā.

21. gs. zinātniskajā literatūrā tiek runāts par austrumu sistēmu izmantošanu fiziskās attīstības un runas attīstības (Theeboom & Knop, 1999; Świder, 2018; Fukuda et al., 2011; Warchoń et al., 2021; Kowalczyk et al., 2022) veicināšanā. Džudo ir Japānas skolēnu fiziskās attīstības sistēmas sastāvdaļa, kur fiziskās attīstības stundās tiek iekļautas nodarbības vingrošanā, vieglatlētikā, dejās, peldēšanā un džudo cīņā. Dažādu koordinācijas un kustību veidošana, iespēja apgūt paš aizsardzības, grupēšanās prasmi, kopt stāju ir pieejami bērniem jau no četrus gadu vecuma. Džudo māca bērniem ievērot uzvedības noteikumus, saglabāt savaldību un izrādīt cieņu pret citiem cilvēkiem jebkurā situācijā. Tieši džudo garīgā puse motivē skolēnu būt atbildīgam par savu rīcību grupā (Malliaropoulos, Callan & Pluim, 2013).

Visā pasaulē populārie džudītss, džudo, karatē, aikido, kendo, kiudo ir seno japāņu “dzen” cīņas veidu mūsdienu versijas, kas ietekmē visas pasaules kultūru (Callan, 2018). Džudo, kuru radīja Dzigoro Kano, teorētiskā īpatnība ir apgūt cīņas tehniku un iepazīt dzīves ceļu, attīstīt spēju uz iekšēju pilnveidošanos. Dzigoro Kano savu mākslu uzskatīja par līdzekli harmoniskas personības attīstībai. Galvenie džudo principi ir savstarpējā palīdzība un sapratne lielāka progresā sasniegšanai, labāka ķermeņa un gara izmantošana (Shishida, 2012). Veselības nostiprināšana ļauj veidoties kustību koordinācijai, paaugstināt fizisko darbību, proporcionāli attīstīt ķermeni un veidot pareizu stāju. Nodarbībās bērni uzrāda pozitīvas personības īpašības, tikumiskās, estētiskās, intelektuālās un gribu attīstošās, nodarbības veido pašvērtējumu un samazina agresivitāti (Akdemir & Gölge, 2020). Tāpēc tikumu vērtēšanas 1. kritērija Labvēlība 3. rādītājs būs savstarpējā palīdzība.

Džudo audzinoši ietekmē personību. Salīdzinot džudo ar tā laika populāriem sporta veidiem vingrošanu, beisbolu, airēšanu, skriešanu un īsām pastaigām, Kano atzina, ka džudo ir daudz efektīvāks fiziskajai, psiholoģiskajai un garīgajai cilvēka attīstībai (Tomey, 2017).

Svarīgs vingrinājums, ko Kano ievieša treniņos, ir keiko – paškontroles attīstība. Paškontroles noteikumos bija iekļauti uzvedības noteikumi. Tās bija prasības izpildīt džudo tehniku ar maksimālu paškontroli. Paškontrole bija mehānisms, kā nepārkāpt robežas un izvairīties no traumām. Meistarība džudo nozīmēja šīs prasmes izcilu apguvi.

Kano skaidro, ka džudo mācībā ir svarīgas cilvēka emocijas (Stevens, 2013). Cilvēkam, kurš ir iepazinis pozitīvu emociju pārdzīvojumu un negatīvu emociju pārdzīvojumu, veidojas izpratne par morālu rīcību. Lai cilvēks varētu kontrolēt emociju izpausmi uzvedībā, ir nepieciešama gribas piepūle. Jāpiebilst, ka griba kā psihiskās attīstības komponents ir attieksmju veidošanās regulators audzināšanā/pašaudzināšanā (Špona, 2022).

Džudo tehnikas elementu izpilde izraisa dažādus emocionālos stāvokļus visiem iesaistītajiem. Džudo treniņa ievadā var iekļaut spēles un izklaidi, izraisot priecīgu emociju rašanos, ko tālāk var novirzīt panākumu sasniegšanai sportā. Pastāvīgi aktivizējot emocionālos regulatorus, tiek panākta emocionālo stāvokļu paškontrole un pašregulētas uzvedības prasme. Tādējādi daži emocionālie stāvokļi, kurus iemācās atpazīt un kontrolēt treniņos, tiek virzīti ar mērķi sasniegt ieceri (Adriana & Mircea, 2011; Supinski et al., 2014). Paņēmienu, ko sākumā var praktizēt kā spēli pirmsskolas vecuma bērniem, var tālāk lietot pašvadītam mācīšanās procesam skolas vecumā (Callan, & Bradić, 2018). Turpinot trenēties un novirzot negatīvas emocijas, īpaši agresiju, to pašu paņēmienu var virzīt uz rezultātu sasniegšanu un uzvaru sportā. Cilvēki ar apgūtu emociju regulācijas prasmi (Decety & Ickes, 2011) spēj pašregulēt un mainīt savu uzvedību, novirzīt savas negatīvās emocijas un spēt pretoties paaugstinātam emocionāli fizioloģiskam stāvoklim, kas ir spēcīga koncentrēšanās iezīme. Džudo treniņu laikā ir nepieciešams noteikts emociju uzbudinājuma līmenis un tā uzturēšana maksimāla efekta sasniegšanai sporta priekšnesuma laikā. Tā kā emocionālajam uzbudinājumam nav bioloģisko un psiholoģisko īpašību kontroles mehānismu, cilvēki tos attīsta savu spēju robežās. Neatkarīgi no uzvaras vai zaudējuma džudo ir jāspēj kontrolēt savas emocijas un jābūt pateicīgam otram cīnītājam par gūto mācību. Attīstot paškontroli, tiek stiprināts garīgais spēks (Kano & Murata, 2005). Tas ir svarīgi bērna emocionālajā attīstībā (LR MK, 2018).

Džudo aktivitātēs paklanīšanās (rei) ir rituāla daļa, ar kuru sākas vai beidzas vingrinājums vai duelis ar partneri. Tas ir cieņas apliecinājums pretiniekam vai partnerim, jo viņš ir tieši nepieciešams neatkarīgi no uzvaras vai zaudējuma. Pareiza paklanīšanās liecina par pašsavaldības prasmi, par pašcieņu, cieņu pret pretinieku, vingrinājumu un darbību (Murata, 2020). Attieksme pret dojo (džudo treniņu zāli) ir vienāda uz tatami (paklāja), lai kur tas

atrstos – sporta zālē vai jebkurā citā telpā. Šī ētikas kodeksa daļa ir svarīga visām vecumgrupām. Starptautiskās Džudo federācijas (IJF, 2017) noteikumos ir prasība ievērot ētikas kodeksa prasības un izrādīt cieņu pret pretinieku un sporta veidu.

Uzvedību pret sevi treniņa laikā nosaka pareizas pozas un disciplīna, kas akcentē uzvedības kultūru un attieksmi pret citiem un attīsta labas manieres. Attiecības ar partneri, kurš bieži ir pretinieks, attīsta paškontroli un kontroli, emocionālos stāvokļus virzot uz tehnikas efektivitāti, neizrādot negatīvas emocijas pret partneri vai kādu citu (Callan & Bradić, 2018).

Džudo kā sporta aktivitāte veicina džudistu tikumu attīstību un pozitīvu uzvedību. Paškontrolēta uzvedība ir cieši saistīta ar emociju regulācijas mehānismiem, kuros tiek aktivizēti dažādi iekšējie regulatori. Paškontroles attīstība ir dabisks process, taču ekstremālās situācijās vai sarežģītos apstākļos, kas saistīti ar bīstamības izjūtu, emociju regulācijas procesi tiek īpaši pastiprināti (Takšić, 2003). Līdz ar to džudo nodarbībās veidojas dažādi savstarpēji saistīti psiholoģiskie un fizioloģiskie stāvokļi, kas attīsta spēju vadīt paškontroles mehānismus dažādās situācijās. Šo procesu pedagoģisko nozīmi un ietekmi uz tikumisko audzināšanu apliecina arī jaunākie pētījumi (Niehaus, 2024; Song, 2022; Parry et al., 2024; Garbeloto et al., 2023). Savā darbībā Kano norādīja uz audzināšanā iesaistīto pušu aktīvāku līdzdalību, bet morāles attīstību par vienu no galvenajiem mērķiem un vērtībām, kas var uzlabot cilvēka individuālo un sociālo dzīvi. Šīs atziņas ir aktualizētas “Skola 2030” metodiskajos materiālos (VISC, 2019) un normatīvajos dokumentos (LR MK, 2018) kā pilsoniskā līdzdalība.

Kano ieteica mācīt bērniem mērenību, lai attīstītu paškontroli. Viņa (Kano, 1932) redzējumā, sporta skolotājs, treneris vai instruktors ir atbildīgs gan par savu audzēkņu tehnisko un fizisko progresu, gan par garīgo un morālo īpašību attīstību. Džudo fiziskajā, morālajā un intelektuālajā treniņā ir svarīga pašdisciplīna. Pašdisciplīnai (Bennett & Kanō, 2009) ir jābūt klātesošanai jebkura džudo praktizētāja iekšējā stāvoklī, sākot no sveiciena ar paklanīšanos kā cieņas zīmi un beidzot ar paklanīšanos pretiniekam, izrādot cieņu par gūto pieredzi.

Veiktā analīze dod iespēju pamatot džudo humāno principu aktualitāti un lietderību pirmsskolas vecuma bērnu tikumisko īpašību kopšanai. Džudo principi – laipnība, drosme, gods, pazemība, cieņa, savaldība, draudzība – ir vērtība gan džudo, gan sabiedrībai (Krauze et al., 2024; Krauze et al., 2025b).

Džudo filozofijā kā fiziskā aktivitāte džudo pozitīvi ietekmē ķermeņa un motorikas harmonisku attīstību. Džudo māca bērniem ievērot uzvedības noteikumus, saglabāt savaldību un izrādīt cieņu pret citiem cilvēkiem. Džudo tehnikas paņēmieni apgūšana, nelokāmi ievērojot uzvedības noteikumus, pozitīvi ietekmē paškontroles attīstību. Fiziskās attīstības pamatā ir fiziskie vingrinājumi, kuru mērķis ir attīstīt apziņu kustībā, bet stingrie noteikumi ietekmē raksturu un morālo stāju. Galvenie džudo principi ir savstarpējā palīdzība un sapratne lielāka

progresu sasniegšanai, labāka ķermeņa un gara izmantošana. Džudo filozofija veicina pašdisciplīnu, paškontroli, pašsavaldību, pašcieņu, pašregulētu uzvedību, pašvērtējumu.

1.3.2. Džudo vingrinājumu un fizisko aktivitāšu specifikas lietderība pirmsskolā

Zinātniskās literatūras atziņas un novērojumi ikdienā rāda, ka informācijas tehnoloģiju attīstība mazina bērnu vajadzību kustēties. Fizisko aktivitāšu trūkums atsaucas uz jaunās paaudzes veselību (Upeniece, Liduma, Abele & Onzevs, 2022). Tas ir ieskicēts arī Pasaules Veselības organizācijas dokumentos (World Health Organization, 5 October 2022). Novērojumos atklājas, ka darbošanās ar dažādām fiziskajām aktivitātēm, kustību spēlēm palīdz bērniem atbrīvoties no negatīvajām emocijām. Kustību aktivitāšu nozīme pirmsskolas vecumā ir saistīta arī ar ritma, koordinācijas un ķermeniskās izjūtas attīstību. Liduma (2015) uzsver, ka kustība un ritmiskums veicina bērna emocionālo līdzsvaru un vispārējo attīstību, kas ir nozīmīgi arī džudo vingrinājumu apgūvē. Zinātnieki (Upeniece et al., 2022; Špona, 2022) uzskata, ka vecāku paraugs ģimenē stimulē bērnu kustību aktivitātes brīvajā laikā. Šī pieeja atbilst pirmsskolas izglītības metodiskajiem pamatprincipiem, kuros uzsvērts, ka bērna attīstība šajā vecumposmā norit caur aktīvu darbību, kustību pieredzi un veselību veicinošām fiziskajām aktivitātēm (Skola 2030, 2022). Vienlaikus jāuzsver, ka bērnu fizisko aktivitāšu un slodzes intensitātei jāatbilst vecumposma attīstības īpatnībām. Pētījumi rāda, ka agrīna bērnu iesaiste vecāku vecumgrupu sacensībās var nodrošināt īstermiņa panākumus, tomēr rada riskus ilgtermiņa attīstībai un veselībai (Simenko, 2022). Tādēļ džudo kā fiziskā aktivitāte bērniem prasa vecumam atbilstošu slodzes dozēšanu un vingrinājumu pielāgošanu, lai mazinātu traumu risku (Pocecco et al., 2013).

Eiropas Komisijas (2008) fiziskās aktivitātes tiek definētas kā “muskulu nodrošinātas ķermeņa kustības, kas palielina enerģijas patēriņu, salīdzinot ar miera stāvokli” (Eiropas Komisijas, 2008). Pasaules Veselības organizācija (World Health Organization, 26 June 2024) definē, ka “fiziskā aktivitāte ir jebkura ķermeņa kustība, ko veic skeleta muskuļi un kas prasa enerģijas patēriņu”. Šīs definīcijas ietver fiziskās aktivitātes sporta disciplīnās, arī džudo.

Pasaules Veselības organizācija (World Health Organization, 26 June 2024) skaidro, ka muskuļu spēka vingrinājumi stiprina muskulatūru, kairina kaulu receptorus, kas izraisa kaulu cietības palielināšanos. Aerobās aktivitātes uzlabo sirds, asinsvadu un elpošanas sistēmas funkcionālās spējas, kas palielina ķermeņa apgādi ar skābekli un normalizē sirdsdarbību un asinsspiedienu. Fiziskās aktivitātes (FA) palīdz novērst un samazināt aptaukošanos, kā arī uzturēt optimālu svaru. Daudzveidīgas fiziskās aktivitātes nodrošina visu muskuļu grupu attīstību un pareizu organisma funkciju darbību. Tas veicina vispusīgu fizisko attīstību un pozitīvi ietekmē bērnu veselību. Praktiskajā pirmsskolas izglītības vidē šie aspekti tiek

aktualizēti arī metodiskajos materiālos pedagogiem, kuros uzsvērta veselību veicinošu fizisko aktivitāšu nozīme bērnu ikdienas kustību pieredzē (Skolas vārds, 2024). Pētījumā (Upeniece et al., 2022) ir konstatējums, ka fiziskās aktivitātes labvēlīgi ietekmē bērnu garīgo veselību: uzlabojas koncentrēšanās spējas; pieaug motivācija; paaugstinās pašapziņa, uzlabojas savstarpējās attiecības; veidojas lielāka atbildība par savu uzvedību; tiek uzlabotas prasmes un zināšanas; veidojas pozitīva attieksme pret fiziskām aktivitātēm. Kopīgos sporta vingrinājumos bērniem uzlabojas sociālās prasmes: saskarsme un sadarbība, spēja darboties komandā. Šīs prasmes attīstās, komunicējot ne tikai ar saviem vienaudžiem, bet arī ar pieaugušajiem, piemēram, ar treneri, sporta pedagogu vai vecākiem.

Sistemātiskas nodarbības un treniņi veido ikdienas ritmu un disciplinē, izraisa pozitīvas emocijas un prieku. Prieks par paveikto ir faktors, kas rada bērnam vēlmi turpināt nodarboties ar sportu, kā arī nosaka, vai tas būs svarīgi visas dzīves garumā. D. Eļkoņina (Эльконин, 2017), G. Kreigas, D. Bokuma (Крайг & Бокум, 2004) un A. Šponas (2022), A. Ābeles (2018) skatījumā, darbojoties ar prieku, bērns attīsta spējas daudz īsākā laikā.

Balstoties uz iepriekš analizētajām zinātniskajām atziņām par fizisko aktivitāšu nozīmi pirmsskolas vecumā, promocijas darbā tika izstrādāts DFBFA modelis, kas paredz džudo filozofijā balstītu fizisko aktivitāšu integrēšanu pirmsskolas izglītības vidē. DFBFA ietvaros tiek sekmēta bērna fizisko īpašību attīstība, tostarp veiklība, lokanība, līdzsvars un ātrums, kā arī personības psiholoģisko īpašību veidošanās, piemēram, griba, izturība un organizētība. Nodarbības, kas balstītas uz džudo pamatprincipiem, veicina bērna patstāvības attīstību, pozitīva pašvērtējuma un identitātes veidošanos.

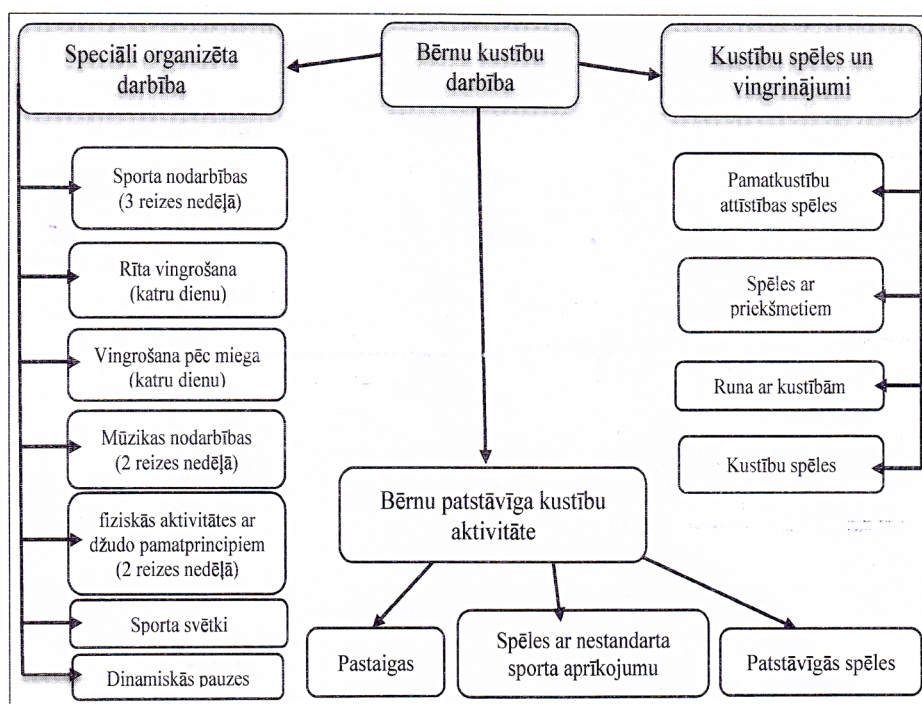
Zinātniskajā literatūrā ir uzsvērts, ka fiziskās aktivitātes ar skaidru struktūru un vērtībās balstītu saturu nodrošina daudzveidīgu prasmju attīstību, kas ir nozīmīgas dažādās dzīves jomās. Šajā kontekstā sistemātiskas DFBFA var tikt uzskatītas par nozīmīgu priekšnoteikumu veselīga dzīvesveida veicināšanai un bērna veselības nostiprināšanai.

Pirmsskolas vecuma bērnu kustību aktivitātēs īpaši nozīmīga ir sociālā mijiedarbība, labvēlīga vide un sadarbības prasmju attīstība, kā arī pozitīvas sociālās uzvedības veidošanās. Vienlaikus jāuzsver ģimenes loma bērna kustību koordinācijas un aktivitātes veicināšanā, kur par nozīmīgu motivējošu faktoru var kalpot arī džudo nodarbības.

Tā kā Kano bija vadošā autoritāte Japānā, 1909. gadā viņš pievienojās Starptautiskajai Olimpiskajai komitejai un prezentēja džudo humānās idejas lekcijās pasaulē, džudo ir kļuvis populārs vairākumā pasaules valstu. Džudo filozofija prasa ievērot pieklājību un savaldību jebkuros apstākļos (Stevens, 2013). Līdzšinējie pētījumi džudo pedagogijā galvenokārt koncentrējas uz skolas vecuma bērniem un tehnisko prasmju pilnveidi (Pimenovs, 2022), savukārt pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšana džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs joprojām ir maz pētīta.

Pirmsskolēnam (5–6 gadi) pastiprināti attīstās iekšējās bremsēšanas procesi, bet, tā kā tie ir vājāki nekā pieaugušam cilvēkam, bērns nevar ilgi koncentrēt uzmanību. Tāpēc šī vecuma bērniem atbalstošas var būt DFBFA, kas palīdzēs bērniem apgūt uzvedības vispārējos noteikumus un audzinās 5–6 gadus vecu bērnu tikumiskās īpašības. Džudo iekļaušanu pirmsskolas izglītībā var uzskatīt par novitāti un ieteicamu papildinājumu veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā (Krauze et al., 2025a).

Promocijas darbā tika izveidota fizisko aktivitāšu shēma pirmsskolas iestādēm (skat. 1.3. attēlu) (Кротова & Лотошенко, 2017). Tajā redzamas kustību darbības veidošanas komponentes pirmsskolas iestādē. Attēla kreisajā pusē ir sagrupēta speciāli organizēta bērnu darbība, kurā ietilpst plānoti pasākumi kustību darbības attīstībai, pirmsskolēnu fizisko un tikumisko īpašību attīstībai sporta un muzikālajās nodarbībās, rīta vingrošana un vingrošana pēc miega, dinamiskās pauzes un sporta svētki. Promocijas darba autore papildināja šo vingrojumu grupu ar džudo fiziskajām aktivitātēm (divas reizes nedēļā), kas ietekmē pirmsskolēna fizisko un tikumisko īpašību attīstību. Attēla labajā pusē ir bērna kustības spēļu laikā un ne speciāli organizētajā darbībā, tā var notikt no nodarbībām brīvajā laikā. Attēla vidū atsevišķi ir izdalītas bērnu patstāvīgās kustību darbības, kur bērni patstāvīgi spēlējas, piedalās dažādās kustību darbībās pastaigu laikā. Kustību darbības laikā bērni komunicē cits ar citu, kustas, spēlējas, neapzināti attīstot savas fiziskās un tikumiskās īpašības.



1.3. attēls. **Fiziskās aktivitātes pirmsskolas izglītības iestādēs**

Autores modificēts pēc Krotovas & Lotoņenko, 2017

Katras vecumgrupas nodarbībās fiziskām aktivitātēm tiek izvirzīti uzdevumi, kas atbilst vecuma vajadzībām. 4–5 gadus vecus bērnus sākumā nepieciešams iepazīstināt ar fizisko vingrinājumu izpildīšanas noteikumiem (uzmanīties un sadzirdēt signālu, gaidīt vienam otru, negrūstīties, savu rīcību saskaņot ar partnera rīcību, kontrolēt un koordinēt kustības). 5–6 gadus veciem bērniem turpina veidot noturīgu paradumu pašregulēt kustību aktivitātes. Skolotājs ir paraugs veselīgam dzīvesveidam, iepazīstina ar norūdišanās metodēm, pareizu elpošanu, aktīvo kustību un atpūtas savstarpējo mijiedarbību. Ar 6 gadus veciem bērniem runā par veselību, par dienas ritmu, atpūtas un aktīvu kustību mijiedarbību, par pastaigu jebkuros laika apstākļos, norūdišanās veidiem, elpošanu, koriģējošo vingrošanu, dažādiem fiziskiem vingrinājumiem. 5–6 gadus vecu bērnu vadošajai darbībai pirmsskolā atbilst spēles metode. Pedagoģi iepazīstina ar spēles noteikumiem, demonstrē, izskaidro, darbojas kopā ar bērniem, lai virzītu bērnus apgūt pamatkustības un motoriku. Pedagoģiskā pilotpētījuma posmā spēles metode tiks izmantota, lai ieinteresētu bērnus darboties un veicinātu motivāciju bērnu individuālām vajadzībām piemērotā vidē, integrēti apgūstot tikumus. Spēles metodē:

- nodarbības notiek aizraujošā formā;
- tiek mazināta psiholoģiskā spriedze;
- ir iespēja izmantot diferencētus uzdevumus un piemērot to individuālām vajadzībām;
- tiek veicinātas bērnu fiziskās, tehniskās un taktiskās īpašības;
- tiek stimulēts bērna radošais potenciāls;
- veidojas pozitīva attieksme pret fiziskajām aktivitātēm;
- vingrinājumi tiek veidoti rotaļu veidā: ar pasaku vai radošiem uzdevumiem.

Spēles metodē tiek lietota sacensību forma. Sacensību formā uzsvars tiek likts uz procesu, nevis ātrumu vai rezultātu: skolotājs veicina komandas mijiedarbību. Mūsu pētījumā uzsvars tika novirzīts no uzvaras uz mijiedarbību, līdzdalību, atbalstu un draudzīgumu. Pētījumi par bērnu sociāli emocionālo attīstību (King & Newstead, 2022) liecina, ka sadarbība spēlē veicina paškontroli un emociju izpratni. Šādas spēles palīdz bērniem labāk mijiedarboties citam ar citu un pieņemt lēmumus sarežģītās situācijās. Pētījumi par strukturētas rotaļdarbības un spēļu terapijas pieeju norāda, ka mērķtiecīgi organizētas spēļu situācijas var mazināt agresīvas uzvedības izpausmes un veicināt sociāli pieņemamu uzvedību pirmsskolas vecumā (Davenport & Bourgeois, 2008).

Spēlē izmantotā sacensības forma veicina:

- veselīgu konkurenci bez agresijas;
- iecietību un cieņu pret citu panākumiem;
- humāno empātiju un paradumu priecāties par citu sasniegumiem.

Skaidrojums par bērnu attīstību mijiedarbībā ar vienaudžiem ir Ļ. Vigotska (Выготский, 2010) teorijā par sociālās vides atbalstu bērna attīstībā un tuvāko attīstības zonu, kurā ar pieaugušā vai pieredzējušāku vienaudžu atbalstu (*scaffolding* – satvars) tiek virzīta bērna patstāvīga darbība. A.V. Zaporožeca (Запорожец, 2006) teorijā ir akcentēta spēles pozitīvā ietekme uz tikumiem, bet Hārvardas Universitātes Bērnu attīstības centra (HUCDC, 2022) materiālos uzsvērta nepieciešamība pieaugušajiem veicināt bērnu atbalstošu darbību spēlē. “Skola 2030” (VISC, 2019), MK (LR MK, 2018) materiālos norādīts par bērnu patstāvīgu aktivitāšu nozīmi tikumisko vērtību apgūvē, bet Garbeloto (Garbeloto et al., 2023) un Starptautiskās Džudo federācijas dokumentos (IJF, 2013, 2017; 2024) ir akcentēts, ka 4–6 gadi ir vecums, kad tiek veicinātas pamatkustības un izturība.

Spēle ar sacensību elementiem rada apstākļus problēmu risināšanai grupā, novērtēt situāciju reāllaikā un saņemt atbalstu kopīgā pāru vai komandas darbībā, veicina interesi izzināt, piemēram, plānot darbības, pieņemt lēmumus. Autori (Zosh et al., 2022) uzsver, ka spēles veicina bērnu iztēli, emocijas, izziņas spējas un sociālās prasmes. Viņi uzsver izglītojošo spēļu nozīmi, kas palīdz bērniem apgūt simbolus, sociālās normas un risināt problēmas, aktīvi mijiedarbojoties ar apkārtējo pasauli.

Lai spēle ar sacensības elementiem būtu lietderīga un veicinātu tikumiskās īpašības, ir svarīgi pareizi organizēt DFBFA procesu.

Praksē tas nozīmē:

- Situāciju modelēšana, kur mijiedarbībā tiek sasniegts rezultāts. Bērni, strādājot komandā, palīdz cits citam un atbalsta neatkarīgi no tā, kurš bija pirmais. Šeit ir svarīgi uzsvērt, ka bērnu fiziskā attīstība notiek katram individuālā tempā.
- Vērtējot sniegumu, akcentēt pieliktās pūles un centību, nevis rezultātu. Uzslavēt par līdzdalību komandas darbībā, godīgumu un apzinīgu uzdevuma izpildi. Tas palīdzēs samazināt konkurences elementa negatīvo ietekmi uz komandu, kas nebūs līderis.
- Izmantot rituālus pēc spēles. Pirms un pēc spēles sasveicinās. Spēles beigās bērni dalās savos iespaidos un pateicas viens otram par iespēju parādīt izaugsmi. Tas nodrošina integrētu tikumu un pamatkustību apguves procesu, nevis tikai uzvaru spēlē ar sacensības elementiem.

Novērtējot spēles gaitu un rezultātu, sporta skolotāja uzdevums nav noteikt, kurš pirmais paveic uzdevumu, bet gan pievērst uzmanību noskaņai, kas rodas bērnu darbības procesā. Skolotājs izvērtē, cik ļoti spēles situācija ļauj bērniem izbaudīt procesu, izrādīt cieņu un uzmanību citiem dalībniekiem, radot grupā pozitīvu noskaņojumu par kopīgu panākumu un ieguvumiem pamatkustību un tikumu apgūvē. Bērni novērtē savu sasniegumu un plāno savu darbību nākamajiem sasniegumiem (Zosh et al., 2022; VISC, 2019).

Šīs pieejas virzīs bērnus pievērst uzmanību procesam, atbalstam līdzdalībā un mijiedarbībai, novēršot akcentu no konkurences elementa. Tā spēlē ar sacensības elementiem bērniem tiks uzturēts pozitīvisms, vēlme līdzdarboties un veidot jaunas spēles.

Pirmsskolēnam (5–6 gadi) pastiprināti attīstās iekšējās bremzēšanas procesi, bet bērns vēl nevar ilgi koncentrēt uzmanību. Tāpēc šī vecuma bērniem atbalstošas var būt fiziskās aktivitātes sporta nodarbībās ar džudo, kas palīdzēs bērniem apgūt uzvedības vispārējos noteikumus un audzinās 5–6 gadus vecu bērnu tikumiskās īpašības. DFBFA veicina arī bērna fiziskās īpašības. Tās ir veiklība, lokanība, līdzsvars, ātrums, un personības psiholoģiskās īpašības – griba, izturība, organizētība. DFBFA dod iespēju bērnam kļūt patstāvīgam, iegūt pozitīvu pašvērtējumu un identifikāciju. Piedaloties DFBFA, bērns iegūst daudzveidīgas prasmes, kas ir noderīgas visās dzīves jomās, dažādos darbības veidos, iepazīst veselīgu dzīvesveidu un nostiprina veselību. 5–6 gadus vecu bērnu vadošajai darbībai pirmsskolā atbilst spēles metode. Spēles metodē tiek lietota sacensību forma. Sacensību formā tiek akcentēts process, kurā skolotājs veicina komandas mijiedarbību. Džudo iekļaušana pirmsskolas sporta nodarbībās varētu aktivizēt bērnu darbību veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā PII un interešu izglītībā (Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2024). Tālāk aktualizēsīm pieejamos pētījumos noskaidrotās atziņas par džudo pieredzi pirmsskolas izglītībā un izvērtēsīm tās vienībā ar Ministru kabineta prasībām tikumu audzināšanai pirmsskolā 21. gadsimtā Latvijā.

1.3.3. Tikumu audzināšanas iespējas džudo aktivitātēs pirmsskolā

Pētījumā par pirmsskolas vecuma bērnu pieredzi (Krauze et al., 2025a; Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023) ir noskaidrots, ka, pateicoties džudo, pirmsskolas vecuma bērni emocionāli iesaistās fiziskajās aktivitātēs un attīstās dažādās situācijās. Gods, draudzība, pašapziņa, līdzjūtība, cieņa, paškontrolē ir tikai daži no tikumiem, ko veicina džudo. Darbs ar pirmsskolas vecuma bērniem džudo (Bliznevsky et al., 2016) ir jāpielāgo bērna fiziskajām un psiholoģiskajām vajadzībām, ietverot spēles elementus, kas atslābina stresa situācijās un vienlaikus attīsta emocionālos un motivācijas faktorus. Visām sporta aktivitātēm jānotiek ar pozitīvu emocionālo fonu, neatkarīgi no tā, vai tas ir treniņš vai sacensības. Tikumu izpratnes trūkums (Stevens, 2013) izpaužas bērnu agresivitātē, tādēļ pirmsskolas vecuma bērnu tikumu audzināšana ar džudo filozofijā balstītām fiziskām aktivitātēm ir preventīvs līdzeklis agresivitātes novēršanai pirmsskolas izglītības iestādēs.

Normatīvajos dokumentos (LR MK, 2018) norādīts, ka audzināšana ir virzīta uz izglītojamā sociālās un kultūras pieredzes iegūvi, emocionālā intelekta attīstību un pašregulāciju, vērtību veidošanos un tikumu izkopšanu, kas nodrošinātu sadarbību un pilsonisko atbildību sabiedrībā. “Pirmsskolas izglītības satura īstenošanas mērķis ir zinātkārs, radošs un dzīvespriecīgs bērns, kas

dzīvo veselīgi, droši un aktīvi, patstāvīgi darbojas, ieinteresēti un ar prieku mācās, gūstot pieredzi par sevi, citiem, apkārtējo pasauli un savstarpējo mijiedarbību tajā.” (2018, II, 2). Pirmsskolas vecums “Skola 2030” (VISC, 2019) tiek raksturots kā periods, kurā pedagogs atbalsta un mērķtiecīgi virza 5–6 gadus vecus bērnus aktīvi apgūt pašregulēšanas un pašvadības, pilsoniskās līdzdalības prasmes un ar savu paraugu ietekmē tikumu apguvi.

Atbilstīgi ontoģenēzei 5–6 gadus vecs bērns ir aktīvs, kustīgs un attīstās darbībā, tādēļ bērnu tikumu izpratnes veicināšana džudo fiziskajās aktivitātēs varētu būt lietderīga. Nav nepieciešams speciāls tehnisks aprīkojums, tas ir pieejams arī bērniem ar kustību traucējumiem. Džudo vingrinājumi būtu noderīgi arī sabiedrības integrācijai iekļaujošā izglītībā.

Džudo pamatprincipi ir nemainīgi un obligāta prasība no to ieviešanas sākuma. 21. gs. ir svarīgi īstenot tādu audzināšanu, kas atbilst bērnu vecuma vajadzībām. Bērniem, kuri nodarbojas džudo fiziskajās aktivitātēs (Kano, 1932; Espartero, Villamon & Gonzalez, 2011), tiek veicināti paradumi ievērot noteikumus un pašdisciplinēt sevi, pozitīva attieksme pret vienaudžiem, saudzīga attieksme pret lietām, pašregulētas emocijas. Šādas atziņas ir arī metodiskajos materiālos (VISC, 2019) un MK noteikumos (LR MK, 2018), kas ir saistoši katram pedagogam.

Tā kā agrajā bērnībā notiek bērna sociāli emocionālā attīstība, vecāku, sporta skolotāju, treneru uzdevums ir veicināt bērna pilsonisko līdzdalību, iepazīstinot viņu ar prasībām, tradīcijām un vērtībām, jo attieksmes veidojas pakāpeniski. Izvērtējot analizēto, par lietderīgu tiek atzīta Kano džudo cīņas mākslas filozofijā iestrādāto principu – godīgums un taisnīgums, pieklājība un cieņa, paškontrolē, pašdisciplīna, emociju pašregulācija – aktualizēšana bērnu (5–6 gadi) tikumu audzināšanai džudo aktivitātēs pirmsskolas izglītībā.

Džudo ieteikumos ir norādīts, ka ar džudo specifiskajiem vingrinājumiem bērni varētu sākt nodarboties 8–10 gadu vecumā (IJF, 2017). Līdz tam notiek dažādu koordinācijas un kustības prasmju veidošanās, kuras ir saprotamas un apgūstamas jau no četrus gadu vecuma. Jāpiebilst, ka Starptautiskās Džudo federācijas (IJF, 2017) dokumentos nav normatīvi noteikts konkrēts džudo tehnikas elementu apguves uzsākšanas vecums. Ieteikumos norādīts, ka ar džudo nodarbībām var sākt nodarboties no četrus gadu vecuma. Arī Latvijas Džudo federācijas (2021) izstrādātajos kontroles normatīvos nav precizēts vecums, kad būtu obligāti jāuzsāk specifisko roku, gurnu un kāju tehniku apguve. Savukārt E. Pimenova (2022) pētījumā norādīts, ka sistemātiska džudo tehniku apguve galvenokārt tiek īstenota 8–14 gadu vecumgrupā. Tas apliecina, ka džudo treneru un sporta pedagogu profesionālā atbildība ir individuāli izvērtēt katra audzēkņa veselības stāvokli un fiziskās attīstības iespējas. Šis princips tika ievērots arī autores pētījumā, analizējot pamatprasmju apguves pēctecību 5–6 gadus veciem bērniem interešu izglītībā un pirmsskolas izglītības iestāžu veselības un fizisko aktivitāšu nodarbībās.

Darba autores uzskatā, 5–6 gadu vecumā ir ieteicams veicināt bērnu tikumus, apvienojot pamatkustību apguvi ar tikumu apguvi džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātēs pirmsskolas izglītības veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (Valsts izglītības satura centrs, 2022) sporta nodarbībās un interešu izglītības sporta programmā. Džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātes iegūst īpašu nozīmi, kad zinātniski tehniskais progress ierobežo bērna kustību aktivitātes. Nodarbības ar džudo filozofijā balstītām fiziskajām aktivitātēm veido nepieciešamo pirmsskolēna dzīves nostāju, attīsta intelektuālo, estētisko, tikumisko īpašību kopumu, nostiprina veselību, harmoniski attīsta ķermeni un fiziskās īpašības.

Tagad DFBFA piesaista vecākus un viņu bērnus, sākot ar trīs gadu vecumu. Šādas fiziskās aktivitātes iesaka arī ārsti (Fu et al., 2025; Biddle et al., 2019; World Health Organization, 2019; Janssen & LeBlanc, 2010), jo statistiska liecina par to, ka tad bērni daudz retāk slimo ar saaukstēšanās slimībām. Tā kā nodarbības notiek bez apaviem, bērniem rodas iespēja norūdīties, iegūstot bioloģiski aktīvo punktu masāžu, kas atrodas uz kāju pēdām. DFBFA attīsta kustības, uzlabo sirds un asinsvadu un elpceļu sistēmu stāvokli, labvēlīgi ietekmē nervu sistēmu, uzlabo uzmanības koncentrāciju, kas palīdz bērnam koncentrēties kognitīvajiem procesiem mācībās. Nodarbības ar DFBFA veicina sava spēka apzināšanos un pašvērtējuma veidošanos, agresivitātes samazināšanos (Ciaccioni et al., 2019). Tas ir līdzeklis bērna mentālās veselības nodrošinājumam (Oja et al., 2015; Özbay et al., 2024).

R. Masunagas (1964) ieskatā, ir lielas iespējas veicināt bērnu tikumus ar džudo un dzen paņēmienu, kas tika apgūti klosteros Japānā. To apguve veicina gan fizisko, gan emocionālo, gan gribas attīstību (skat. 1.6. tabulu).

1.6. tabula

Ieteicamie aspekti, kurus vēlams iepazīt jau no 5–6 gadu vecuma

Aspekts	Apraksts
<i>Ķermeņa un prāta treniņš</i>	Džudo – tā ir māksla maksimāli efektīvi izmantot savu spēku, kā fizisko, tā arī garīgo. Uzbrukuma un aizsardzības prakse sekmē ķermeņa un prāta potenciāla pilnvērtīgu realizāciju. Džudo rosina iepazīt savu patieso “es” un izraisa vēlēšanos darboties sabiedrības labā. Šis džudo mērķis sakrīt ar diviem <i>Kodokan</i> džudo ideāliem: 1) maksimāli efektīvi izmantot savu enerģiju un 2) veicināt sevi un citu izaugsmi. Šie ideāli aicina tiekties palīdzēt citiem sasniegt tādu pašu izaugsmi.
<i>Kodokan džudo</i>	<i>Kodokan</i> džudo māca cīņas tehniku, bet galveno akcentu liek uz “do”, ceļu uz pašrealizāciju. Tas virzīts vispirms uz to, lai pārbaudītu “ceļu”. Treniņu procesā džudisti aizraujas ar sportu un stiprina savas paš aizsardzības spējas.

Aspekts	Apraksts
<i>Krišanas māksla</i>	<p>Džudo apmācība sākas ar ukemi – krišanas mākslu. Praktizējot ukemi, skolēns mācās droši krist, it kā viņš netiktu nomests. Vienlaicīgi viņš nostiprina pārliecību par sevi un padziļina interesi par džudo. Tālāk skolēns apgūst paņēmienu mākslu. Viņš attīsta sapratni par to, kā efektīvi izmantot savu spēku. Sistemātiskos treniņos tiek apgūti paņēmieni, kuri izsit no līdzsvara pretinieku metiena laikā. Ir pieņemts, ka efektīvu metienu nepieciešams atstrādāt 3000 reizes.</p> <p>Trenējoties pārī, džudo skolēniem jākustas atslābināti un bez šaubīšanās jāizmēģina apgūtie paņēmieni. Viņam jārikojas pozitīvi, esot nomestam, jāmaks pārtraukt kritienu, nekavējoties jāpieceļas un jāatsāk uzbrukums. Lai pārbaudītu savus spēkus, skolēnam periodiski jāpiedalās džudo turnīros.</p>
<i>Saikne ar dzen</i>	<p>Tokugavā, Japānā, meistari paukotāji, tādi kā Jagji Tadzima-No Kami un Miamoto Musasi, mācījās dzen, lai apgūtu paukošanas noslēpumus. Viņi bieži ņēma dzen nodarbības slaveno skolotāju vadībā. Dažiem pēc parastas asas kritikas un psihofiziskās disciplīnas izdevās sasniegt apgaismību. Līdzīgas attiecības ir starp džudo un dzen. Pilnīgas apgaismības iegūšanā dzen neatšķiras no džudo augstākās jēgas apgūšanas. Tādā veidā dzen un džudo skolēni sasniedz dzīves patiesību. Intensīvos treniņos viņi iepazīst, ko nozīmē sajūst aukstumu un siltumu. Mācīšanās ietver apgaismību. Apgaismība ietilpst mācīšanās, bet mācīšanās notiek apgaismībā.</p>
<i>Nepieciešamas grūtības</i>	<p>Nav iespējams iepazīt kaut ko dziļi vai izmēģināt to pilnībā, nepārvarot kaut kādas grūtības. Kaut arī dzen sauc par ērtu mācību, patiesībā tas nav tik vienkārši. Skolēns parasti ceļas agri no rīta, lai trenētos dza dzen (sēdēšana ar sakrustotām kājām). <i>Sesshin</i> laikā (speciālā treniņa periods) viņš izpilda dza dzen 7 dienu laikā. Viņu moka aukstums un miegainība, viņam sāk sāpēt pēdas un kājas. Tā kā mācības notika klosterī, tad, pēc klostera noteikumiem, skolēni no rīta veica fizisku darbu un apkopa teritoriju, bet vakarā izpildīja dza dzen. Džudo ir īpašs apmācības periods kangeiko (ziemas prakse) un dojogeiko (vasaras prakse). Izejot kangeiko un dojogeiko, kā arī dzen, ne viens, ne otrs nav viegls. Tikai ar disciplinētību praktiskā darbībā, nepievēršot uzmanību ne karstumam, ne aukstumam, skolēns gūst priekšstatu par to, ko nozīmē dzen vai džudo pilna pieredze.</p>
<i>Atbrīvotais prāts</i>	<p>Gan dzen, gan džudo izaug no ķermeņa un prāta pašidentifikācijas. Apmācot ķermeni un prātu dzen, akcentu liek uz atlaišanu patiesi eksistenciālā nozīmē. Atbrīvojoties pat no centieniem pēc apgaismības, cilvēks beidzot saprot, kas virza pasauli. Džudo ķermenis un saprāts ir arī atslābināti. Nav karstas vēlēšanās uzvarēt. Džudo centrā ir dzen sapratne nedubultīgā ķermenī un prātā (ķermenis un prāts ir viens vesels). Nomierinātais dzen prāts tiek izteikts integrētā darbībā – pilnīga ķermeņa un saprāta funkcionēšana. Tie, kuriem ir džudo sajūta, izvairās no traumām bīstamos kritienos. Džudo izceļ darbību vieglumu harmonijā ar dabu. Tieši tāpat dzen ciena dabīgo lietu kārtību.</p>
<i>Bez sekām</i>	<p>Līdzīgi tam, kā putns debesīs un zivs ūdenī neatstāj pēdas pēc savas pārvietošanās, džudo neatstāj aiz sevis nekādas sekas. Džudo, kā arī dzen, kad apziņa pilna, katra kustība atspoguļo dzīves brīvību. Lielie dzen un džudo meistari iet pa to pašu ceļu kustībā bez šķēršļiem. Dzen skolēns saprot šķēršļu neesamību pirmām kārtām caur dza dzen, kad viņš sēž vertikālā stāvoklī un ritmiski elpo, tas atbilst metieniem, kurus izpilda džudo 3000 reizes. Tāpēc arī dzen un džudo liek uzsvaru uz absolūto brīvību un jaunradi. Dzen skolēnam ir jābūt labākam par savu skolotāju. Arī džudo skolēns, izmantojot jaunās tehnikas, paceļas augstāk par treneri. Tiekme pilnveidot prasmes.</p>

Aspekts	Apraksts
<i>Dzen un sports</i>	Dzen liek uzsvaru uz to, ka jādzīvo šo mirkli, un šis noskaņojums nepieciešams visiem sporta veidiem. Gan dzen, gan sports tāpat liek uzsvaru uz treniņiem (sporta samadhi), noteikumu ievērošanu, mācīšanos pie meistariem un pašpilnveidošanos. Citas līdzības ietver to kopīgo virzību uz uzmanību pret detaļām, kustību graciozitāti un attīstību uz dalības rēķina. Iespējams, ka dažos sporta veidos to var manīt mazāk, nekā dzen. Dzen sportā un sports dzen spēj novest pie daudz apjēgtākas dzīves.

Džudo ir daudz daoisku principu, tomēr tam daudz kopīga ir arī ar budismu. Dzen – tā ir budistu tradīcija, ko aizsāka pats Buda Šakjamuni. Tālāk tā tika nodota vienam skolniekam Mahastašape kā pirmajam pārmantotības līnijas turētājam pēc Budas. Daoisms un citi aspekti austrumu kultūrā, iespējams, ietekmējuši to, ka budisti praktizējuši un pasnieguši dzen pamatkonceptijas. Visas trīs austrumu domāšanas skolas koncentrējas uz pašpilnveidošanos, tikumisko pašpilnveidošanos un ieguldījumu sabiedrībā. Džudo principiem daudzas kopīgas idejas ir pārņemtas no budisma un dzen (Callan, 2018).

Džudo pamatprincipi ir pārņemti no austrumu filozofijas, kur tikumiskā audzināšana vienmēr bija prioritāra cīņas meistarības apgūšanā. Džudo mācība par ķermeņa un prāta izkopšanu līdz pilnībai ir svarīga mūsu pētījumam par fiziskajām aktivitātēm ar džudo pamatprincipiem tikumisko īpašību audzināšanā 5–6 gadus veciem bērniem. DFBFA veidojas paradumi ievērot noteikumus un pašdisciplinēt sevi, pozitīva attieksme pret vienaudžiem, saudzīga attieksme pret lietām, pašregulētas emocijas.

Lietderīga ir Kano džudo cīņas mākslas filozofijā iestrādāto principu – godīgums un taisnīgums, pieklājība un cieņa, paškontrolē, pašdisciplīna, emociju pašregulācija – iestrādāšana sporta vingrinājumos.

No piecu gadu vecuma notiek dažādu koordinācijas un kustības prasmju veidošanās. DFBFA uzlabo sirds, asinsvadu un elpceļu stāvokli, labvēlīgi ietekmē nervu sistēmu, uzlabo uzmanības koncentrāciju, kas palīdz bērnam koncentrēties kognitīvajiem procesiem mācībās.

Nodarbības DFBFA veicina sava spēka apzināšanos un pašvērtējuma veidošanos, agresivitātes samazināšanos. Tā ir iespēja nepiespiestā veidā apgūt džudo terminus un pašai aizsardzības prasmes.

1.4. Tikumu audzināšanas modelis džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs pirmsskolā un tikumu apguves kritēriji, rādītāji un līmeņi

1.4.1. Teorijās pamatots tikumu audzināšanas modelis

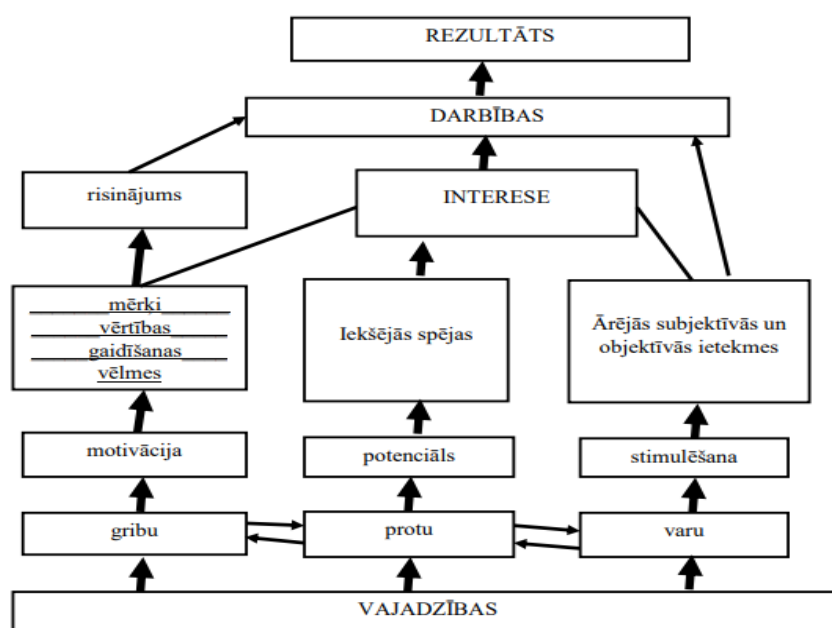
Tikumu audzināšana tiek aplūkota kā divpusējs process, džudo trenera un audzēkņa mijiedarbība, noteiktu tikumisko un ētisko normu apgūšana, personības morālās apziņas, tikumisko jūtu attīstības un prasmju, paradumu izstrādāšana, tikumiska uzvedība (Fushimi, 1992; Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2024). Tikumu audzināšana DFBFA tiek īstenota trijos virzienos:

- tikumiskā izglītošana;
- tikumiskā pieredze;
- tikumu stimulēšana.

Tikumiskā izglītošana ir pedagoga darbība, kas virzīta uz bērna tikumiskās apziņas veidošanos, kas palīdz novērtēt savu rīcību. Ar savu paraugu skolotājs sistemātiski īsteno teorijas un prakses vienības metodoloģisko pieeju un iepazīstina bērnus ar praktiskiem aktivitāšu piemēriem. Svarīgs uzdevums ir veidot sadarbību ar bērniem, lai fiziskajās aktivitātēs ar džudo pamatprincipiem būtu tikumisko ideālu un tikumiskas uzvedības paraugs (Elias et al., 2008; Killen & Dahl, 2021; Krettenauer, 2021; Narvaez, 2010; Birhan et al.; 2021).

Tikumiskās pieredzes apguves procesā fiziskās aktivitātes ar džudo pamatprincipiem tiek veidotas ar nolūku, ka tās bērniem sniedz pozitīvas emocijas. Nodarbībās pirmsskolēniem tiek radītas pedagoģiskās situācijas kustību rotaļu, stafešu, elementārās cīkstēšanās, inventāra sagatavošana nodarbībai un uzdevumu veikšana pāros laikā, kas ļauj mērķtiecīgi veicināt tikumisko īpašību attīstību (Krauze, 2021). DFBFA ir audzinošas, jo katrā nodarbībā tiek izvirzīts konkrēts audzināšanas uzdevums (Krauze et al., 2025c).

Tikumu stimulēšana ieņem svarīgu lomu audzināšanas procesā, fiziskajās aktivitātēs šis virziens tiek realizēts ar pamudinājumu vai aizrādījumu – stimulējošu faktoru, kas ļauj nostiprināt labus paradumus un izvērtēt negatīvos. Pedagogi ievēro bērnu individuālās īpašības. 1.4. attēlā (veidots pēc МОНГУШ & МОНГУШ, 2018) ir pirmsskolēna tikumu audzināšanas struktūrkomponentes – motivācija, potenciāls, stimulēšana, pedagoga ietekme uz procesu, kas veicina interesi veikt darbību, izrādīt iniciatīvu un noslēgties sasniegtajā rezultātā.



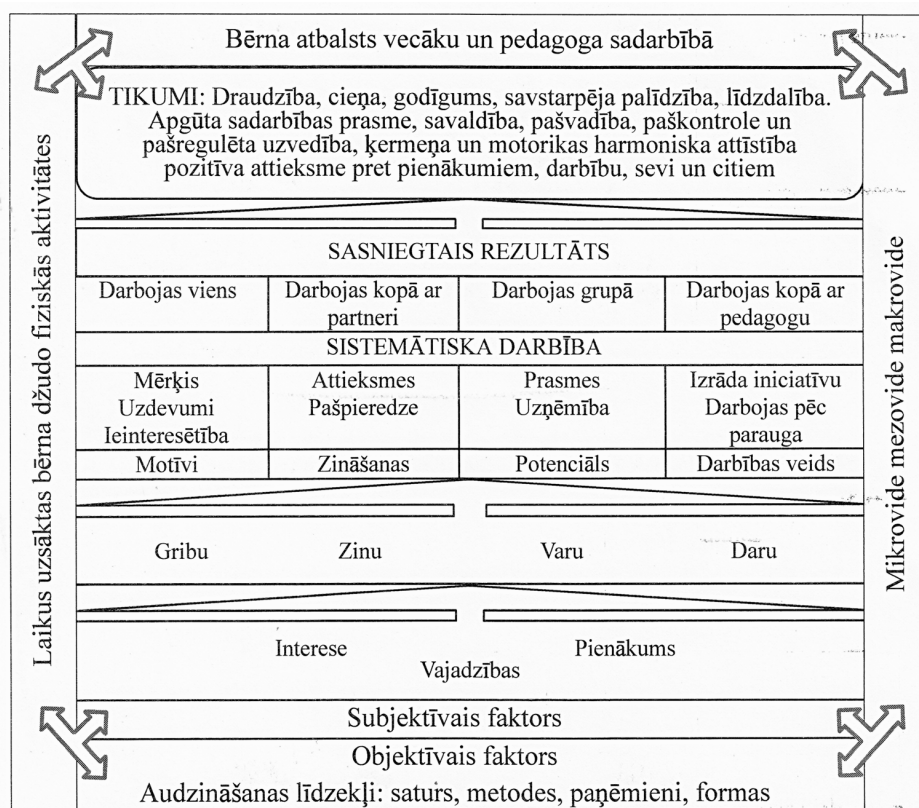
1.4. attēls. Pirmsskolēna tikumu audzināšanas struktūrkomponentes

Autores veidots pēc Моргун & Моргун, 2018

Šajā attēlā uzskatāmi atainota triju audzināšanas pieeju – motivācija, potenciāls, stimulēšana – savstarpējā saikne un to ietekme uz audzināšanas procesu un rezultātiem. Individuālās un sociālās audzināšanas sākuma bāze ir tajā esošās vajadzības (Budzei, 2011). Motivācija kā iekšējs pamats tikumu audzināšanā kreisajā pusē ir apzīmēta ar “gribu”. Stimulējošā uzvedības sastāvdaļa (labajā pusē) ar apzīmējumu “varu” ietver ārējās objektīvās (dabas, institucionālās, starppersoniskās) sakarības. Vidū ir subjekta potenciāls ar apzīmējumu “protu”, kas nozīmē noteiktas zināšanas un prasmes. Virs šiem blokiem atrodas audzināšanas daļa priekšmetisku darbību un rezultātu veidā. Svarīgi atzīmēt, ka tikai sabalansēta savstarpējā triju bloku mijiedarbība var dot sinerģētisku efektu. Šajā pētījumā ar pirmsskolēna tikumu audzināšanas procesu tiek skaidrota sabiedrības uzvedības paraugu apgūšana, kā rezultātā šie paraugi kļūst par regulatoriem (motīviem) bērna uzvedībā. Visu audzināšanas procesa subjektu koordinēta darbība ar dažādu līdzekļu (satura, formu, metožu un paņēmienu) palīdzību ietekmē tikumu (draudzība, cieņa, godīgums savstarpēja palīdzība un līdzdalība) veidošanos. Audzinot 5–6 gadus vecu bērnu tikumus, tiek veicināta tikumiska uzvedība. Šis rezultāts ir atkarīgs no sporta pedagoga teorētiskās kompetences praksē virzīt bērna attīstību un no prasmes darboties kopā ar bērniem DFBFA.

Pedagoģiski psiholoģiskās literatūras, metodisko ieteikumu “Skola 2030” (VISC, 2018) un normatīvo dokumentu (LR MK, 2018) pētījuma laikā uzzinātais nepietiekamais tikumu skaidrojums un sarežģītā situācija ar tikumu jēdzienu lietojumu pirmsskolas pedagoģiskajā vidē rosināja izveidot modeli, kurā tiktu saskaņoti 5–6 gadus veciem bērniem paredzētie apgūstamie tikumi DFBFA, kas noderētu pedagoģiskai praksei pirmsskolas izglītībā.

Izvērtējot analizēto autoru atziņas par motivāciju, potenciālu, stimulu un metodiskos “Skola 2030” materiālus, atbilstīgi 21. gs. izglītības reformas nostādnēm par bērncentrēto pieeju pirmsskolas izglītībā 5–6 gadus vecu bērnu patstāvīgas darbības sekmēšanai tika izveidota tikumu audzināšanas objektīvo un subjektīvo struktūrkomponentu shēma (skat. 1.5. attēlu) (Krauze et al., 2025a).



1.5. attēls. **Pirmsskolēna tikumu audzināšanas objektīvo un subjektīvo faktoru sakarības**

Autores izstrādāts

Shēmas pamatā ir objektīvie komponenti: 1) ārējie apstākļi: mikrovide (ģimene), mezovide (bērnu grupa pirmsskolas izglītības iestādē, sporta pulciņš), makrovide (pirmsskolas izglītības iestāde kopumā, sporta klubs, interešu izglītība); 2) līdzekļi: dzudo nodarbību saturs, metodes (mutiskās, uzskatāmās u. c.), paņēmieni (spēle, demonstrējums, stāstījums u. c.), formas (individuāli, pāros, lielākā vai mazākā grupā); 3) laikus uzsāktas bērnu tikumu apgūšanas darbība dzudo fiziskajās aktivitātēs; 4) bērns fizisko aktivitāšu veicināšana skolotāja un vecāku sadarbībā (skolotāja un vecāku paraugs un atbildība). Jāpiebilst, ka promocijas darbā sadarbība ar vecākiem netika pētīta.

Objektīvo faktoru ietekmē tiek veicināti subjektīvie komponenti: vajadzības (interese, pienākums), vēlme patstāvīgi darboties (gribu, zinu, varu, daru), bērns motīvi; iekšējais potenciāls; zināšanas, prasmes, pašpiederze, attieksmes; darbības veids. Objektīvo un subjektīvo faktoru mijiedarbībā sistemātiskā darbībā bērns sasniedz rezultātu. Viņam ir uzlaboti

tikumi, apgūta sadarbības prasme, prasme darboties individuāli, pāros, grupā, ar treneri; veicināta savaldība, pašregulācija, pašvadība, kustību un motorikas līdzsvars; pozitīva attieksme pret lietām, cilvēkiem, džudo. Svarīgi ir tas, ka bērnam ir veselīgs dzīvesveids, aktīva dzīves pozīcija un vajadzība izzināt ko jaunu un neparastu.

Var konstatēt, ka tikumisko īpašību veidošanos sekmē bērnu sistemātiski vingrinājumi. Svarīgs faktors tikumu audzināšanā ir bērna un pedagoga humānas attiecības un mijiedarbība (savstarpēja uztveršana, vērtēšana un ietekmēšanās) (Špona, 2022). Uzkrājot personīgo tikumisko pieredzi, bērns var kļūdīties, rīkoties nepareizi/negatīvi. Pedagogam jāpalīdz izvērtēt bērna pieļautās kļūdas un tās novērst. Protams, viņam jāpalīdz labot savu uzvedību, ar pašanalīzi sistemātiski pamatot motīvu virzību, kas izraisa to vai citu darbību.

“Skola 2030” metodiskajos materiālos ir norādīti sasniedzamie rezultāti. 5–6 gadus veciem bērniem jau ir izveidojusies zināma patstāvība gan tikumu apgūvē, gan paradumu izveidē, gan kompetenču (attieksmes, zināšanas, prasmes, pašpieredze) apgūvē. Jāatzīmē, ka ir nepieciešams pārdomāts visu pirmsskolas skolotāju (grupas skolotājs, mūzikas skolotājs, sporta skolotājs, aukles, atbalsta personāls) saskaņots mērķtiecīgs darbs.

Šo tikumu attīstību ir būtiski sekmēt DFBFA kontekstā, jo tie tieši atbilst bērna darbīgajai dabai un pedagoģiskās prakses mērķim veicināt bērna patstāvību un sociāli emocionālo līdzsvaru (Bula-Biteniece, 2011). Tabulā “Tikumu un paradumu apguve 5–6 gadus vecu bērnu patstāvīgā darbībā” (skat. 4. pielikumu) ir apkopoti un strukturēti pirmsskolas izglītībā paredzētie apgūstamie tikumi, kas veidojas bērna sistemātiskajā darbībā un izpaužas viņa paradumos. Šo komponentu sekmēšana DFBFA modelī nodrošina bērna darbīgās dabas izpausmi un atbilstību 21. gadsimta bērncentrētās izglītības pieejai. 21. gs. pirmsskolas izglītībā ir prasība veicināt bērnu patstāvīgu un mērķtiecīgu darbību, kas veido paradumus un virza bērnu darbību uz sasniedzamo rezultātu. MK apstiprināto Latvijas valsts pirmsskolas izglītības vadlīniju (LR MK, 2018) un “Skola 2030” metodisko ieteikumu (VISC, 2019) analīze padziļināja izvēlēta promocijas darba tēmas aktualitāti.

Tikumu audzināšana notiek pirmsskolas izglītības mezovidē, kurā bērns un pedagogi savstarpēji sadarbojas. Sociālās vides ietekmi akcentē Ļ. Vigotskis (Выготский, 2010), Ž. Piažē (Piaget, 2003) uzsver bērna konstruktīvas darbības prioritāti, bet, M. Montesori (Montessori, 2004) ieskatā, ir svarīga bērna patstāvīga darbība. B. Skinnera (Skinner, 1974) teorijā ir norādīts, ka bērna uzvedību un tikumu attīstību ietekmē bērna vecāki, pedagogi un apkārtējais sociums. Tā pakāpeniski patstāvīgā darbībā nostiprinās bērna tikumi, paradumi un veidojas prasmes.

J. Kano (2009) apstiprina ētikas prioritāti pār fizisku treniņu. Džudo filozofija prasa ievērot gan disciplīnu treniņu zālē, gan etiķetes noteikumus, gan drosmi, laipnību un cieņu pret

citiem, gan godīgas spēles noteikumus, kas tiek uzsvērti pasaulē. Sportiska cilvēka veidošanā džudo ir īpaša nozīme Japānā. Džudo filozofijā ir prasība katram pašam veidot savu personību. Džudo ir “maksimāla efektivitāte ar minimālu piepūli”. Kano (1932; 2005; 2008) skatījumā: “Ja piekāpšanās ir visefektīvākā enerģijas izmantošana, tad piekāpšanās – tas ir džudo.”

21. gs. bērna tikumu sekmēšanā ir akcentēta bērncentrētā pieeja (Grava, 2018). Daudzpusīgā patstāvīgā darbībā tiek veicināta motivācija, paškontrolē, lai sasniegtu rezultātu. Tikumu audzināšanas īstenošanā pedagogam ir svarīgi izglītēt bērnus ar DFBFA saturu.

Fizisko aktivitāšu satura izveide ir balstīta uz Ž. Piažē (Piaget, 2003) kognitīvo teoriju par intelektuālo attīstību; Ļ. Vigotska (Выготский, 2010) “tuvākās attīstības zonu”; M. Montesori (2004) sensitīvo periodu attīstības teoriju; H. Gārdnera teoriju par cilvēka deviņām spējām – vizuāli telpiskā, dabas, mūzikas, eksistenciālā, intrapersonālā, interpersonālā, valodnieciskā, ķermeņa–kinestētiskā, loģiski matemātiskā intelekta (Gardner, 1996) – un piecām 21. gs. svarīgām cilvēka prāta spējām: disciplinētās, sintezējošās, radošās, respektējošās un ētiskās prāta spējas (Gardner, 2007); R. Jansones un I. Bulas-Bitenieces (2008) sporta pedagogijā izstrādāto “Es” pozitīvo emociju veidošanās modeli fiziskajās aktivitātēs; I. Bulas-Bitenieces (2011) veseluma pieeju pirmsskolā.

Izstrādājot DFBFA vingrinājumu kopumu, kopā ar bērniem tika veidotas rotaļas un vingrinājumi, kas veicina tikumiskās īpašības, rosina atdarināt pasaku tēlus, dzīvnieku kustības, situācijas tuvinot ikdienas dzīvei. Tādējādi bērns mācās simbolus un “pirmskonceptus”, veicinot intuitīvo domāšanu, kad paša redzētais, izjustais un dzirdētais dod pamatu tam, kam bērns tic un kā viņš strukturē savas domas (Piaget, 2003; Grava, 2018).

Tikumiskās attiecības, priekšstati, rīcība, kas veidojas fizisko aktivitāšu ar džudo pamatprincipiem nodarbībās, nostiprinās un mainās. Kolektīvā spēle, diferencēti vingrinājumi pāros vai komandās palīdz veidot līdzdalību un savstarpēju palīdzību. Tas notiek ar dažādiem vingrinājumiem, sarunās, spēlēs un ir saistoši (Мурыгина, 2022).

Vide tika izmantota divos veidos: 1. Iekārtota vide – sporta zāle, stadions tika pielāgots konkrētas nodarbības vajadzībām. 2. Vide – daba tika izmantota kā papildu līdzeklis fiziskajām aktivitātēm ar džudo pamatprincipiem, organizējot nodarbības svaigā gaisā. Sporta vajadzībām noderīga ir zviedru skolas koncepcija par āra vidi. Īpaši džudo fiziskās aktivitātes brīvā dabā visas dienas laikā palīdz atjaunot darbaspējas un relaksēties gan bērniem, gan pieaugušajiem. Vide labvēlīgi ietekmē bērna attīstību veselumā (Cosco, 2007). Tātad fizisko aktivitāšu ar džudo pamatprincipiem īstenošana pirmsskolas izglītībā ir nepieciešamas zināšanas, praktiskā darbība, līdzekļi: saturs, metodes, paņēmieni un formas. Bērnu tikumu audzināšanas avoti ir mācību un spēļu tikumiskais saturs, darbības veidi, ģimenes apstākļi.

Tikumiskās pieredzes nostiprināšanās tiek īstenota ar daudzkārtēju vingrinājumu atkārtošānu DFBFA. Šim nolūkam promocijas darbā tika izmantotas spēles, pedagoģiskās situācijas un pāru uzdevumi. Rezultātā tika izstrādāts teorijā pamatots tikumu audzināšanas modelis DFBFA, sporta nodarbībām pirmsskolas veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā (skat. 1.7. attēlu). Kano akcentētie džudo principi – laipnība, drosme, gods, pazemība, cieņa, savaldība, draudzība – ir vērtība gan džudo, gan sabiedrībai.

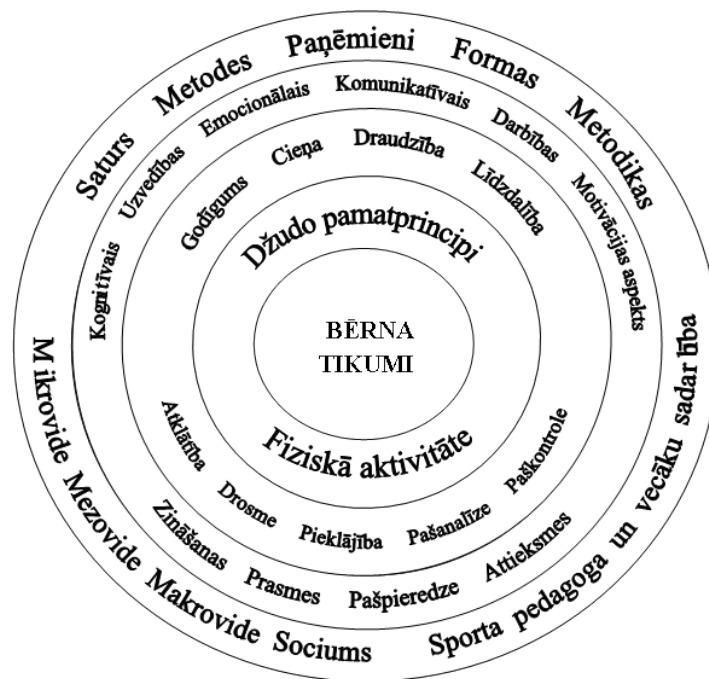
Izglītības reformas “Skola 2030” (Skola 2030, 2019a; LR MK, 2018) veicināmie tikumi un vērtības ir šādas: cilvēka cieņa, solidaritāte, taisnīgums, kultūra, savaldība, atbildība, darba tikums, kārtība, pašvadība, dzīvība, gudrība, patstāvība, drosme, centība, vide, mērenība, godīgums, līdzdalība un sadarbība. Šo vērtību integrācija fiziskajās aktivitātēs un to nozīme tikumu audzināšanā pirmsskolas vecumā ir pamatota arī autores pētījumos (Krauze et al., 2025b). No izpētītajiem literatūras avotiem par tikumu audzināšanu pirmsskolas vecuma bērnu izglītošanas procesā (Woods et al., 2010; Bilavych et al., 2020; Špona, 2022; Fernández González, 2019a; Krauze et al., 2025b) tika atlasīta informācija 5–6 gadus vecu bērnu tikumu audzināšanas modeļa izveidei DFBFA pirmsskolā (PII un interešu izglītībā):

1.1. apakšnodaļā Sokrats, Aristotelis, Komenskis, Kants, Montesori (atbildība, godīgums, sadarbība, draudzība, izpalīdzīgums, cieņa), līdzdalība (LR MK, 2018), Kano (1932; 2009), Suzuki (2019), Tūna (2018), Lasmāne (2024).

1.2. apakšnodaļā uzvedības, kognitīvais, emocionālais, darbības, komunikatīvais un motivācijas aspekts (Selman et al., 2017; Kaiser & Fröhlich-Gildhoff, 2022; Ettrich & Ettrich, 2006; Piaget, 2003; Durkheim, 2012; Kropotkin, 2021).

1.3. apakšnodaļā džudo filozofijas nozīmīgums 21. gs. pirmsskolas izglītībā (Kano, 1932; Suzuki, 2019; Hoare, 2009; Tomey, 2017).

1.4. apakšnodaļā (Sticker et al., 2021; Krauze et al., 2025b; Krauze, 2024).



1.6. attēls. Bērnu tikumu audzināšanas teorētiskais modelis
DFBFA pirmsskolas izglītībā

Autores izstrādāts

DFBFA modeļa saturs atklāj objektīvo un subjektīvo komponentu sakarības: pedagoga parauga ietekme, sadarbība ar bērnu fiziskajās aktivitātēs; apstākļu radīšana pedagogiskām situācijām, kas liek bērnam izvērtēt savu attieksmi, izteikt savu nostāju, rīkoties, parādīt raksturu. Atbilstīgi katra bērna fiziskajām, mentālajām un sociālajām iespējām DFBFA sporta pedagogs īsteno četrus pedagoga pozīcijas veidus darbā ar 5–6 gadus veciem bērniem: 1) tiešā vadība (izpaužas ar autoritāti, pārliecību, norādījumu); 2) netiešā virzība (taktisks salīdzinājums ar literāru tēlu, pamudinājums); 3) pedagogs–konsultants (ieteikums, darbības skaidrojums, padoms); 4) līdztiesīgs sadarbības partneris (pedagogs uzklausa bērnu argumentus, izvērtē to lietderību un ievieš fiziskajās aktivitātēs). Skolotāja uzdevums ir organizēt bērnu fiziskās aktivitātes rotaļas formā, kas ir bērna vadošā darbība pirmsskolā. Zināšanas tiek iegūtas netiešā veidā, un tās ir prasmju un pašpiederzes pamatā. Kā uzsver *Wood, Mazar un Neal (2022)*, bērnu uzvedības un tikumisko īpašību attīstība ir cieši saistīta ar ieradumu un mērķu mijiedarbību – paradumi veido stabilu pamatu vērtību internalizācijai un pašdisciplīnas veidošanai.

Džudo filozofijas vērtība izpaužas tādu komponentu kā cieņa, godīgums, draudzība, savstarpējā palīdzība, drosme, pieklājība, paškontrolē vienībā. Katrs komponents ir svarīgs, un to nevar izslēgt vai aizvietot. Tikumu audzināšanā nepietiek tikai iepazīstināt 5–6 gadus vecus bērnus ar tikumiem un raksturot tikumiskās īpašības. Sporta pedagogam ir nepieciešamas zināšanas un prasme līdztiesīgi sadarboties ar bērniem, pacietīgs un sistemātisks darbs un paraugs, lai audzinātu bērniem personisko, emocionālo attieksmi ievērot tikumus ikdienā, bērna atbalsta un pārdomātas kritikas līdzsvars. Sporta pedagogs veido sociālo un lietišķo vidi un

organizē bērnu DFBFA: fiziskos vingrinājumus individuāli un pāros, kustību rotaļas un šķēršļu joslas, tā sekmējot bērna daudzveidīgo spēju (9 intelektuālās spējas) (21. gs. 5. prāta spējas, īpaši ētiskās) veidošanos (Gardner, 1996; 2007) un audzinot tikumus – cieņu, draudzību, godīgumu un līdzdalību.

Veidojot tikumu audzināšanas modeli pirmsskolas izglītības iestādē, būtiski ir tas, ka pirmsskolas izglītības iestādē bērniem tika veicināta kopīga uzdevuma izpilde, izmantojot metodiskā līdzekļa “Mazajiem par džudo” uzdevumus (Krauze, 2020). Darbs tika organizēts atbilstīgi Ministru kabineta (2018) norādījumiem par bērna vispusīgas personības sekmēšanu, patstāvības veicināšanu un līdztiesīgu attiecību ievērošanu, un bērnu pašanalīzes veicināšanu refleksijā par iecerēto mērķi un sasniegto rezultātu.

Īstenojot džudo filozofijā pamatoto bērna tikumu audzināšanas modeli, fiziskajās aktivitātēs sasniedzamais rezultāts ir bērna tikumiskā audzinātība. Bērna tikumiskā audzinātība izpaužas pozitīvā attieksmē pret vidi, pienākumiem, darbību, vienaudžiem un citiem cilvēkiem. Izvērtējot teorētisko analīzi, tika definēti bērna tikumi. Bērna tikumi ir integrēta personības īpašība, ko bērna patstāvīgā darbībā vienībā ar uztveri un emocionālo atsaucību veido savstarpēji saistīti komponenti: cieņa, godīgums, draudzība un līdzdalība. Tikumus analizē, izdalot tikumu struktūrkomponentus. Tikumu kvalitāti nosaka struktūrkomponentu mijsakarbības DFBFA pirmsskolā. Tikumu attīstību veicina sistemātisks darbs DFBFA pedagoga un bērnu sadarbībā mērķtiecīgi organizētās sporta nodarbībās ar pēctecīgiem vingrinājumiem. Tikumu attīstību atbalsta vecāku un pedagoga sadarbība, pārdomāti audzināšanas līdzekļi drošā un sakārtotā vidē.

Džudo pamatprincipi ir nemainīgi un obligāta prasība no to ieviešanas sākuma. 21. gs. ir svarīgi īstenot tādu audzināšanu, kas atbilst bērnu vecuma vajadzībām. Bērniem, kuri nodarbojas ar džudo fiziskajās aktivitātēs, tiek veicināti paradumi ievērot noteikumus un pašdisciplinēt sevi, pozitīva attieksme pret vienaudžiem, saudzīga attieksme pret lietām, pašregulētas emocijas (Kano, 1932; Espartero, Villamon & Gonzalez, 2011). Šīs atziņas ir nostiprinātas arī metodiskajos materiālos un normatīvajos dokumentos (VISC, 2019; LR MK, 2018).

Agrajā bērnībā notiek intensīva bērna sociāli emocionālā attīstība, tādēļ ir būtiski veicināt bērna pilsonisko līdzdalību, iesaisti un iniciatīvu sadarboties ar citiem pirmsskolas izglītības vidē. Šajā kontekstā īpaši aktuāla ir džudo filozofijā balstīta pieeja, kas akcentē godīgumu, taisnīgumu, pieklājību, cieņu, paškontroli, pašdisciplīnu un emociju pašregulāciju kā 5–6 gadus vecu bērnu tikumu audzināšanas pamatu pirmsskolas izglītībā.

Kano akcentētie džudo principi ir laipnība, drosme, gods, pazemība, cieņa, savaldība, draudzība. Ministru kabineta un izglītības reformas “Skola 2030” veicināmie tikumi/vērtības ir cilvēka cieņa, solidaritāte, taisnīgums, kultūra, savaldība, atbildība, darba tikums, kārtība,

pašvadība, dzīvība, gudrība, atbildība, patstāvība, drosme, centība, vide, mērenība, godīgums, cieņa, līdzdalība, pašvadība, sadarbība.

Tikumu audzināšanas teorētiskajā modelī ir iestrādāti džudo pamatprincipi, MK un “Skola 2030” (2019b) veicināmie tikumi; bērna attīstības 6 aspekti, objektīvie (vide, audzināšanas līdzekļi, sadarbība) un subjektīvie (zināšanas, attieksmes, prasmes, pašpiederze, attieksmes, atklātība, drosme, pieklājība, pašanalīze un paškontrolē) tikumu apguves komponenti.

1.4.2. Tikumu audzināšanas kritēriji, rādītāji un līmeņi

Atbilstīgi teorētisko avotu atziņām un tikumu audzināšanas teorētiskā modeļa objektīvajām komponentēm empīriskajam pētījumam bērna subjektīvajām tikumu attīstības izmaiņām tika izvēlēti tikumi: **draudzība** (Kon, 1989; Selman et al., 2017); **cieņa** (Speck, 1996; Dillon, 2003; Darwall, 2009; Kant, 2012; Berg, 2021; de Cremer & Mulder, 2007); **godīgums** (Belobrikina, 2018; VISC, 2019; LR MK, 2018; Kon, 1989; Ābele, 2018); **līdzdalība** (Kano, 1932; VISC, 2019; LR MK, 2018; Tūna, 2018). Šo tikumu attīstības līmeņa noteikšanai 5–6 gadus veciem bērniem tika izvēlēti 11 kritēriji un 26 rādītāji. Gan kritēriji, gan rādītāji tika pamatoti 1.2.1. apakšnodaļā.

Tālāk darbā tiks aprakstītas atsevišķi katra tikuma komponentes un izdalīti katra tikuma kritēriji, rādītāji un līmenis atsevišķās tabulās (skat. 6–9. pielikumu), visi kritēriji, rādītāji un līmeņi vienā tabulā, katram rādītājam ir trīs līmeņi (skat. 5. pielikumā).

Tikumam **draudzība** ir 4 kritēriji un 10 rādītāji:

1. Labvēlība. Tā rādītāji: 1) mierina vai uzmundrina; 2) dāsni dalās ar savu inventāru; 3) savstarpēji palīdz vingrinājumos.
2. Interese izzināt. Tā rādītāji: 4) zinātkāre acu kontaktā; 5) zinātkāre runas kontaktā.
3. Emociju izpausme. Tā rādītāji: 6) satraukums apgūt prasmes; 7) prieks par sasniegumu; 8) izbrīns par pēkšņu notikumu.
4. Prasme komunicēt. Tā rādītāji: 9) prasme vienoties ar partneri; 10) darbs komandā ar kopīgu mērķi.

Otrajam tikumam **cieņa** ir 3 kritēriji un 7 rādītāji:

1. Pieklājība saziņā: 1) sasveicinās, paklanoties rei; 2) pieklājīgas sarunas; 3) prasme klausīties un nepārtraukt.
2. Atbildība par uzticēto: 4) saudzē inventāru; 5) cenšas izpildīt uzdevumu.
3. Līdzjūtība: 6) izsaka līdzjūtību mutiski; 7) izrāda līdzjūtību ar žestu.

Trešajam tikumam **godīgums** ir 3 kritēriji un 7 rādītāji:

1. Patiesums: 1) attieksmi izrāda aktivitātē; 2) pateicība par atbalstu.

2. Noteikumu izpilde: 3) ievēro noteikumus vingrinājumos; 4) ievēro noteikumus spēlēs.
3. Atklātums: 5) spriež par redzēto un dzirdēto; 6) runā pārliecinoši; 7) daudzveidīgi raksturo notikumu.

Ceturtajam tikumam **līdzdalība** ir 1 kritērijs un 2 rādītāji:

1. Piedalās aktivitātēs: 1) iesaistās aktivitātēs; 2) iesaista aktivitātēs citus.

Ceturtais tikums ir īpaši aktuāls, jo tajā atklājas bērna patstāvība, kas parādās spējā un prasmē piedalīties fiziskajās aktivitātēs, izrādīt iniciatīvu un iesaistīt citus aktīvi līdzdarboties un veicināt savu patstāvību atbilstīgi katra individuālām iespējām. Līdzdalība ir akcentēta bērncentrētajā pieejā un Latvijas izglītības reformas materiālos “Skola 2030”. Šī tikuma veicināšana atbilst 5–6 gadus veca bērna aktuālām vajadzībām pašizpausties, pašorganizēt sevi, pašnovērtēt savu rīcību.

Pēc izstrādātajiem kritērijiem un to rādītājiem tiks noteikts bērnu tikumu apguves līmenis empīriskā pētījuma pedagoģiskā intervences posmā VZSS Interesu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem pedagoģiskā intervences posmā (PIP) un pedagoģiskā pilotpētījuma posmā (PPP) pirmsskolas izglītības iestādēs VFAMJ sporta nodarbībās (Metodiskie materiāli, 2022).

Teorētiskajā pētījumā promocijas darba 1. nodaļā tika analizēti avoti par tikumiem, tikumiskajām īpašībām, tikumiskumu, morāli kā ētikas kategorijām, DFBFA. Tika aktualizēta Kano izstrādātajā džudo humānajā filozofijā pamatoto džudo principu atbilstība LR MK (2018) normatīvajos dokumentos un “Skola 2030” metodiskajos materiālos ietvertajiem tikumiem un džudo lietderība veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas sporta nodarbībās un VZSS Interesu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem, ievērojot 5–6 gadus vecu bērnu dabisko aktivitāti un to, ka bērna potenciāls (iekšējie dotumi) par spējām veidojas pakāpeniski mērķtiecīgā darbībā, sistemātiski īstenojot DFBFA pedagoga un bērna sadarbībā.

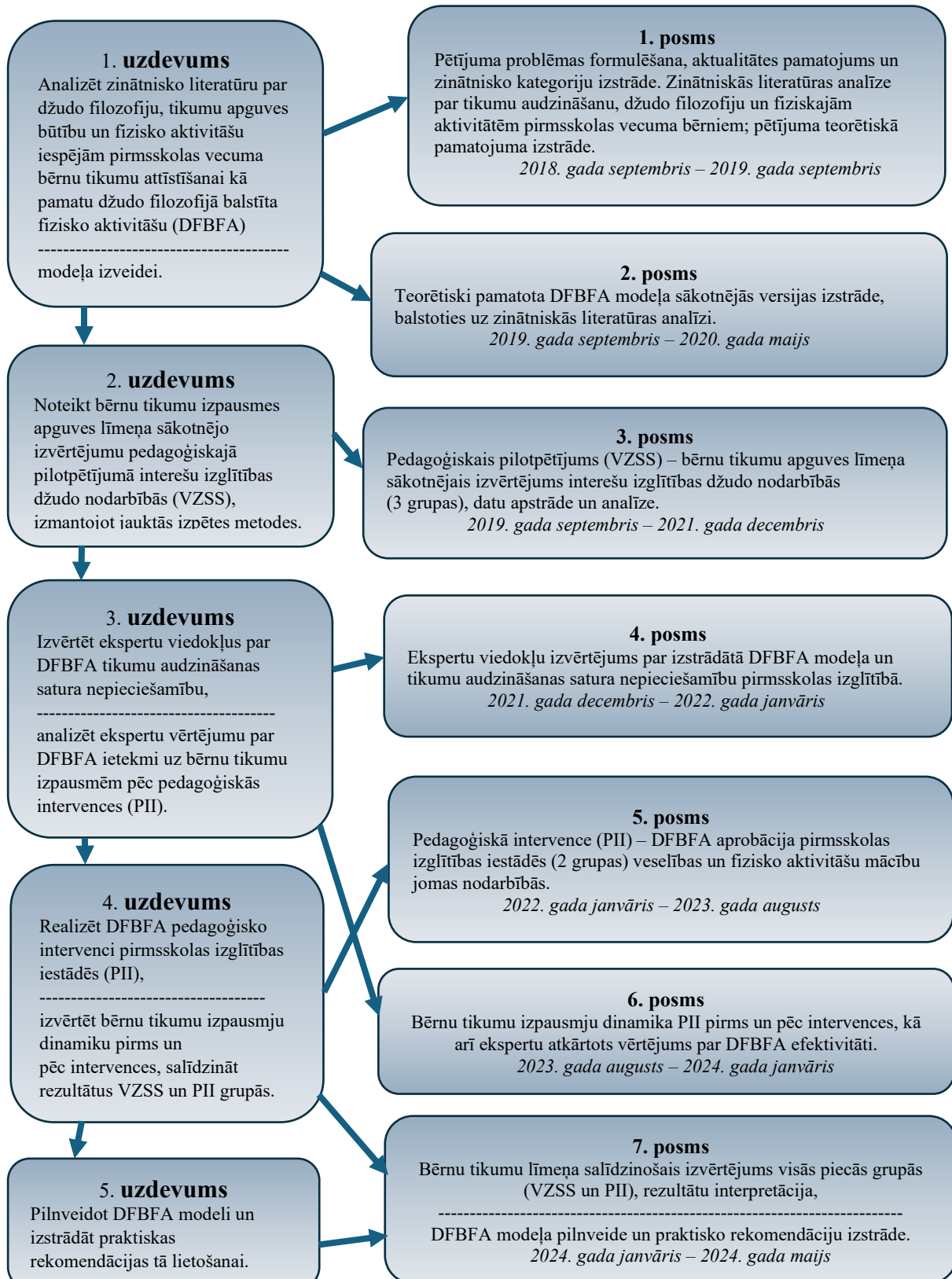
Izvērtējot teorētiskos avotus par tikumiem un Kano džudo filozofiju, tika konstatēts, ka pirmsskolā veicināmie tikumi ir draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība. Atbilstīgi bērncentrētajai pieejai un LR MK normatīvajiem dokumentiem par pirmsskolas izglītību (2018) un izglītības reformas “Skola 2030” metodiskajiem materiāliem (2022) tika noteiktas subjektīvās un objektīvās tikumu audzināšanas struktūrkomponentes un izveidots tikumu audzināšanas modelis.

Pamatojoties uz analizētajām teorijām, tika izstrādāti kritēriji un rādītāji 5–6 gadus vecu bērnu tikumu apguves līmeņa noteikšanai empīriskajā pētījumā, kas tiks organizēts DFBFA VZSS Interesu izglītības džudo sporta programmā pirmsskolēniem un VFAMJ sporta nodarbībās PII.

2. Pētījuma organizēšana un metodes

2.1. Pētījuma organizēšana

Promocijas darba pētījuma organizēšana tika veidota atbilstīgi izvirzītajiem mērķiem un uzdevumiem, un tā kopumā ir uzskatāmi redzama 2.1. attēlā.



2.1. attēls. Pētījuma norises gaita

Pētījuma pirmajā posmā tika analizēta promocijas darbā izvirzītā problēma un aktualitāte, izstrādātas zinātniskās kategorijas. Tika apkopota literatūra un veikta literatūras teorētiskā analīze (Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2025b; Krauze et al., 2024).

Otrajā pētījuma posmā tika izstrādāts džudo filozofijā balstīto fizisko aktivitāšu (DFBFA) modeļa teorētiskais pamats, kas paredzēts mērķtiecīgai tikumu attīstībai 5–6 gadus veciem bērniem. Šis posms tika īstenots kā teorētiski analītisks pētījuma etaps, neiegūstot empīriskos datus.

Posma ietvaros tika veikta zinātniskās literatūras analīze par džudo filozofiju (Dzigoro Kano), tikumu veidošanās likumsakarībām pirmsskolas vecumā, bērnu sociāli emocionālo attīstību, kā arī kustību aktivitāšu un rotaļdarbības pedagoģisko nozīmi pirmsskolas izglītībā. Literatūras analīze tika veikta izglītības zinātņu un pirmsskolas pedagoģijas kontekstā, īpašu uzmanību pievēršot tikumu attīstības iespējām darbībā un strukturētu fizisko aktivitāšu ietvaros. Balstoties uz teorētiskās analīzes rezultātiem, tika izstrādāts DFBFA modelis, kas strukturē fizisko aktivitāšu saturu, pedagoģiskos nosacījumus un organizatoriskās formas, nodrošinot tikumu sistēmisku iekļaušanu veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās. Modelī tika noteikti tā mērķi, struktūra un pamatprincipi, kas vērsti uz darbību atkārtojamību, sadarbībā balstītu bērnu savstarpējo mijiedarbību un pedagoga mērķtiecīgu pedagoģisko virzību. Otrā pētījuma posma rezultāti nodrošināja teorētisku pamatu pedagoģiskā pilotpētījuma īstenošanai interešu izglītības iestādē (VZSS) un DFBFA modeļa turpmākai empīriskai izvērtēšanai.

Trešajā pētījuma posmā tika īstenots pedagoģiskais pilotpētījums, kura mērķis bija veikt tikumu izpausmju līmeņa sākotnējo izvērtējumu 5–6 gadus veciem bērniem VZSS džudo nodarbību ietvaros. Šī pētījuma posma uzdevums bija iegūt empīriskos datus par bērnu tikumu attīstības sākotnējo līmeni, ņemot vērā atšķirīgu džudo nodarbību pieredzi, kā arī identificēt pedagoģiskos priekšnoteikumus DFBFA satura turpmākai izstrādei un adaptācijai pirmsskolas izglītības kontekstā.

Pedagoģiskajā pilotpētījumā piedalījās trīs bērnu grupas, kas atšķīrās pēc džudo nodarbību pieredzes (divu gadu pieredze, viena gada pieredze un iesācēji). Tikumu izpausmju līmeņa izvērtēšanai tika izmantota jauktā pētniecības pieeja, apvienojot kvalitatīvās un kvantitatīvās metodes. Kvantitatīvā pētījuma daļā tika lietotas adaptētas psihodiagnostiskās metodikas (Kaļiņina, Dermanova, Košeļeva), kas ļāva novērtēt tādus tikumus kā draudzība, cieņa, godīgums un sadarbība. Kvalitatīvā pētījuma daļā tika veikti sistemātiski pedagoģiskie novērojumi par bērnu uzvedību kustību aktivitāšu procesā un savstarpējā mijiedarbībā grupā.

Īpaša uzmanība šajā pētījuma posmā tika pievērsta džudo nodarbībās izmantoto vingrinājumu un kustību uzdevumu satura analīzei, ar mērķi identificēt tos vingrinājumus, kuri

pēc savas struktūras, noteikumiem un mijiedarbības formas ir pedagoģiski piemēroti adaptācijai pirmsskolas izglītības iestādēs. Pedagoģiskās analīzes gaitā tika atlasīti vingrinājumi ar potenciālu tikumu mērķtiecīgai attīstībai, ņemot vērā bērnu vecumposma īpatnības, kustību sarežģītības pakāpi, sadarbības nepieciešamību un iespēju integrēt tos veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās PII.

Pilotpētījuma rezultāti ļāva konstatēt atšķirības tikumu izpausmju līmenī un raksturā atkarībā no bērnu dzudo nodarbību pieredzes, kā arī identificēt stabilas uzvedības tendences, kas raksturo bērnu attieksmi pret sadarbību, noteikumu ievērošanu un sociālo mijiedarbību grupā. Vienlaikus tika noteiktas pedagoģiskās situācijas, kurās nepieciešama mērķtiecīga pedagoģiskā iedarbība sadarbības, empātijas un pašregulācijas prasmju attīstības veicināšanai.

Iegūtie empīriskie dati tika pakļauti statistiskai apstrādei un analītiskam salīdzinājumam starp grupām. Kvalitatīvo un kvantitatīvo datu integrācija nodrošināja daudzdimensionālu pētījuma rezultātu interpretāciju un kalpoja par pamatu:

- DFBFA modeļa struktūras precizēšanai,
- DFBFA satura pedagoģiskai adaptācijai veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām PII,
- turpmākās pedagoģiskās intervences plānošanai pirmsskolas izglītības iestādēs,
- pētījuma metodoloģijas pilnveidei.

Ceturtajā pētījuma posmā tika veikta ekspertu viedokļu izvērtēšana par izstrādātā DFBFA modeļa un tikumu audzināšanas satura nepieciešamību pirmsskolas izglītībā. Šī posma ietvaros tika piesaistīti eksperti pirmsskolas pedagoģijas, fiziskās audzināšanas un dzudo jomas speciālisti, lai izvērtētu piedāvātā modeļa pedagoģisko pamatotību, strukturālo loģiku un atbilstību 5–6 gadus vecu bērnu vecumposma īpatnībām.

Ekspertu vērtējums bija vērsts uz DFBFA modeļa potenciālu mērķtiecīgai tikumu (cieņa, draudzība, godīgums, līdzdalība) attīstībai un tā integrācijas iespējamību veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām pirmsskolas izglītības iestādēs (PII). Tika analizēta arī modeļa atbilstība mūsdienu izglītības pieejām un pirmsskolas izglītības saturam.

Iegūtie ekspertu atzinumi pamatoja DFBFA modeļa pedagoģisko lietderību un aktualitāti, kā arī kalpoja par pamatu turpmākai modeļa pedagoģiskajai aprobācijai pirmsskolas izglītības iestādēs pedagoģiskās intervences (PII) ietvaros.

Piektajā pētījuma posmā tika īstenota pedagoģiskā intervence, kuras mērķis bija izstrādātā DFBFA modeļa praktiska aprobācija PII apstākļos. Intervence tika realizēta divās 5–6 gadus vecu bērnu grupās veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās.

Pedagoģiskās intervences saturs balstījās uz speciāli izstrādātu DFBFA vingrinājumu kopumu, kas ietvēra 55 adaptētas pedagoģiskās situācijas, kuru mērķis bija mērķtiecīga tikumu

(draudzība, cieņa, godīgums, līdzdalība) attīstība, izmantojot strukturētas kustību un rotaļu formas. Fiziskās aktivitātes, kas balstītas Dzigoro Kano džudo filozofijā, tika integrētas nodarbību galvenajā daļā un īstenotas ar atšķirīgu biežumu – vienu un divas reizes nedēļā, saglabājot nodarbības galvenās daļas ilgumu 5–6 minūtes.

Šajā pētījuma posmā tika precizēti un pielāgoti vingrinājumi, kas tika atlasīti iepriekšējā pedagoģiskā pilotpētījuma VZSS posmā, lai nodrošinātu to efektīvu iekļaušanu veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās PII, ņemot vērā pirmsskolas vecuma bērnu vecumposma, psihoemocionālās un uzvedības īpatnības.

Pedagoģiskās intervences īstenošana bija vērsta ne tikai uz DFBFA modeļa satura un organizatoriskās atbilstības praktisku pārbaudi, bet arī uz apstākļu radīšanu bērnu tikumu izpausmju dinamikas analīzei pirms un pēc intervences, kā arī uz salīdzinošu rezultātu izvērtējumu starp PII un interešu izglītības iestādes VZSS grupām.

Sestajā pētījuma posmā tika veikts bērnu tikumu izpausmju dinamikas izvērtējums pirms un pēc pedagoģiskās intervences (PII), kas tika īstenota, balstoties uz DFBFA pirmsskolas izglītības iestādēs. Analīze bija vērsta uz izmaiņu noteikšanu tādu tikumu kā draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība izpausmēs, kā arī sadarbības un sociāli emocionālās pašregulācijas rādītājos bērniem 5–6 gadu vecumā.

Tikumu izpausmju dinamika tika analizēta, izmantojot izstrādāto kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēmu (11 kritēriji un 26 rādītāji), kas nodrošināja rezultātu salīdzināmību dažādos pētījuma posmos. Atkārtotā diagnostika pēc pedagoģiskās intervences īstenošanas ļāva konstatēt gan kvantitatīvas, gan kvalitatīvas izmaiņas bērnu uzvedībā veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās PII.

Šajā posmā tika veikta arī otrā ekspertu vērtēšana, kuras mērķis bija analizēt DFBFA ietekmi uz bērnu tikumu izpausmēm pēc pedagoģiskās intervences. Ekspertu vērtējums ietvēra bērnu sociālās aktivitātes, sadarbības prasmes, noteikumu ievērošanu, pašregulācijas spējas un savstarpējās mijiedarbības kvalitāti kustību aktivitāšu procesā. Ekspertu atzinumi norādīja, ka mērķtiecīga un sistemātiska DFBFA īstenošana PII veicina pozitīvu tikumu izpausmju dinamiku, kā arī sekmē sociāli pieņemamu uzvedības modeļu nostiprināšanos pirmsskolas vecuma bērniem. Iegūtie rezultāti tika izmantoti salīdzinošajai analīzei starp PII un interešu izglītības iestādes VZSS grupām, kā arī DFBFA modeļa struktūras pilnveidei un tālākai praktiskai precizēšanai.

Septītajā pētījuma posmā tika veikts bērnu tikumu izpausmju līmeņa salīdzinošais izvērtējums piecās grupās, ietverot interešu izglītības iestādes VZSS grupas ar atšķirīgu džudo nodarbību pieredzi un PII grupas, kurās tika īstenota pedagoģiskā intervence DFBFA.

Salīdzinošā analīze bija vērsta uz tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un līdzdalības – izpausmju līmeņa, kā arī sadarbības un sociāli emocionālās pašregulācijas rādītāju izvērtējumu atkarībā no izglītības vides, pedagoģiskās pieejas un džudo filozofijā balstīto fizisko aktivitāšu intensitātes. Analīzē tika izmantota vienota kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēma, kas nodrošināja rezultātu salīdzināmību starp grupām un pētījuma posmiem.

Salīdzinošās analīzes rezultāti parādīja, ka augstākais tikumu izpausmju līmenis tika konstatēts bērniem interešu izglītības iestādē VZSS ar divu gadu sistemātisku džudo nodarbību pieredzi. Nedaudz zemāki, taču stabili rādītāji tika novēroti bērniem ar viena gada nodarbību pieredzi. Savukārt bērniem PII tikumu izpausmju pozitīvā dinamika bija saistīta ar mērķtiecīgu pedagoģisko intervenci DFBFA, turklāt izteiktākas izmaiņas tika konstatētas grupā ar nodarbību biežumu divas reizes nedēļā, salīdzinot ar grupu, kur nodarbības notika vienu reizi nedēļā. Iegūto datu interpretācija ļāva secināt, ka tikumu attīstības efektivitāte ir atkarīga ne tikai no fizisko aktivitāšu formas, bet arī no to strukturētības, pedagoģiskās ievirzes un regularitātes. Tas apliecināja DFBFA augstāku efektivitāti salīdzinājumā ar fiziskajām aktivitātēm, kurām nav mērķtiecīgas tikumu audzināšanas struktūras.

Pamatojoties uz salīdzinošās analīzes rezultātiem, tika veikta DFBFA modeļa struktūras galīgā pilnveide, precizējot tā saturiskos un organizatoriskos komponentus, kā arī izstrādātas praktiskas rekomendācijas modeļa izmantošanai:

- pirmsskolas izglītības iestādēs (PII) veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās;
- interešu izglītības iestādēs (VZSS) kā papildinošai pedagoģiskai pieejai tikumu attīstībai.

Izstrādātajās rekomendācijās ņemtas vērā 5–6 gadus vecu bērnu vecumposma īpatnības, pedagoģiskās iedarbības intensitāte un izglītības vides specifika, nodrošinot mērķtiecīgu tikumu attīstību un sekmējot audzināšanas procesa kvalitātes paaugstināšanu pirmsskolas izglītībā.

2.1. tabula

Pētījuma uzdevumu, posmu un darba nodaļu savstarpējā atbilstība

Uzdevums	Posms	Promocijas darba nodaļas
1	1–2	1. nodaļa; 1.4.; 2.2.8.
2	3	3.1.
3	4 + 6	3.2.; 3.6.
4	5 + 6 + 7	3.3.; 3.4.; 3.5.; 3.7.
5	7	3.7.; Diskusija; Secinājumi; Praktiskās rekomendācijas

Lai nodrošinātu skaidru pētījuma loģisko struktūru, 2.1. tabulā atspoguļota pētījuma uzdevumu, posmu un promocijas darba nodaļu savstarpējā atbilstība. Šāda strukturēta sasaite nodrošina secīgu pāreju no teorētiskā pamatojuma un modeļa sākotnējās versijas izstrādes līdz empīriskai validācijai, salīdzinošai analīzei un modeļa pilnveidei.

2.2. Pētījuma metodoloģija

Pētniecības pieeja un metožu izvēle

Lai novērtētu metodes, kas balstīta uz Dzigoro Kano filozofiju (Kano, 1932), ietekmi, tika pētīta tikumisko īpašību (draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības) attīstība bērniem pirmsskolas vecumā (5–6 gadi).

Metodoloģija apvieno klasiskās pieejas pedagoģiskajam intervences posmam (Cereda, 2023; Xu & He, 2025) un mūsdienu sociāli emocionālās mācīšanās (SEM) konceptus (Anderson-Butcher et al., 2021; Shen et al., 2024; Kanaros & Bourdaniotis, 2025). Pētījumā izmantotas kvalitatīvās metodes (novērojumi, sarunas) un kvantitatīvās metodes (datu analīze no testēšanas), kas ļauj novērtēt izmaiņas tikumisko īpašību attīstības līmenī (Fernández González, 2019a). Metodes pamatā ir pieejas tikumu audzināšanā, kas ir vērstas uz tādām īpašībām kā draudzība, cieņa, godīgums un sadarbība. Šīs īpašības ietekmē bērnu uzvedību sabiedrībā un veicina rakstura veidošanos. Mūsdienu pētījumi apstiprina šādas pieejas nozīmi bērnu sociāli emocionālajā attīstībā un tikumu veidošanās procesos (Kozdras, 2019; Hryban & Filina, 2022; Lindell-Postigo et al., 2023), kas būtiski ietekmē bērna psihoemocionālo socializāciju. Līdzīgi rezultāti par tikumu audzināšanu džudo nodarbībās ir konstatēti arī pētījumos ar skolas vecuma bērniem (Kozdras, 2019). Metožu izvēle ir pamatota ar pētījuma specifiku. Pedagoģiskajos pētījumos uzsvērtā nepieciešamība izvēlēties izglītības metodoloģiju, balstoties uz empīriskiem datiem un mērķgrupas attīstības īpatnībām, nodrošinot izglītības procesa efektivitāti un metodisko pamatotību (Jarilkapovich, 2025). Pedagoģiskais intervences posms kopā ar novērojumiem, testēšanu un sarunām ļauj dziļāk izprast metodes ietekmi uz tikumisko īpašību attīstību bērniem.

Pētījumā izmantotās metodes atbilst 5–6 gadus vecu bērnu attīstības īpatnībām, nav saistītas ar medicīniskām vai psihofizioloģiskām ierobežotībām un ietver:

- bērnu uzvedības un sadarbības novērojumus spēļu un nodarbību laikā (Veraksa et al., 2023);
- psiholoģiskās izpētes metodes, kas pielāgotas vecumposmam un bērnu kognitīvajām iespējām (Creswell & Creswell, 2024; Mertens, 2023);
- salīdzinošo analīzi, vērtējot bērnu uzvedības un tikumu izpausmju izmaiņas pirms un pēc pedagoģiskās metodes ieviešanas (Fleer & Veresov, 2018; Veresov, 2022).

Pedagoģiskā izpēte tika veikta divos savstarpēji saistītos posmos:

1. Pedagoģiskais pilotpētījums – autores izstrādātās metodes sākotnējā pārbaude trijās VZSS grupās ar atšķirīgu džudo pieredzes ilgumu.

2. Pedagoģiskā intervence PII vidē – metodes efektivitātes izvērtējums divās Rīgas 252. pirmsskolas izglītības iestādes bērnu grupās, kam sekoja salīdzinošā analīze starp visām piecām pētījuma grupām.

Izpētē tika analizēta četru bērnu tikumu attīstība:

- draudzība – spēja veidot pozitīvas attiecības, sadarboties un uzticēties;
- cieņa – spēja ņemt vērā citu jūtas, vajadzības un darbības;
- godīgums – patiesīgums, taisnīga rīcība un apzināta noteikumu ievērošana;
- līdzdalība – iesaiste kopīgā darbībā, atbildības uzņemšanās un partnerības prasmes.

Šo īpašību veidošana caur mērķtiecīgi organizētu motorisko darbību un speciāli konstruētām pedagoģiskām situācijām atbilst SEM mērķiem, kas 21. gadsimta pirmsskolas izglītībā tiek uzskatīti par vienu no centrālajām attīstības jomām (Jones & Kahn, 2021; Wright & Richards, 2022). SEM pieejas uzsver bērna spēju attīstīt pašregulāciju, empātiju, sociālās prasmes un atbildīgu rīcību, kas cieši korelē ar pētījumā analizētajiem tikumiem.

Pedagoģisko uzdevumu sistēma šajā pētījumā balstās uz džudo principiem kā audzināšanas filozofiju (Kano, 1932; Lickona, 1992; Brousse & Matsumoto, 1999; Krauze, 2024), kas nodrošina integrētu pieeju bērna fiziskajai, sociāli emocionālajai un tikumiskajai attīstībai. Džudo filozofijas pamatprincipi – savstarpējā palīdzība (*Jita-Kyoei*) un enerģijas lietderīga izmantošana (*Seiryoku Zenyo*) – tiek izmantoti kā sistemātisks pamats tikumu audzināšanai.

Pedagoģiskais efekts tiek sasniegts, ievērojot starptautiski atzītas rekomendācijas par rakstura audzināšanu (*character education*) un emocionālās attīstības veicināšanu agrīnā vecumā (Carney, 2022; Thümmeler et al., 2022; Birhan et al., 2021). Šī pieeja nodrošina, ka tikumu veidošanās notiek nevis izolēti, bet gan vienotībā ar bērna kustību, sociālās mijiedarbības un kognitīvās attīstības procesiem.

Mākslīgā intelekta rīku izmantošana pētījuma sagatavošanā

Promocijas darba izstrādes procesā mākslīgā intelekta rīki tika izmantoti tikai kā tehniski atbalsta līdzekļi. *ChatGPT* (versija 5.2) tika izmantots valodiskajam atbalstam atsevišķu teikumu formulēšanā, teksta strukturēšanā, formulējumu precizēšanā un atsevišķu darba fragmentu korektai tulkošanai.

Visi metodoloģiskie lēmumi, zinātniskās literatūras analīze, empīrisku datu apstrāde, rezultātu interpretācija un secinājumi veikti patstāvīgi. Autore pilnībā uzņemas atbildību par pētījuma zinātnisko korektumu, ticamību un oriģinalitāti.

Pedagoģiskā pētījuma organizēšana

Pētījumā piedalījās piecas bērnu grupas vecumā no 5 līdz 6 gadiem. Visi dalībnieki bija zēni, lai izslēgtu dzimuma mainīgā potenciālo ietekmi uz tikumu un motorās uzvedības vērtējumiem un nodrošinātu pilnīgu datu salīdzināmību starp dažādām pedagoģiskajām vidēm. Grupu atlase tika veikta atbilstoši DFBFA modeļa aprobācijas mērķiem un bērnu iepriekšējai pieredzei kustību un sporta aktivitātēs.

Interesu izglītības iestāde (VZSS) – pedagoģiskais pilotpētījums

Pedagoģiskais pilotpētījums ir neliela apjoma un izmēģinājuma rakstura pētījuma posms, kura mērķis ir pārbaudīt datu vākšanas instrumentu, novērošanas kritēriju un procedūru piemērotību pirms galvenā pētījuma īstenošanas. Tas ļauj identificēt metodoloģiskos riskus, precizēt instrukcijas un pārliecināties par instrumentu validitāti un uzticamību praktiskajā vidē. Pilotpētījums izglītības zinātnēs tiek izmantots kā būtisks kvalitātes nodrošināšanas posms, kas veicina metodoloģisko precizitāti un gala rezultātu ticamību (Geske & Grīnfelds, 2006; Špona, 2001, 2022; Jurgena, 2010; Bernhard, 2021; Grava, 2018; Līduma, 2023).

Pilotpētījumā tika iekļautas trīs VZSS interešu izglītības grupas, kuras atšķīrās pēc bērnu iepriekšējās pieredzes džudo nodarbībās. Katrā grupā bija 30 bērni, no kuriem 12 tika atlasīti padziļinātai, sistemātiskai novērošanai pēc vienotiem kritērijiem (vecums, dzimums, veselības stāvoklis, nodarbību apmeklējums). Nodarbības notika trīs reizes nedēļā 45 minūtes, atbilstoši interešu izglītības programmai.

- VZSS-1 grupa – bērni ar 2 gadu džudo nodarbību pieredzi.
- VZSS-2 grupa – bērni ar 1 gada džudo nodarbību pieredzi.
- VZSS-3 grupa – iesācēji, bez iepriekšējas pieredzes (novērošanā iekļauti 12 bērni).

Pirmsskolas izglītības iestāde (PII) – pedagoģiskā intervence

Pedagoģiskā intervence izglītības zinātnēs tiek izprasta kā mērķtiecīga, teorētiski pamatota un pedagoģiskajā praksē pārbaudāma iekļaušanās mācību procesā, kuras laikā tiek ieviests noteikts saturs, metode vai organizatorisks risinājums, lai veicinātu bērnu attīstību un izvērtētu radušās izmaiņas. Intervence ietver strukturētu norisi – sākotnējo diagnostiku, plānoto pedagoģisko darbību īstenošanu un rezultātu analīzi – un balstās pedagoģiskās darbības pamatprincipos un empīriskās izpētes loģikā (Geske & Grīnfelds, 2006; Bernhard, 2021). Šāda pieeja ļauj mērķtiecīgi modificēt mācību vidi un pedagoģisko mijiedarbību, radot attīstību veicinošus apstākļus konkrētu prasmju, tikumu un sociāli emocionālās uzvedības modeļu veidošanai (Fleer & Veresov, 2018; Veresov, 2022). Pedagoģiskā intervence kā pētniecības instruments dod iespēju pārbaudīt izvēlēta pedagoģiskā modeļa efektivitāti un tā ietekmi uz bērnu attīstību dažādos izglītības kontekstos (Līduma, 2023).

Pedagoģiskās intervences posmā tika iekļauti 24 bērni no vienas Rīgas pirmsskolas izglītības iestādes (252. PII), kuri regulāri piedalījās VFAMJ nodarbībās. Visi bērni piedalījās pētījumā ar vecāku rakstisku piekrišanu, un netika konstatēti kavējumi, kas varētu ietekmēt datu kvalitāti. Dalībnieki tika sadalīti divās grupās, ņemot vērā DFBFA ieviešanas biežumu nodarbībās.

VFAMJ nodarbību ilgums bija 25 minūtes, no kurām 5–7 minūtes tika veltītas speciāli strukturētiem DFBFA uzdevumiem, kas izstrādāti atbilstoši bērnu vecumposma attīstības likumsakarībām un starptautiski atzītiem metodoloģiskajiem principiem (Creswell & Creswell, 2024; Mertens, 2023; Coe et al., 2025). Nodarbību struktūras piemērotība pirmsskolas vecuma bērniem ir pamatota autores iepriekšējos pētījumos par džudo filozofijā balstītu fizisko aktivitāšu ieviešanu izglītības procesā (Krauze et al., 2025b).

PII intervences grupas:

- PII-4 pamatgrupa: DFBFA tika īstenota 2 reizes nedēļā.
- PII-5 salīdzinošā grupa: DFBFA tika īstenota 1 reizi nedēļā.

Izlases struktūra nodrošina metodoloģisku salīdzināmību ar interešu izglītības grupām (VZSS), ļaujot novērtēt DFBFA satura efektivitāti atšķirīgos pedagoģiskajos apstākļos un ar atšķirīgu nodarbību regularitāti. Izvēlēta pieeja atbilst bērna attīstības psiholoģijas un sociokultūras teorijas atziņām par mācīšanās konteksta nozīmi (Pellegrini & Smith, 1998; Flear & Veresov, 2018; Veresov, 2022).

Pedagoģiskā pētījuma posmi

Pedagoģiskais pilotpētījums VZSS (diagnostika, sākotnējais līmenis)

Pilotpētījuma posmā VZSS tika veikta bērnu tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības – sākotnējā diagnosticēšana trijās vecuma un sagatavotības ziņā homogēnās grupās (5–6 gadi). Diagnosticēšanai tika izmantoti tiešie novērojumi, kā arī bērna vecumposmam piemēroti psiholoģiskie instrumenti (Blair & Raver, 2012), kas balstīti uz starptautiski aprobētām sociāli emocionālās attīstības novērtēšanas skalām (Denham et al., 2012; Thompson, 2018; Bierman & Motamedi, 2015).

Novērojumi tika veikti bērniem ierastajā sporta nodarbību vidē, kas nodrošināja dabisku uzvedības izpausmi un uzticamus datus par sociālās mijiedarbības modeļiem (Stucke & Doebel, 2024; Brush et al., 2022). Šajā posmā iegūtais sākotnējais bāzes līmenis kalpoja kā atskaites punkts turpmākai salīdzināšanai ar pedagoģiskās intervences rezultātiem.

Pedagoģiskās intervence posms PII (DFBFA satura pedagoģiskā aprobācija)

Intervences posms tika organizēts Rīgas 252. PII, kur divās grupās tika ieviests pielāgots DFBFA saturs. VFAMJ nodarbību struktūrā DFBFA tika integrēts 5–7 minūšu segmentos,

ņemot vērā laika, vides un bērnu attīstības ierobežojumus. Metodes ieviešanā tika izmantotas pedagoģiskās situācijas un kustību uzdevumi (spēles, pāru vingrinājumi, stafetes), kuru mērķis bija veicināt draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības attīstību, balstoties uz spēļveida mācīšanos un bērnu iniciatīvu (Fleer & Veresov, 2018; Veresov, 2022). Nodarbības notika bez autoritāras kontroles vai ārēja spiediena, radot vidi, kas atbilst mūsdienu bērncentrētajai pieejai un dabiskās mācīšanās principiem (Zosh et al., 2022).

Metodes izstrāde balstījās starptautiskā pedagoģiskajā pieredzē par efektīvu SEM un tikumu audzināšanas integrēšanu kustību nodarbībās (Izumi-Taylor & Ito, 2015; Takizawa et al., 2023). Intervences posmā tika izstrādāta arī strukturēta vingrinājumu sistēma, kas piemērota pirmsskolas videi un dažādiem bērnu sagatavotības līmeņiem (Krauze et al., 2025a; 2025c). Izmaiņu izvērtēšanai tika izmantots psiholoģisko testu un novērojumu kopums, kas ļāva noteikt bērnu tikumu attīstības dinamiku (Blair & Raver, 2021; Bierman & Motamedi, 2015).

Rezultātu analīze un grupu salīdzinājums

Rezultātu analīzes posmā tika novērtēta DFBFA metodikas efektivitāte, salīdzinot bērnu tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un līdzdalības – rādītājus pirms un pēc metodikas ieviešanas PII. Datu salīdzināmību nodrošināja identisku novērošanas un diagnostikas instrumentu izmantošana, kā arī vienoti vērtēšanas kritēriji visās pētījumā iesaistītajās grupās, kas ļāva korekti analizēt tikumu attīstības dinamiku dažādos pedagoģiskajos apstākļos (Krauze et al., 2025c; Brush et al., 2022; Denham et al., 2012).

Ņemot vērā datu ordinālo skalu un nelielās izlases apjomu, statistiskajā analīzē tika izmantotas neparametriskās metodes – Vilkoksona tests izmaiņu izvērtēšanai pirms un pēc intervences, Manna–Vitnija tests starpgrupu salīdzinājumiem, kā arī Fišera–Frīmena–Haltona tests un Kruskala–Volisa tests piecu grupu salīdzināšanai. Šādu metožu izvēle nodrošināja uzticamu statistiskās nozīmības noteikšanu un pedagoģiski interpretējamu rezultātu iegūšanu tikumu attīstības kontekstā (Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023; Garbeloto et al., 2023; Bradić, 2023).

Rezultātu analīzē tika iekļauts arī ilgtermiņa izmaiņu novērtējums, kas raksturo bērnu sociālās uzvedības stabilizēšanos, sadarbības un līdzdalības modeļu attīstību, kā arī tikumu praktisko izpausmju noturību ikdienas darbībās. Tas ļāva izvērtēt ne tikai tūlītējās izmaiņas pēc DFBFA ieviešanas, bet arī metodikas ietekmi uz sociāli emocionālo klimatu grupā un bērnu savstarpējām attiecībām (Krauze et al., 2025c).

Salīdzinot visas piecas pētījuma grupas – trīs VZSS pilotpētījuma grupas ar atšķirīgu džudo pieredzi (0, 1 un 2 gadi) un divas PII intervences grupas ar atšķirīgu nodarbību regularitāti (1× un 2× nedēļā) –, tika novērtēta pedagoģiskās vides, pieredzes ilguma un

nodarbību biežuma ietekme uz tikumu attīstības līmeni (Križalkovičová et al., 2024; Maussier et al., 2025; Krauze et al., 2025c). Analīzes rezultāti liecina, ka sistemātiska ilgtermiņa prakse VZSS nodrošina augstāku tikumu attīstības līmeni, savukārt regulāras DFBFA nodarbības PII vidē būtiski veicina tikumu izpausmju dinamiku sešu mēnešu periodā, apliecinot metodikas pedagoģisko efektivitāti dažādos izglītības kontekstos.

Šāda pētījuma struktūra – no metodes izstrādes līdz tās aprobācijai un salīdzinošai analīzei – atbilst mūsdienu izglītības prasībām un empīriskās pētniecības standartiem, uzsverot datu reproducējamību, pedagoģisko pamatotību un bērncentrētu pieeju (Creswell & Creswell, 2024; Križalkovičová et al., 2024; Krauze et al., 2025c).

Pedagoģiskā modeļa un fizisko aktivitāšu struktūras izstrāde

Pētījuma modeļa izstrāde

Pirmajā posmā tika izstrādāts pētījuma koncepcijas ietvars, iekļaujot gan teorētisko pamatojumu, gan praktisko pedagoģiskās metodes modeli, kas balstīts uz Dzigoro Kano filozofiju (Krauze, 2024; Krauze et al., 2025b). Šis modelis nodrošināja pedagoģisko situāciju un uzdevumu struktūru, kas vērsta uz būtiskāko tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības – attīstīšanu pirmsskolas vecuma bērniem (Lickona, 1992; Jones & Kahn, 2021; Brush et al., 2022; Bradić, 2023; Garbeloto et al., 2023). Modeļa izstrādē tika ņemti vērā arī nosacījumi bērnu sociāli emocionālajai mācīšanai, balstoties uz aktuālajiem pētniecības rezultātiem (Xu & He, 2025; Jones & Kahn, 2021; Anderson-Butcher et al., 2021; Thümmler et al., 2022).

Fizisko aktivitāšu struktūras izstrāde pirmsskolas izglītības iestādēm

Lai nodrošinātu pedagoģiskā modeļa ieviešanu pirmsskolas izglītības iestādēs, tika izveidota speciāli pielāgota DFBFA struktūra. Tajā iekļautas spēles un kustību uzdevumi, kas veicina galveno tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības – attīstību. Fiziskās aktivitātes tika pielāgotas, ņemot vērā bērnu vecuma īpatnības un spēļveida mācīšanās principus, kas nodrošina dabisku iesaisti un pozitīvu sociālo mijiedarbību pāru un grupu darbībā. Šāda strukturēta pieeja ļauj integrēt tikumu audzināšanu pamatkustību apgūvē un stiprina pedagoģiskā modeļa lietojamību dažādos pirmsskolas izglītības kontekstos (Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2025c). Fiziskās aktivitātes tika pielāgotas, ņemot vērā bērnu vecuma attīstības īpatnības un nepieciešamību nodrošināt harmonisku sensomotoru slodzi (Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2022).

Fizisko aktivitāšu struktūra tika veidota tā, lai:

- atbalstītu spēļveida mācīšanās principus,
- nodrošinātu dabisku iesaisti kustību un rotaļu darbībās,

- veicinātu socializāciju pāros un mazās grupās,
- stiprinātu sadarbības, empātijas un pašregulācijas prasmes (Bradić, 2023; Garbeloto et al., 2023; Maussier et al., 2025).

Šāds strukturēts saturs nodrošina, ka fiziskās aktivitātes vienlaikus darbojas gan kā pamatkustību attīstības instruments, gan kā pedagoģisks līdzeklis tikumu audzināšanā.

Modelēšana, kritēriju skalu un psiholoģisko testu izstrāde

Modelēšana

Modelēšanā tika veiktas vairākas darbības. Vispirms tika apkopotas teorētiskas pētījumu atziņas par džudo pamatprincipiem, bērnu tikumu audzināšanas avotiem un to īstenošanas iespējām pirmsskolas vecuma bērniem ar fiziskām aktivitātēm (Krauze, 2024; Krauze et al., 2025b). Nākamajā posmā tika izvērtētas teorijā pamatotā tikumu audzināšanas DFBFA modeļa satura objektīvo un subjektīvo komponentu sakarības. Pēc tam tika veikta modeļa satura aprobēšana pedagoģiskās intervences posmā VZSS interešu izglītības bērniem.

Pedagoģiskās intervences posmā iegūtie rezultāti tika apkopoti, kā arī tika veikta ekspertu vērtējuma analīze.

Nākamajā posmā modelis tika pārbaudīts PII veselības un fiziskās aktivitātes jomas sporta nodarbībās.

Noslēgumā modelis tika precizēts un papildināts ar būtiskākiem aprobācijā un izvērtējumā konstatētiem objektīvo un subjektīvo komponentu interpretējumiem.

Kritēriju skalu izstrāde izmaiņu novērtēšanai

Empīriskā pētījuma vērtējumi bērniem balstījās uz teorētiskajā analīzē izvēlētajiem tikumiem un tikumu kritērijiem un rādītājiem, un 5–6 gadus veciem bērniem tika piemēroti četri tikumi –draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība. Empīriskajam pētījumam tikumisko īpašību apguves līmeņa konstatācijai tika izstrādāti:

11 kritēriji (labvēlība; interese izzināt; emociju izpausme; prasme komunicēt; pieklājība saziņā; prasme paveikt uzticēto; līdzjūtība; patiesums; noteikumu izpilde; atklātums; piedalīšanās aktivitātēs) un

26 tikumu rādītāji DFBFA pirmsskolas izglītībā: Interešu izglītības džudo sporta programmas pirmsskolēniem nodarbībām un pirmsskolas izglītības iestādes (PII) veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) sporta nodarbībām (skat. 2.2. tabulu).

5–6 gadus vecu bērnu tikumu kritēriji, rādītāji, līmenis

Tikums	Kritēriji	Rādītāji
Draudzība	1. Labvēlība	1) mierina vai uzmundrina 2) dāsni dalās ar savu inventāru 3) savstarpēji palīdz vingrinājumos
	2. Interese izzināt	4) zinātkāre acu kontaktā 5) zinātkāre runas kontaktā
	3. Emociju izpausme	6) satraukums apgūt prasmes 7) prieks par sasniegumu 8) izbrīns par pēkšņu notikumu
	4. Prasme komunicēt	9) prasme vienoties ar partneri 10) darbs komandā ar kopīgu mērķi
Cieņa	5. Piekļājība saziņā	11) sasveicinās, paklanoties rei 12) pieklājīgas sarunas 13) prasme klausīties un nepārtraukt
	6. Atbildība par uzticēto	14) saudzē inventāru 15) cenšas izpildīt uzdevumu
	7. Līdzjūtība	16) izsaka līdzjūtību mutiski 17) izrāda līdzjūtību ar žestu
Godīgums	8. Patiesums	18) attieksmi izrāda aktivitātē 19) pateicība par atbalstu
	9. Noteikumu izpilde	20) ievēro noteikumus vingrinājumos 21) ievēro noteikumus spēlēs
	10. Atklātums	22) spriež par redzēto un dzirdēto 23) runā pārliecinoši 24) daudzveidīgi raksturo notikumu
Līdzdalība	11. Piedalās aktivitātēs	25) iesaistās aktivitātēs 26) iesaista aktivitātēs citus

Katram rādītājam tika noteikti 3 līmeņi: augsts līmenis (3 punkti), vidējs līmenis (2 punkti), zems līmenis (1 punkts). Līmeņu apraksts atrodas pielikumā (skat. 5. pielikumu).

Novērošana

Novērošana tika veikta, lai iegūtu fona datus par faktoriem, kas ietekmē tikumu audzināšanu DFBFA nodarbībās. Tā tika īstenota, izmantojot bērnu pedagoģiski psiholoģiskā procesa un motoro darbību videoanalīzi profesionālās ievirzes izglītības iestādē “Vsevoloda Zeļonija sporta skola” (VZSS) trijās interešu izglītības grupās (VZSS-1, VZSS-2, VZSS-3), kuru dalībnieki bija 5–6 gadus veci bērni. Novērošana tika veikta, balstoties uz autores izstrādātajiem kritērijiem un rādītājiem (Krauze et al., 2025c).

Novērošana kā pētniecības metode nodrošina sistemātisku informācijas iegūvi tālākai teorētiskai analīzei un empīriskai interpretācijai, kā arī ļauj pārbaudīt izvirzīto hipotēzi. Tā ir būtiska, ja nepieciešams iegūt pilnīgu priekšstatu par notiekošajiem procesiem un izprast bērnu uzvedību dabiskā vidē (Geske & Grīnfelds, 2006; Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023). Kā norāda *Aronfreed* (1969), bērnu tikumiskā uzvedība bieži tiek apgūta līdz ar

imitāciju un novērošanu, atkārtojot sociāli pozitīvas darbības un emocionālās reakcijas, kas novērotas pieaugušo un vienaudžu uzvedībā.

Novērošana ir īpaši organizēta, fiksēta uztvere, kas var būt tieša vai netieša, iekšēja vai ārēja, iekļauta vai neiekļauta. Šajā pētījumā novērošana tika izmantota pedagoģiskajās situācijās, kas ir mūsdienīga pirmsskolas izglītības organizācijas forma. Pedagoģiskās situācijas ļauj modelēt reālas dzīves mijiedarbības un uzvedības modeļus, attīstot bērnu sociālās prasmes, pašregulāciju un sadarbību (Križalkovičová et al., 2024; Bradić, 2023; Garbeloto et al., 2023). Novērojumi atklāja pirmsskolas vecuma bērnu tikumu attīstības dinamiku mērķtiecīgas pedagoga darbības laikā, izmantojot autores izstrādāto DFBFA metodisko kompleksu atbilstoši izvirzītajiem kritērijiem un rādītājiem (skat. 5. pielikumu).

Aptauja – pārrunas

Pārrunas (Jurgena, 2010) tiek raksturotas kā pedagoģisko parādību izziņas veids, kas norisinās sarunas procesā dabiskos apstākļos – treniņā, pēc nodarbībām vai citās bērnu ikdienas situācijās. Tā ir subjektīva pētniecības metode, jo atklāj respondentu personīgo viedokli, kas var atšķirties no objektīvās realitātes. Pārrunas tiek veidotas mērķtiecīgi un plānveidīgi, ievērojot individuālu pieeju un pedagoģisko taktu. Jautājumi var būt gan tieši, gan pastarpināti, bet to izstrādē svarīgi ņemt vērā bērnu temperamentu, personības īpatnības un attīstības līmeni. Ieteicams izvēlēties jautājumus, kas tieši attiecas uz pētījuma problēmu, un palīgjaudājumus, kas palīdz uzturēt sarunas nepārtrauktību.

Šajā pētījumā pārrunas tika mērķtiecīgi organizētas PII pedagoģiskās intervences posmā, lai noskaidrotu bērnu tikumu apguves izpratni. Pārrunas notika tūlīt pēc DFBFA uzdevumu izpildes Rīgas 252. PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) nodarbībās. Sarunu laikā bērni patstāvīgi reflektēja par savu pieredzi, apgūstot tikumus DFBFA nodarbībās.

Ar tiešiem un vecumam atbilstošiem jautājumiem pārrunās tika noskaidrota bērnu interese izziņāt tikumus, viņu zināšanu līmenis un izpratne par tikumu nozīmi ikdienas situācijās. Pārrunu saturs atbilda tikumu audzināšanas modelim un tika veidots saskaņā ar Latvijas Republikas Ministru kabineta (2018) noteikumiem un kompetenču pieejas prasībām “Skola 2030” (VISC, 2019). Jautājumu saraksts iekļauts 10. pielikumā.

Aptauja – anketēšana

Anketēšana tika izmantota, lai noskaidrotu deviņu ekspertu viedokļus par tikumu audzināšanas modeli, kritērijiem un rādītājiem bērnu tikumu attīstības līmeņa noteikšanai, kā arī par DFBFA satura izstrādes nepieciešamību pirmsskolas vecuma bērniem. Pamatojoties uz ekspertu ieteikumiem, tika precizēts tikumu audzināšanas modelis, kā arī pilnveidoti kritēriji un rādītāji tikumu attīstības līmeņa noteikšanai.

Tāpat, ievērojot ekspertu rekomendācijas, tika izstrādāta tikumu audzināšanas DFBFA satura struktūra, tematiskā secība un aprobācijas plāns darbam PII, kā arī definēts DFBFA aktivitāšu kopums, kas piemērojams Veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām (Krauze et al., 2025b; Krauze et al., 2025c).

Ekspertu iekļaušanas kritēriji:

- LSFP sertificēti treneri,
- PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) sporta pedagogi,
- PII grupu pedagogi ar vismaz 3 gadu profesionālo pieredzi.

Aptaujā piedalījās:

- trīs Starptautiskās Džudo federācijas (IJF) 2. līmeņa un B kategorijas treneri,
- trīs PII VFAMJ sporta pedagogi,
- trīs PII grupu pedagogi ar augstāko pedagoģisko izglītību.

Kopā aptaujā tika iesaistīti deviņi eksperti, kas nodrošināja profesionāli daudzveidīgu un metodoloģiski pamatotu viedokļu izvērtējumu.

Psiholoģiskie testi izmaiņu novērtēšanai bērnu uzvedībā

Pētījumā tika izmantoti trīs psiholoģiskie testi, kas pielāgoti 5–6 gadu vecuma bērnu attīstības īpatnībām. Testi tika izvēlēti, lai novērtētu bērnu sociāli emocionālo attīstību un tiešās izmaiņas pamatvērtību izpausmēs, kuras ir cieši saistītas ar tikumiem – cieņu, godīgumu, draudzību un savstarpējo palīdzību.

Psiholoģiskie testi ļāva kvantitatīvi novērtēt šādu jomu attīstību: empātija, paškontrolē, emocionālā pašregulācija, sociālās prasmes, prosociāla rīcība.

Izmantotie testi (Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023; Maussier et al., 2025) nodrošināja iespēju objektīvi izvērtēt bērnu uzvedības dinamiku dažādos pētījuma posmos. Tie kalpoja kā nozīmīgs instruments, kas papildināja autores izstrādāto novērošanas skalu un ļāva statistiski pamatot izmaiņas bērnu tikumu attīstības līmenī.

Psiholoģisko testu dati sniedza uzticamu kvantitatīvu pamatu izmaiņu analīzei katrā rādītājā, kā arī atbalstīja rezultātu interpretāciju gan pilotpētījuma (VZSS), gan pedagoģiskās intervences (PII) posmos.

Testēšana

Testēšanā tika izvērtēta bērnu izpratne par tikumiem, kas sniedz objektīvu informāciju par bērna tikumu attīstības līmeni konkrētajā brīdī. Testēšana tika izmantota kā diagnostiska procedūra, lai noteiktu bērnu zināšanas, izpratni un spēju identificēt ar tikumiem saistītas situācijas un rīcības modeļus.

Testēšanas metodes tika lietotas gan pedagoģiskā pilotpētījuma posmā interešu izglītības iestādē VZSS (VZSS-1, VZSS-2 un VZSS-3 grupās, katrā 30 zēni), gan pedagoģiskās intervences posmā pirmsskolas izglītības iestādē (PII-4 un PII-5 grupās, katrā 12 zēni). Tas nodrošināja iespēju objektīvi diagnosticēt bērnu izpratni par tikumiem abās pētījuma vidēs un salīdzināt iegūtos rezultātus. Testēšana papildināja novērošanas datus un psihodiagnostikas rezultātus, veidojot visaptverošu priekšstatu par bērnu tikumu izpratni un attīstības dinamiku. Testi tiek veidoti ar pārbaudāmiem jautājumiem vai uzdevumiem, kuru risināšana neaizņem ilgu laiku un prasa viennozīmīgas atbildes, vai arī garākam termiņam praktisku darbu veidā. Testi atšķiras individuālai un grupas lietošanai.

Pētījumā tika izmantoti psiholoģiskie testi, lai pārbaudītu 5–6 gadus vecu bērnu izpratni par tikumiem – cieņa, draudzība, godīgums un līdzdalība:

1. R. Kaļiņinas (Калинина, 2011) psiholoģiskais tests “Sižetiskās bildes” bērna draudzības emocionālās attieksmes attīstības līmeņa noteikšanai.
2. I. Dermanovas (Дерманова, 2002) metodika “Pabeidz teikumu” ir izmantota, lai noskaidrotu novēroto attieksmi pret godīgumu.
3. A. Košeļevas (Кошелева, 2003) diagnostikas metodika “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā” bērnu savstarpējās palīdzības izpētei.

R. Kaļiņinas (2011) psiholoģiskais tests “Sižetiskās bildes”

Spēja atšķirt labo no sliktā ir svarīga starppersonu attiecībās. Pirmsskolas vecums ir raksturīgs ar socializēšanās aktivizāciju, kad bērns mācās sadarboties ar citiem cilvēkiem, nepārkāpjot viņu personības robežas. Lai novērtētu to, kāds ir bērna priekšstats par tikumiem, tiek izmantota R. Kaļiņinas metodika “Sižetiskās bildes”. Ar šo metodiku pēta ne tikai kognitīvo (morālo normu zināšanas), bet arī emocionālo attīstību (izpaužas šo normu ievērošanā) (Калинина, 2011). Psihologi atzīmē, ka 5–6 gadus veciem bērniem aktivitātē veidojas izpratne par šādiem jēdzieniem: labsirdība, cieņa, draudzība, pieklājība, godīgums (Grazzani et al., 2018; Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023; Bradić, 2023; Maussier et al., 2025). Šī metodika ļauj noskaidrot bērna zināšanas par minētā jēgu.

Vērtējums notiek ar kartīšu palīdzību, kuru sižetā ir vienaudžu labā un sliktā rīcība (skat. 11. pielikumu). Testēšana notiek individuāli, vārdiski, lai fiksētu bērna emocionālo reakciju (skat. 12. pielikumu). Testa īstenošanai nav noteikts laika ierobežojums, bet bērna atbildēm jāietilpst uztveres spēju laika robežās. Tiek ieteikti šādi skaidrojumi: “Tavā priekšā ir kartītes ar attēliem, kur redzama dažāda bērnu rīcība. Paņem kartīti, kur attēlota laba rīcība, un noliec vienā virsmas pusē, bet otrā pusē noliec kartīti, kurā ir redzama slikta rīcība. Paskaidro, kāpēc tu tā domā.”

Jāņem vērā, ka nav jāvērtē katra atbilde atsevišķi, bet bērna atbildes kopumā. Vecumam atbilstoša pakāpe ir 3 punktu rezultāts, kas norāda uz to, ka bērna emocionālā reakcija ir adekvāta, bet izpratne par tikumiem ir izveidojusies pietiekamā līmenī. 2 punktu rezultāts tiek uzskatīts par apmierinošu. Ja bērnam uzdevumu izpildīt ir grūti, tad viņš iegūst 0–1 punktu.

Šī metodika ir efektīvs paņēmieni pirmsskolas vecuma bērnu tikumu konstatējumam.

Tests pēc I. Dermanovas metodikas “Pabeidz teikumu”

Dermanovas (Дерманова, 2002) metodika “Pabeidz teikumu” izmantota, lai noteiktu pirmsskolas vecuma bērnu tikumu – savstarpējā palīdzība, cieņa, godīgums un draudzīgums – attīstības līmeni. Metode ļauj izvērtēt, kā bērni risina problēmsituācijas, skaidro un novērtē citu cilvēku rīcību.

Metodes īstenošanas laikā bērnam individuālā sarunā tiek piedāvāts turpināt teikumus, kas atspoguļo morāli nozīmīgas situācijas. Pētījumā izmantota adaptētā Dermanovas metodikas versija, kurā sižetiskā forma “Pabeidz teikumu” aizstāta ar teikuma turpinājumu formu “Pabeidz teikumu”, lai paaugstinātu bērnu atbilžu uztveramību un pielāgotu uzdevumus pirmsskolas vecuma kognitīvajām īpatnībām.

Bērnam tiek teikts: “Es tev stāstīšu nelielu teikumu, bet tu to pabeidz ar savu domu.” Pēc tam bērnam pēc kārtas tiek nolasīti četri teikumi (jebkādā secībā) un atbildes tiek ierakstītas novērojumu protokolā (skat. 13. pielikumu). Rezultātu analīze sniedz informāciju par bērnu tikumisko īpašību izpratni un to attīstības pakāpi (skat. 14. pielikumu).

Metodika izmantota, lai noskaidrotu bērnu izpratni par tikumiem – draudzība, godīgums, savstarpējā palīdzība un cieņa –, kā arī bērnu spēju tos atpazīt un interpretēt ikdienas sociālajās situācijās.

A. Košeļevas (Кочелева, 2003) metodika “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā”

DFBFA norisē pedagogs izmanto pāru uzdevumus. To galvenais uzdevums ir palīdzēt partnerim pareizi izpildīt uzdevumu, vingrinājumu un veicināt tikumus. Katra bērna (skat. 15. pielikumu) attieksmi, sadarbību ar citiem bērniem nodarbību laikā fiksē protokolā. Rezultātu novērtējums, kas ir iegūts testā, tika izmantots pirmsskolas izglītībā paredzētai tikumu audzināšanas modeļa izstrādei.

Pētījuma ētiskie principi

Pētījums tika apstiprināts LSPA Ētikas komisijā (Nr. 3/51813 no 31.05.2024.) (skat. 1. pielikumu). Visas pētījuma procedūras atbilda BERA (2018), UNESCO (2022) standartiem un starptautiskajai praksei darbā ar bērniem. Piedalīšanās bija brīvprātīga, balstīta uz vecāku rakstisku piekrišanu, un bērni tika iesaistīti viņiem ierastā, emocionāli drošā un komfortablā

vidē. Metode iekļāva pedagoģisko intervenci, taču tā neskāra izglītības procesu tādā veidā, kas varētu radīt risku bērnu fiziskajai vai emocionālajai drošībai. Intervence tika īstenota atbilstoši bērnu vecuma īpatnībām, spēļu formā un balstījās uz jau esošajām pirmsskolas izglītības prasībām. Pedagoģiskā iejaukšanās skāra tikai pedagoģisko saturu un mijiedarbības formu, nevis bērnu fizioloģiskos procesus vai ikdienas rutīnu. Visi uzdevumi bija piemēroti bērnu attīstības līmenim, neradīja pārslodzi un neatšķīrās no ierastajām kustību aktivitātēm pirmsskolā.

Informācija par bērniem tika apstrādāta anonīmi, ievērojot konfidencialitāti un datu aizsardzības prasības visos pētījuma posmos.

Zinātniskās literatūras analīze

Realizējot pirmo pētījuma uzdevumu, tika veikta zinātniskās un metodiskās literatūras analīze, saistot to ar VISC metodiskajiem ieteikumiem un LR Ministru kabineta normatīvajiem dokumentiem par tikumu audzināšanu 5–6 gadus veciem bērniem un DFBFA pieejas īstenošanu. Literatūras analīze ļāva identificēt tikumu audzināšanas objektīvos un subjektīvos komponentus un to savstarpējās sakarības bērnu sociāli emocionālajā attīstībā.

Pamatojoties uz zinātniskās literatūras izpēti, tika izstrādāts tikumu audzināšanas modelis, kā arī definēti kritēriji un rādītāji bērnu tikumu līmeņa noteikšanai pirmsskolas izglītībā. Tika analizēta literatūra par bērnu tikumu audzināšanu un DFBFA ietekmi uz pamatvērtību – cieņa, draudzība, godīgums un līdzdalība – veidošanos.

Pētījumā tika izvērtētas arī džudo filozofijas pedagoģiskās iespējas, īpaši akcentējot džudo pamatlicēja Džigoro Kano idejas un to atbilstību “Skola 2030” metodiskajām vadlīnijām un LR MK (2018) noteiktajām prasībām tikumu audzināšanā. Analizēta interešu izglītības (VZSS) un pirmsskolas izglītības (PII, VFAMJ) vide un to potenciāls veicināt tikumiskās īpašības 5–6 gadus veciem bērniem.

Tika konstatēts, ka lielākā daļa džudo zinātnisko publikāciju koncentrējas uz bērnu fizisko attīstību, bet tikumu audzināšana tajās minēta tikai netieši. Tāpēc šajā pētījumā īpaša uzmanība tika pievērsta literatūras analīzei par tikumu audzināšanu pirmsskolas vecuma bērniem un DFBFA potenciālu veicināt tikumisko īpašību attīstību. Apkopojot literatūrā atspoguļotās atziņas, tika precizēti pētījumā izmantotie tikumi un izstrādāti kritēriji un rādītāji to apguves līmeņa noteikšanai empīriskajā posmā (Krauze et al., 2025b; Krauze et al., 2025c).

Datu apstrādes metodes

Lai analizētu savāktos datus un izvērtētu bērnu tikumu attīstības izmaiņas pirms un pēc DFBFA metodikas ieviešanas, tika izmantotas matemātiskās statistikas metodes, kas atbilst pētījumā iegūto datu specifikai – nelielām izlasēm, ordinālajām skalām un nevienmērīgiem sadalījumiem (Ferr, 2025; Križalkovičová et al., 2024; Kowalczyk et al., 2023).

Tā kā visas trīs izmantotās psiholoģiski pedagoģiskās diagnostikas metodes, kā arī autores izstrādātā TINS (Tikumu izvērtēšanas novērošanas skala) ģenerē datus ordinālajā skalā, statistiskajā analīzē tika izmantotas tikai neparametriskās metodes, kas nodrošina rezultātu ticamību ar šādu datu raksturu (Dravnieks, 2004; Field, 2024).

Izmaiņu izvērtēšanai “pirms – pēc” katrā grupā tika izmantots Vilkoksona parakstīto rangu tests, lai noteiktu, vai pēc DFBFA ieviešanas PII un pēc regulārajām nodarbībām VZSS grupās ir noticis statistiski nozīmīgs vērtējumu pieaugums (Ferr, 2025; Križalkovičová et al., 2024). Šī pieeja ir piemērota nelielām grupām ($n = 12$), kā tas ir PII-4, PII-5 un visās VZSS novērošanas grupās.

Salīdzinājumam starp grupām tika izmantoti Manna–Vitnija U testi, lai salīdzinātu vērtējumu pieaugumu starp pamatgrupu (PG PII-4) un salīdzinošo grupu (SG PII-5); Kruskala–Volisa tests, lai salīdzinātu piecas pētījuma grupas (VZSS-1, VZSS-2, VZSS-3, PII-4, PII-5), kas ļāva noteikt, vai pastāv statistiski nozīmīgas atšķirības starp grupām ar dažādu nodarbību regularitāti un pieredzi (Kowalczyk et al., 2023; Maussier et al., 2025).

Frekvenču salīdzinājumam tika izmantots Fišera–Frīmena–Haltona eksaktais tests, lai analizētu “pirms – pēc” vērtējumu sadalījumus visās piecās grupās un pārbaudītu, vai izmaiņas četru tikumu (draudzība, cieņa, godīgums, līdzdalība) sadalījumos ir statistiski nozīmīgas (Brush et al., 2022). Sakarību analīzei, ņemot vērā datu ordinālo skalu, tika lietots Spīrmena rangu korelācijas koeficients, lai noteiktu saistību starp tikumu izmaiņām un bērnu līdzdalību, sadarbības prasmēm un uzvedības modeļiem (Denham et al., 2012; Thompson, 2018). Šī metode tika izmantota, lai noteiktu tikumu savstarpējās korelācijas, tikumu attīstības saistību ar motorisko uzdevumu izpildi DFBFA, līdzdalības un empātijas saistību ar godīguma un cieņas izpausmēm (Križalkovičová et al., 2024; Krauze et al., 2025a).

Neparametrisko statistisko metožu izmantošana nodrošināja precīzu un ticamu bērnu tikumu attīstības dinamiskā profila izvērtējumu, ļaujot identificēt gan īstermiņa izmaiņas PII intervences grupās, gan ilgtermiņa tendences VZSS nodarbību kontekstā. Šī pieeja atbilst mūsdienu pedagoģiskās pētniecības prasībām un metodoloģiskajiem standartiem, uzsverot validitāti, salīdzināmību un datu interpretācijas uzticamību (Fleer & Veresov, 2018; Veresov, 2022; Field, 2024).

3. Rezultāti

3.1. Bērnu tikumu pedagoģiskais pilotpētījums VZSS džudo nodarbībās

Pedagoģiskā pilotpētījuma posmā tika veikta bērnu tikumu sākotnējā izpēte Vsevoloda Zeļonija sporta skolā (VZSS), kur tiek īstenota interešu izglītības programma “Pirmsskolas džudo”, kas ir daļa no bērnu fiziskās un tikumiskās attīstības sistēmas (skat. 1.2.3. nodaļu). Programma izstrādāta, balstoties uz džudo filozofijas pamatprincipiem – enerģijas lietderīga izmantošana (*Seiryoku Zenyo*) un savstarpējā labklājība un labums visiem (*Jita-Kyoei*) –, un paredzēta 5–6 gadus vecu bērnu vispusīgai sociāli emocionālajai un kustību attīstībai.

Pētījumā piedalījās trīs pirmsskolas vecumgrupas (5–6 gadi), katrā pa 30 bērniem. Tikumu izpētei tika izmantotas psiholoģiski pedagoģiskās diagnostikas metodes, pielāgotas bērnu vecuma attīstības īpatnībām:

- R. Kaļiņinas (Калинина, 2011) “Sižetiskās bildes”,
- Dermanovas (Дерманова, 2002) “Pabeidz teikumu”,
- Košeļevas (Кошелева, 2003) “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā”.

Šīs metodes nodrošināja ticamus, salīdzināmus un vecumposmam piemērotus datus par tikumu izpausmēm kustību aktivitāšu situācijās. Papildus datiem tika izmantota autores izstrādātā novērošanas skala, ar kuras palīdzību no katras grupas tika atlasīti 12 bērni padziļinātai analīzei. Atlase notika, balstoties uz noteiktiem kritērijiem: regulāru nodarbību apmeklējumu, emocionālu stabilitāti un aktīvu iesaisti fiziskajās aktivitātēs.

Grupu struktūra pilotpētījumā:

- VZSS-1 – 5–6 gadus veci bērni ar 2 gadu pieredzi programmā “Pirmsskolas džudo”; nodarbības 3 reizes nedēļā, 45 min.
- VZSS-2 – 5–6 gadus veci bērni ar 1 gada pieredzi; nodarbības 3 reizes nedēļā, 45 min.
- VZSS-3 – 5–6 gadus veci bērni bez iepriekšējas pieredzes; nodarbības 3 reizes nedēļā, 45 min.

Grupu izvēle un džudo nodarbību (VZSS) metodiskais pamatojums ir detalizēti aprakstīts 1.2.3. nodaļā, kur sniegta arī teorētiskā argumentācija džudo filozofijas principu izmantošanai bērnu fiziskajā un tikumiskajā audzināšanā. Izvēlētā grupu struktūra nodrošināja iespēju salīdzināt bērnu tikumiskās attīstības dinamiku atkarībā no džudo nodarbību pieredzes ilguma, kā arī identificēt būtiskas atšķirības starp iesācējiem un bērniem ar vienu vai divu gadu treniņu pieredzi.

Pilotpētījumā iegūtie rezultāti kalpoja kā sākotnējais empīriskais pamats pedagoģiskās intervences posma plānošanai pirmsskolas izglītības iestādē. Šajā posmā džudo filozofijā balstīto fizisko aktivitāšu elementi tika integrēti VFAMJ nodarbībās, lai sistemātiski analizētu bērnu tikumiskās attīstības dinamiku un novērtētu pedagoģiskās ietekmes efektivitāti īsāka laika un specifisku PII organizatorisko nosacījumu ietvaros.

Emocionālās attieksmes izvērtējums pēc R. Kaļiņinas metodikas

Emocionālās attieksmes ir cieši saistītas ar pirmsskolas vecuma bērnu tikumisko attīstību, jo emocionālās reakcijas atspoguļo bērna iekšējo vērtību sistēmu un attieksmi pret citiem. R. Kaļiņinas (Калинина, 2011) psiholoģiskā testa “Sižetiskās bildes” izmantošana ļāva izvērtēt bērnu emocionālo reakciju kvalitāti situācijās, kas saistītas ar draudzību, cieņu, godīgumu un savstarpējo palīdzību. Metodikas apraksts un teorētiskais pamatojums sniegts 2.2.6. nodaļā. Pilotpētījuma rezultāti parāda skaidru tendenci: bērni ar ilgāku dalības pieredzi programmā demonstrē emocionāli stabilākas, empātiskākas un uz sadarbību vērstākas reakcijas. Grupā VZSS-1 (2 gadu pieredze) emocionāli pozitīvas reakcijas izvēlējās 74 % bērnu, grupā VZSS-2 (1 gada pieredze) – 61 %, bet VZSS-3 (iesācēji) – 46 %.

Rezultātu ticamības noteikšanai starp grupām tika izmantots Stjudenta t-tests un Pīrsona korelācijas analīze. Iegūtā korelācija ($r = 0,59$, $p < 0,05$) apliecina vidēji ciešu pozitīvu saistību starp emocionālās reakcijas intensitāti un tikumiskās uzvedības līmeni. Tas norāda, ka emocionālais komponents ir būtisks priekšnoteikums prosociālai rīcībai un tikumu attīstībai (Denham et al., 2012; Brush et al., 2022).

Analizējot četras galvenās tikumiskās kategorijas – draudzība, cieņa, palīdzība un godīgums –, konstatēts, ka bērni VZSS-1 ar divu gadu pieredzi džudo nodarbībās biežāk demonstrē emocionāli līdzsvarotas un pozitīvas reakcijas, spēj pamatot savu izvēli (“es palīdzētu, jo viņam ir grūti”, “draugi nedrīkst melot viens otram”) un pauž to arī neverbāli – mīmikā, balsī un žestos. Bērni ar viena gada pieredzi (VZSS-2) atpazīst situāciju tikumisko būtību, taču reaģē mazāk pārliecinoši, savukārt iesācēju grupā (VZSS-3) reakcijas bieži ir fragmentāras, vispārinātas vai nepietiekami argumentētas, kas norāda uz tikumu emocionālās komponentes nepilnīgu izpratni. Iegūtie rezultāti apliecina, ka ilgstoša dalība struktūrētās fiziskajās aktivitātēs, kas balstītas džudo filozofijas principos, sekmē emocionālās empātijas, līdzsvarotas uzvedības un sociālās atbildības attīstību.

Kaļiņinas metodika īpaši uzsver emocionālā faktora lomu tikumiskās uzvedības veidošanās procesā. Šī pieeja saskan ar *Piaget* (2003) skatījumu par sociālās mijiedarbības nozīmi vērtību sistēmas un tikumu apgūvē, kur empātija, līdzdalība un pašregulācija veidojas tiešā sociālajā pieredzē. Džudo nodarbībās izmantotie pedagoģiskie principi – partnera cieņa, sadarbība, paškontrolē un noteikumu ievērošana – nodrošina vidi, kur emocionālā līdzdalība dabiski pārvēršas prosociālā rīcībā. Šī vide bērnam ļauj praktiski pieredzēt un nostiprināt tādas tikumiskās īpašības kā savaldība, godīgums, palīdzība un savstarpēja cieņa, jo katra mijiedarbība pāros prasa emocionālo pašregulāciju un spēju ņemt vērā partnera vajadzības.

Apkopojot var secināt, ka emocionālā komponente ir organiska tikumiskās uzvedības sastāvdaļa un sistemātiskas džudo nodarbības sporta skolā sniedz būtisku ieguldījumu bērna emocionālās inteliģences un sociālās līdzdalības attīstībā.

Tikumiskās izpratnes diagnostika pēc I. Dermanovas metodikas

Lai novērtētu bērnu tikumiskās izpratnes līmeni, pētījumā tika izmantota I. Dermanovas (Дерманова, 2002) metodika “Pabeidz teikumu”, kas pielāgota pirmsskolas vecuma bērnu izziņas un emocionālajām spējām. Metode ļauj noteikt bērna spēju atpazīt tikumiski nozīmīgas situācijas, pieņemt lēmumus un paust vērtējošu attieksmi pret rīcību. Teorētiskais pamatojums sniegts 2.2.6. nodaļā.

Individuālajās pārrunās katrs bērns risināja četrus sižetiskus morālos stāstus, kas atspoguļoja ikdienas situācijas palīdzību, godīgumu, cieņu un draudzību. Pēc stāsta bērnam tika lūgts pabeigt teikumu un pamatot savu izvēli. Atbildes tika vērtētas trijos līmeņos:

- 1 punkts – zems (egoistisks, izvairīgs vai noraidošs skatījums);
- 2 punkti – vidējs (daļēji pozitīva reakcija, nepilnīga empātija);
- 3 punkti – augsts (sociāli un tikumiski pozitīva rīcība ar empātijas un sadarbības pazīmēm).

Rezultāti parāda, ka bērni ar ilgāku pieredzi džudo nodarbībās būtiski biežāk demonstrēja augsta līmeņa tikumisko izpratni. Grupā VZSS-1 (2 gadu pieredze) augstu līmeni uzrādīja 68 % bērnu, grupā VZSS-2 (1 gada pieredze) – 54 %, bet iesācēju grupā VZSS-3 – tikai 39 %.

Vidējie vērtējumi pēc kategorijām parādīja līdzīgu tendenci:

- godīgums – 2,76,
- draudzība – 2,69,
- cieņa – 2,55,
- savstarpējā palīdzība – 2,47.

Atšķirības starp grupām bija statistiski nozīmīgas ($p < 0,05$). Papildu analizēšanai tika izmantots t-tests un Vilksona tests, kas apstiprināja būtisku progresu bērniem ar lielāku džudo nodarbībās pieredzi. Efekta lielumi (*Cohen's d* = 0,65–0,81) norāda uz vidēju līdz lielu pedagoģiskās ietekmes apmēru.

Datu analīze liecina, ka bērni ar ilgāku pieredzi:

- labāk identificēja morāli nozīmīgas situācijas,
- spēja argumentēt savu izvēli,
- izprata rīcības sekas,
- lietoja precīzākus tikumiskos jēdzienus (“nedrīkst smieties, ja kāds nokrīt”, “nedrīkst melot, pat ja baidies”),
- demonstrēja skaidru integrāciju starp emocionālo un kognitīvo komponenti.

Šie rezultāti atbilst Vigotska (Выготский, 2010) atziņai par valodas un sociālās mijiedarbības lomu morālās domāšanas attīstībā, kā arī Piaget (1932) un Kohlberg (1994) morālās attīstības teorijām, kurās uzsvērtā pieredzes un ētisko situāciju nozīme.

Džudo nodarbību vide, kas balstīta džudo filozofijas principos – enerģijas lietderīga izmantošana (*Seiryoku Zenyo*) un savstarpēja labklājība (*Jita-Kyoei*) –, nodrošina iespēju praktiski piedzīvot tikumiskas izvēles, trenējot sadarbību, pašsavaldību un atbildību.

Apkopojot rezultātus, var secināt, ka Dermanovas metodika pārlicinoši demonstrē VZSS džudo nodarbību nozīmīgo ieguldījumu bērnu tikumiskās izpratnes attīstībā. Džudo nodarbībās veidotā vide un tajās izmantotie sadarbības, pašsavaldības un cieņas principi sekmē bērnu spēju izprast morālās vērtības, saistīt tās ar konkrētu rīcību un attīstīt sociāli atbildīgu attieksmi. Iegūtie dati kalpoja kā teorētisks un praktisks pamats turpmākai tikumiskās audzināšanas satura pilnveidei un kā pamatojums tā iespējai integrēt šos principus pirmsskolas izglītības iestāžu vidē. Detalizētie atbilžu piemēri un sadalījuma dati pievienoti 17.–20. pielikumā.

Savstarpējās palīdzības un līdzdalības izvērtējums pēc A. Košeļevas metodikas

Bērnu savstarpējās palīdzības un līdzdalības līmeņa noteikšanai pētījumā tika izmantota A. Košeļevas (Кошелева, 2003) diagnostikas metodika “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā”. Šī metode ļauj analizēt bērnu gatavību sadarboties, piedāvāt palīdzību, kā arī reaģēt uz citu vajadzībām grupas vai pāru aktivitātēs. Metodes teorētiskais pamatojums un pielāgojums pētījumam sniegts 2.2.6. nodaļā.

Katram bērnam tika piedāvāti situāciju uzdevumi, kas modelēja dažādas kopīgas darbības epizodes, piemēram, rotaļu ar bumbu, līdzsvara vingrinājumus pāros vai inventāra pārvietošanu. Pedagoģi novēroja, kā bērni reaģē situācijās, kad partnerim nepieciešama palīdzība, un kā viņi piedāvā atbalstu bez tiešas pieprasīšanas. Tika vērtēta gan bērna iniciatīva, gan emocionālā attieksme pret partneri. Analīze parādīja, ka bērni ar lielāku pieredzi džudo nodarbībās biežāk demonstrēja spontānu palīdzības sniegšanu, cieņpilnu sadarbību un spēju koordinēt darbības kopīgā mērķa sasniegšanai. Grupā VZSS-1 (2 gadu pieredze) savstarpējās palīdzības koeficients bija 73 % un palīdzības sniegšanas līmenis 87 %, VZSS-2 (1 gada pieredze) grupā attiecīgi 67 % un 79 %, bet VZSS-3 (iesācēju) grupā – 63 % un 72 %. Statistiskā analīze (Stjudenta t-tests un Spīrmena korelācijas koeficients $r = 0,58$, $p < 0,05$) apstiprināja pozitīvu korelāciju starp palīdzības biežumu un bērnu līdzdalības līmeni. Rezultāti liecina, ka džudo nodarbībās izmantotās pāru un grupu aktivitātes, kas balstītas džudo filozofijas principos, sekmē bērnu prosociālās uzvedības izpausmes. Detalizētie rezultāti, kuros salīdzināti visu trīs grupu vidējie rādītāji, apkopoti 21. pielikumā. Dati parāda, ka grupā ar

ilgāku pieredzi bērni biežāk piedāvā palīdzību un uzņemas iniciatīvu, kamēr iesācēji vairāk gaida pedagoga norādījumus. Šāda atšķirība norāda uz pieredzes nozīmi tikumisko īpašību nostiprināšanā praktiskās darbībās. Pētījuma gaitā tika novērots, ka bērni ar divu gadu pieredzi džudo nodarbībās palīdz citiem ne tikai tad, kad tiek lūgts, bet arī paši spēj atpazīt situācijas, kur partnerim vai grupas biedram nepieciešams atbalsts. Viņi izmanto verbālus izteikumus (“palīdzēšu tev”, “pagaidi, es paturēšu”), kā arī neverbālus žestus – roku sniegšanu, atbalstu, skatiena kontaktu. Šāda uzvedība liecina par empātijas un sociālās atbildības nostiprināšanos. Novērojumu laikā tika konstatēts, ka džudo nodarbību specifika – pāru līdzsvara uzdevumi, komandu spēles un fiziskās aktivitātes, kas balstītas uz sadarbību un savstarpēju atbalstu, – rada dabiskas situācijas, kurās bērni attīsta palīdzības, cieņpilnas sadarbības un sociālās mijiedarbības prasmes. Šādas situācijas ir raksturīgas džudo treniņu procesam, jo katrā uzdevumā nepieciešama partnera klātbūtne, savstarpēja uzticēšanās, kontrolēta kustība un noteikumu ievērošana, kas kopā veicina tikumisko īpašību attīstību.

Piemēram, vingrinājumā ar fitbolu, kur viens bērns palīdz partnerim saglabāt līdzsvaru, veidojas tieša pieredze uzticēšanās, savaldības un cieņas izpausmēs. Šī prakse saskan ar džudo filozofijas principu savstarpējā labklājība un kopīgs labums (*Jita-Kyoei*), kas uzsver, ka cilvēka pilnveide notiek caur sadarbību un atbildību pret citiem. Bērnu darbības novērojumos šis princips izpaudās kā vēlme ne tikai gūt panākumus, bet arī palīdzēt partnerim sasniegt kopīgu rezultātu. Lai padziļināti analizētu savstarpējās palīdzības dinamiku, tika aprēķināti vidējie vērtējumi un standartnovirzes. Atšķirības starp grupām bija statistiski nozīmīgas ($p < 0,05$). Rezultāti atspoguļo skaidru pozitīvu tendenci – jo ilgāk bērni iesaistās džudo nodarbībās, jo augstāka ir viņu gatavība sadarboties un palīdzēt citiem. Savstarpējās palīdzības un līdzdalības rādītāju pieaugums interpretējams kā tikumiskās pieredzes rezultāts, kas tiek apgūta caur kustību aktivitātēm un sociālo mijiedarbību. Dati apstiprina, ka bērnu tikumiskā attīstība pirmsskolā nav spontāna, bet atkarīga no mērķtiecīgas pedagoģiskās vadības.

A. Košeļevas (Кошелева, 2003) metodika džudo nodarbību kontekstā ļāva konstatēt, ka fiziskās aktivitātes, kas veidotas ar sadarbības elementiem, būtiski veicina ne tikai kustību koordināciju, bet arī bērnu tikumisko vērtību izpausmi. Bērni mācās piedāvāt palīdzību, respektēt partnera vajadzības un uzturēt pozitīvu komunikāciju grupā.

Iegūtie rezultāti empīriski apstiprina, ka VZSS džudo nodarbībās, kurās sistemātiski tiek praktizēti pāru un grupu vingrinājumi, būtiski tiek sekmēta draudzības, cieņas, savstarpējās palīdzības un līdzdalības tikumu attīstība. Džudo treniņu saturs, kas balstās uz sadarbību, partnerdarbu un kontrolētām mijiedarbības situācijām, nodrošina bērniem praktisku pieredzi sociāli emocionālajā un tikumiskajā uzvedībā. Šī pieredze kļūva par būtisku pamatu nākamā posma – pedagoģiskās aprobācijas – izstrādei pirmsskolas izglītības iestādēs (skat. 21. pielikumu).

Bērnu uzvedības novērtējums ar novērošanas skalas metodi

Bērnu tikumiskās uzvedības izvērtējumā tika izmantota autores izstrādātā novērošanas skalas metode TINS (Tikumu izvērtēšanas novērošanas skala), kas balstīta uz pirmsskolas vecumposmam atbilstošiem uzvedības indikatoriem un starptautiski atzītiem sociāli emocionālās attīstības kritērijiem (Denham u. c., 2012; Thompson, 2018; Brush u. c., 2022). Metodes procedūra un vērtēšanas sistēma detalizēti aprakstīta 2.2.5. nodaļā (apakšnodaļā “Novērošana”); šeit sniegta empīrisku rezultātu analīze VZSS džudo nodarbību kontekstā.

Novērtējumā iekļauti 26 indikatori, kas strukturēti 11 kritērijos un apvienoti 4 tikumos: draudzība, cieņa, godīgums, līdzdalība. Rādītāji normalizēti divpakāpju *min–max* pieejā un pārvērsti skalā 0–1 (skat. 22. pielikumu). Katram tikumam aprēķinātas mediānas un interkvartīļu amplitūdas (Q1–Q3). Salīdzinošai analīzei izmantots neparametriskais Kruskala–Volisa (H) tests ar Bonferoni pielāgotiem pēcsalīdzinājumiem; praktiskās nozīmības novērtēšanai – *Cohen f* (kopējais efekts) un *Cohen r* (pāru salīdzinājumi). Grupas (n = 12): VZSS-1 (2 gadu pieredze), VZSS-2 (1 gada pieredze), VZSS-3 (bez pieredzes). Aprakstošā statistika (mediānas, Q1–Q3) redzama 3.1. tabulā.

3.1. tabula

Tikumu novērtējuma aprakstošie rādītāji (autores metodika)

Grupa	Tikums	Mediāna	Q1–Q3
VZSS 2 gadi (n = 12)	Draudzība	0,802	0,427–1,000
	Cieņa	1,000	0,903–1,000
	Godīgums	1,000	0,917–1,000
	Līdzdalība	1,000	1,000–1,000
VZSS 1 gads (n = 12)	Draudzība	0,688	0,396–0,922
	Cieņa	0,972	0,792–1,000
	Godīgums	0,972	0,667–1,000
	Līdzdalība	1,000	0,813–1,000
VZSS bez pieredzes (n = 12)	Draudzība	0,260	0,109–0,734
	Cieņa	0,292	0,083–0,632
	Godīgums	0,083	0,000–0,493
	Līdzdalība	0,375	0,000–0,500

No 3.1. tabulas redzama konsekventa pieauguma tendence visos tikumos no iesācēju grupas līdz divu gadu pieredzes grupai. Īpaši augstas mediānas ir tikuma godīgums un līdzdalība grupā ar 2 gadu pieredzi (1,000), kas interpretējamas kā stabilizējušās tikumiskās uzvedības pazīme strukturēta pedagoģiskā procesa ietekmē.

Lai pārbaudītu atšķirības starp trim neatkarīgām grupām, izmantots Kruskala–Volisa H tests (precīzā nozīmība mazās izlases dēļ), pēc tam veikti pēcsalīdzinājumi ar Bonferoni. Vizualizācijai ieteicams izmantot kastiņu–diapazonu diagrammas katram tikumam atsevišķi.

Rezultāti konsekventi parāda, ka ilgstoša dalība džudo nodarbībās ir saistīta ar augstākiem tikumiskās uzvedības rādītājiem (īpaši godīgumā un līdzdalībā), kas atbilst iepriekš konstatētajam par sociāli emocionālās mācīšanās ieguvumiem strukturētās, kooperatīvās fiziskās aktivitātēs (Denham u. c., 2012; Thompson, 2018; Brush u. c., 2022). Uzvedības stabilizāciju un augstāku tikumiskās rīcības noturību var skaidrot ar regulāru sadarbības situāciju un noteikumu ievērošanas praksi, kā arī partnerdarba (pāru vingrinājumu) raksturu, kas īpaši stimulē empātiju, savaldību un atbildību.

Draudzība

$H(2) = 5,961$; $p = 0,051$; *Cohen* $f = 0,453$ (liels efekts). Pēc salīdzinājumos konstatēta nozīmīga atšķirība starp iesācējiem un 2 gadu pieredzes grupu ($Z = 2,413$; $p = 0,047$; $r = 0,493$), kas norāda uz vidēju efektu. Atšķirības starp iesācējiem un 1 gada pieredzes grupu, kā arī starp 1 un 2 gadiem nav statistiski nozīmīgas. 2 gadu pieredze būtiski saistās ar augstāku draudzības izpausmju līmeni; 1 gada grupa ieņem starppozīciju (detālas skat. 1. pielikumā).

Cieņa

$H(2) = 13,612$; $p = 0,001$; *Cohen* $f = 0,798$ (liels efekts). Pēc salīdzinājumos: iesācēji vs 1 gads ($Z = 2,668$; $p = 0,023$; $r = 0,545$), iesācēji vs 2 gadi ($Z = 3,541$; $p = 0,001$; $r = 0,723$). Atšķirības starp 1 un 2 gadu grupām nav statistiski nozīmīgas. Cieņas tikums ir būtiski augstāks abās pieredzes grupās salīdzinājumā ar iesācējiem; starp 1 un 2 gadiem – griestu efekts (detālas skat. 2. pielikumā).

Godīgums

$H(2) = 19,097$; $p < 0,001$; *Cohen* $f = 1,096$ (ļoti liels efekts). Iesācēji vs 1 gads ($Z = 3,143$; $p = 0,005$; $r = 0,642$), iesācēji vs 2 gadi ($Z = 4,201$; $p < 0,001$; $r = 0,858$). Starp 1 un 2 gadiem atšķirības nav nozīmīgas. Godīguma tikums visizteiktāk diferencē grupas; 2 gadu pieredze saistīta ar visaugstāko rādītāju (detālas skat. 3. pielikumā).

Līdzdalība

$H(2) = 20,959$; $p < 0,001$; *Cohen* f – liels efekts. Iesācēji vs 1 gads ($Z = 3,516$; $p = 0,001$; $r = 0,718$), iesācēji vs 2 gadi ($Z = 4,297$; $p < 0,001$; $r = 0,877$). Starp 1 un 2 gadiem – nošķiršanās nav statistiski nozīmīga (griestu efekts). Abās pieredzes grupās līdzdalības līmenis ir būtiski augstāks nekā iesācējiem; starp 1 un 2 gadiem atšķirības izlīdzinās (detālas skat. 23. pielikumā).

Kopumā dati konsekventi liecina:

- Bērni ar vienu un divu gadu pieredzi VZSS džudo nodarbībās uzrāda augstākus tikumiskās uzvedības rādītājus nekā iesācēji, un visās četrās tikumu kategorijās iesācēju grupa demonstrē viszemākos rezultātus.

- Visizteiktākās atšķirības starp grupām konstatētas tikumā godīgums un līdzdalība, kur abās pieredzes grupās rādītāji ir statistiski nozīmīgi augstāki nekā iesācējiem.
- Draudzības rādītājos būtiska atšķirība konstatēta tikai starp iesācējiem un divu gadu pieredzes grupu, savukārt 1 gada pieredzes grupa ieņem starppozīciju bez statistiski nozīmīgas atšķirības no pārējām.
- Cieņas rādītāji ir būtiski augstāki abās pieredzes grupās salīdzinājumā ar iesācējiem, bet starp 1 gada un 2 gadu pieredzes grupām atšķirības nav statistiski nozīmīgas (iespējams griestu efekts).
- Starp pieredzes grupām (1 gads un 2 gadi) stabilizējas vairāki tikumu rādītāji, kas norāda, ka pēc noteikta aktivitāšu perioda tikumiskās izpausmes sasniedz vienmērīgu attīstības līmeni.

Šie rezultāti saskan ar starptautiskajos pētījumos konstatēto par sociāli emocionālās mācīšanās ieguvumiem kooperatīvās, strukturētās fiziskajās aktivitātēs, taču šajā pētījumā tie īpaši attiecas uz džudo nodarbībām interešu izglītības iestādē (VZSS), kurās sadarbības, savaldības un partnerdarba elementi tiek īstenoti sistemātiski (Denham u. c., 2012; Thompson, 2018; Brush u. c., 2022). VZSS nodarbību pieredze parādīja, ka džudo filozofijā balstīta pedagoģiskā pieeja sekmē bērnu sociāli emocionālo un tikumisko attīstību, tādējādi veidojot teorētisko un empīrisko pamatu turpmākajam pedagoģiskās intervences posmam pirmsskolas izglītībā.

3.2. Ekspertu viedokļu izvērtējums par DFBFA tikumu audzināšanas satura izstrādes nepieciešamību

Ekspertu diskusijas un to sniegtais vērtējums bija nozīmīgs posms DFBFA tikumu audzināšanas satura izstrādes procesā. Lai izstrādātais saturs būtu pedagogiem izmantojams un piemērots dažādām izglītības vidēm, bija nepieciešams laiks tā pielāgošanai 5–6 gadus vecu bērnu grupām PII.

Jāņem vērā, ka PII VFAMJ nodarbības ilgst tikai 25 minūtes un notiek divas reizes nedēļā, savukārt VZSS interešu izglītības nodarbības ilgst 45 minūtes un notiek 2–3 reizes nedēļā. Tāpēc bija būtiski pārdomāt, kā strukturēt nodarbību saturu tā, lai fiziskās aktivitātes ar džudo elementiem būtu iespējams īstenot gandrīz divkārt īsākā nodarbību laikā, nezaudējot to pedagoģisko un tikumisko nozīmību.

Ekspertu viedokļu izvērtējums par DFBFA modeļa nepieciešamību

Eksperti vienprātīgi atzina, ka DFBFA modelis ir nepieciešams un pedagoģiski pamatots tikumu audzināšanas pilnveidei 5–6 gadus vecu bērnu izglītībā. Lai izvērtētu modeļa praktisko izmantojamību un ieviešanas iespējas, tika apzināti pirmsskolas un interešu izglītības

sporta pedagogi un treneri ar pieredzi darbā šajā vecumposmā. Sākotnēji vairāki PII sporta pedagogi atturējās iesaistīties jaunā satura aprobācijā, jo “Skola 2030” reformas ieviešana jau prasīja ievērojamu metodisko pielāgošanos. Jaunais saturs tika uztverts kā papildu slodze. Tomēr 252. Rīgas PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas pedagogs piekrita sadarboties un saskaņoja savu darbu ar promocijas darba autori. Tas nodrošināja iespēju veikt pedagoģisko intervenci divās 5–6 gadus vecu bērnu grupās un praktiski aprobēt DFBFA tikumu audzināšanas saturu, pielāgojot to PII nodarbību specifikai un īsajam nodarbību laikam (25 minūtes).

Ekspertu viedokļi par DFBFA kritēriju un rādītāju izstrādi parādīja, ka vienota novērtēšanas sistēma ir būtiski nepieciešama, lai objektīvi un konsekventi noteiktu bērnu tikumisko īpašību izpausmes kustību aktivitātēs. Treneri ar IJF pieredzi uzsvēra, ka džudo filozofija jau tradicionāli ietver sadarbību, savaldību un cieņu, tāpēc kritēriju un rādītāju operacionalizācija pirmsskolas vidē ir loģiska un pedagoģiski pamatota. PII sporta pedagogi atzina, ka skaidri definēti rādītāji atvieglo novērošanu un palīdz saskatīt bērnu tikumisko reakciju dinamiku vairāku nedēļu griezumā. Divi PII grupu pedagogi norādīja, ka rādītāju izmantošanai būtu nepieciešams papildu metodiskais atbalsts, jo viņiem trūka priekšzināšanu par džudo filozofiju. Eksperti uzsvēra arī DFBFA vingrinājumu kopuma izstrādes nozīmību, jo līdz šim pirmsskolas praksē trūka mērķtiecīga metodiskā materiāla, kas saistītu kustību aktivitātes ar tikumu audzināšanu. Treneri norādīja, ka džudo filozofijas elementi – sadarbība, noteikumu ievērošana, drošs kontakts un cieņa pret partneri – dabiski veido vidi tikumu attīstībai. PII sporta pedagogi akcentēja, ka vingrinājumu kopums palīdzētu strukturēt nodarbību saturu un nodrošinātu konsekveni starp dažādiem pedagogiem.

Aptaujā tika aicināti piedalīties trīs SDF B kategorijas un 2. līmeņa treneri, trīs PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas sporta pedagogi un trīs PII grupu pedagogi ar augstāko izglītību. Aptaujas rezultāti apkopoti 3.2. tabulā, kur redzami gan jautājumi, gan katra respondenta individuālie vērtējumi.

Ekspertu viedokļi par DFBFA nepieciešamību bērnu tikumu audzināšanā

Nr.	Jautājumi	Pedagogi			Sporta pedagogi			Treneri		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Vai Jūs piekrītat apgalvojumam, ka saskaņā ar džudo filozofiju labie darbi, cieņa, disciplīna un sadarbība ir būtiski mācību telpā PII un ikdienā?	1	2	4	3	4	4	4	4	4
2.	Jūsu ieskatā, džudo ir ieguvumi veselībai un izglītībai?	2	2	4	4	4	4	4	4	4
3.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka džudo ir ne tikai fiziski izglītojoša, bet arī ietekmē visu iesaistīto personu attīstības aspektus (fiziskos, psiholoģiskos un sociālos)?	1	2	4	3	4	4	4	4	4
4.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka bērnu audzināšanu ietekmē pedagoga piemērs (viņa uzvedība, kompetence)?	3	3	4	4	4	4	4	4	4
5.	Vai piekrītat, ka pedagoga paraugs ietekmē bērnu tikumu attīstību?	3	3	4	4	4	4	4	4	4
6.	Vai piekrītat, ka svarīga ir sistēmiska pieeja bērnu tikumu audzināšanā?	3	3	4	4	4	4	4	4	4

1 punkts – Nē

2 punkti – Nezinu

3 punkti – Iespējams (reizēm)

4 punkti – Jā

Seši no deviņiem ekspertiem piešķīra maksimālo vērtējumu (4 punkti) visiem jautājumiem, norādot uz pilnīgu DFBFA modeļa un tikumu audzināšanas satura atbalstu. Viens PII pedagogs sniedza augstus vērtējumus, pamatojot to ar zināšanām par džudo filozofiju un pieredzi savā grupā, kur pēc bērna dalības DFBFA bija vērojams progress tikumisko īpašību izpausmēs. Viena PII sporta pedagoģe sniedza 3 punktu vērtējumu divos jautājumos, paužot piesardzību par džudo filozofijas tiešo ietekmi uz disciplinētību PII. Divi PII grupu pedagogi sniedza zemākus vērtējumus, kas galvenokārt skaidrojams ar nepietiekamām zināšanām par džudo sporta veidu un tā pedagoģisko specifiku.

Kopumā ekspertu aptauja apliecina, ka DFBFA modelis, tā kritēriji un vingrinājumu kopums ir pedagoģiski nepieciešami un praktiski lietojami, nodrošinot mērķtiecīgu tikumu audzināšanu gan interešu izglītības, gan pirmsskolas vidē. Eksperti norādīja arī uz metodiskā atbalsta nozīmi, lai pedagogi, kuri nav strādājuši ar džudo filozofiju, varētu droši un kvalitatīvi īstenot DFBFA.

3.3. Bērnu tikumu sākotnējā līmeņa diagnostika PII (pirms pedagoģiskās intervences): metodes un rezultāti

Lai nodrošinātu pedagoģiski pamatotu DFBFA satura ieviešanu pirmsskolas izglītības iestādē un izvērtētu intervences potenciālo efektivitāti, bija būtiski noteikt bērnu sākotnējo tikumu līmeni pirms programmas īstenošanas. Šim nolūkam 252. Rīgas PII sadarbībā ar iestādes vadību un ar vecāku rakstisku piekrišanu tika veikta bērnu tikumiskās uzvedības izpēte.

Kopumā tika testēti un novēroti 24 bērni (5–6 gadi), izmantojot trīs psiholoģiski pedagoģiskās diagnostikas metodes un autores izstrādāto Tikumu izvērtēšanas novērošanas skalu. Novērtēšanā tika ņemti vērā bērnu vecums, dzimums un regulārs nodarbību apmeklējums, kas nodrošināja datu ticamību un salīdzināmību.

Pamatojoties uz iegūtajiem rezultātiem, tālākai pedagoģiskajai analīzei tika atlasīti 24 bērni – pa 12 bērniem katrā grupā. Šīs grupas tika izveidotas līdzvērtīgas pēc vecuma, dzimuma proporcijas un uzvedības sākotnējā līmeņa, lai nodrošinātu objektīvu un metodoloģiski korektu salīdzinājumu turpmākajā pedagoģiskās intervences posmā.

Šajā nodaļā apkopota bērnu sākotnējā tikumu līmeņa diagnostika un tās rezultāti, kas kalpo kā atskaites punkts intervences efektivitātes izvērtēšanai. Lai nodrošinātu vispusīgu un pedagoģiski pamatotu bērnu tikumu sākotnējā līmeņa izvērtējumu, tika izmantotas vairākas diagnostikas metodes, kas ļauj analizēt bērna emocionālo attieksmi, izpratni par vērtībām un uzvedības izpausmes sociālās mijiedarbības situācijās. Šāda daudzdimensionāla pieeja nodrošina pietiekamu datu dziļumu un atbilst pirmsskolas vecuma bērnu attīstības īpatnībām.

Izmantotās novērtēšanas metodes

Lai padziļināti izvērtētu 5–6 gadus vecu bērnu tikumu izpausmes un to sākotnējo attīstības līmeni pirms pedagoģiskās intervences, pētījumā tika izmantotas trīs savstarpēji papildinošas psiholoģiski pedagoģiskās novērtēšanas metodes, kas aptver emocionālo, kognitīvo un praktiskās uzvedības līmeni:

- R. Kaļiņinas metode (Калинина, 2011) “Sižetiskās bildes” – bērnu emocionālās attieksmes, empātijas un sociālo reakciju izpētei attiecībā ar vienaudžiem.
- Dermanovas metode (Дерманова, 2002) “Pabeidz teikumu” – bērnu tikumiskās izpratnes, vērtību atpazīšanas un morālās spriešanas diagnostikai.
- Košeļevas metode (Кошелева, 2003) “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā” – bērnu līdzdalības, sadarbības prasmju un savstarpējās palīdzības izpausmju novērtēšanai reālas darbības situācijās.

Papildus šīm metodēm bērnu rīcība tika vērtēta arī ar autores izstrādāto TINS, kas balstīta uz pirmsskolas vecumam piemērotiem uzvedības indikatoriem un kritērijiem un ir aprakstīta 2.2.5. nodaļā.

Visu metožu mērķis bija noteikt un salīdzināt bērnu tikumu – draudzības, cieņas, godīguma un līdzdalības – izpratnes un praktiskās izpausmes līmeni DFBFA satura ietekmē, analizējot datus pamatgrupā (PG PII-4) un salīdzinošajā grupā (SG PII-5).

Datu apstrādē tika izmantotas aprakstošās statistikas metodes un Pīrsona korelācijas aprēķini, lai noteiktu sakarības starp tikumiskās uzvedības komponentēm (skat. 23.–28. pielikumu).

Emocionālās attieksmes izvērtējums (pēc R. Kaļiņinas metodikas)

DFBFA aprobācijas posmā tika veikta 5–6 gadus vecu bērnu emocionālās attieksmes pret tikumiskām situācijām analīze, izmantojot R. Kaļiņinas (Калинина, 2011) metodiku “Sižetiskās bildes”. Šīs metodikas mērķis bija noteikt, kā bērni emocionāli reaģē uz situācijām, kas saistītas ar draudzību, cieņu, godīgumu un līdzdalību, un kā šīs reakcijas mainās pēc DFBFA vingrinājumu kopuma ieviešanas pirmsskolas nodarbībās.

Metodika tika pielāgota pētījuma vajadzībām, izmantojot sižetiskus attēlus ar bērniem saprotamām sociālām situācijām, kas saistītas ar sadarbību, palīdzību, dalīšanos un noteikumu ievērošanu. Katram bērnam tika individuāli demonstrēti attēli, un viņš tika aicināts izvēlēties reakciju, kas, viņaprāt, atbilst pareizai rīcībai. Papildus tika fiksēta emocionālā izpausme – sejas izteiksme, balss intonācija un komentāru saturs.

Rezultātu salīdzinājums starp PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) un SG PII-5 grupu (DFBFA 1 reizi nedēļā) parādīja pozitīvu dinamiku emocionālās līdzdalības un empātijas attīstībā. Pamatgrupas bērni biežāk izvēlējās situācijas, kurās izpaužas sadarbība, draudzīga palīdzība un cieņa pret vienaudžiem, kā arī spēja argumentēt savu izvēli. Viņu emocionālās reakcijas kļuva noturīgākas un sociāli pozitīvākas (“Es viņam palīdzētu, jo viņš nokrita”, “Es dalītos, jo tā ir godīgi”). Savukārt salīdzinošās grupas bērniem emocionālās reakcijas pārsvarā bija neitrālas un tika novērots, ka viņi retāk verbalizēja rīcības iemeslus. Tas norāda, ka sistemātiska DFBFA nodarbību apmeklēšana ar mērķtiecīgu pedagoģisku vadību veicina emocionālās inteliģences un tikumiskās izpratnes attīstību. Kvantitatīvā analīze apliecināja būtiskas atšķirības starp grupām: pamatgrupas bērniem tika konstatēts augstāks pozitīvo emocionālo reakciju īpatsvars (vidēji 72 %), salīdzinot ar salīdzinošo grupu (52 %). Šīs atšķirības bija statistiski nozīmīgas ($p < 0,05$). Detalizētie rezultāti un grafiskie attēli ietverti 29. pielikumā. Kaļiņinas metodikas rezultāti arī apstiprina, ka emocionālās attieksmes veidošanās bērnībā cieši saistīta ar fizisko aktivitāšu sociālo saturu. DFBFA nodarbības, kurās bērni darbojas pāros vai grupās, veicina pozitīvu emocionālo klimatu, savaldību un spēju izrādīt empātiju. Šāda pedagoģiskā pieeja saskan ar *Denham et al. (2012)* un *Brush et al. (2022)* atziņām, ka emocionālā iesaiste ir būtisks priekšnoteikums tikumiskās uzvedības attīstībai pirmsskolas vecumā.

Tādējādi var secināt, ka DFBFA aprobācija veicināja bērnu emocionālās līdzdalības, empātijas un savstarpējās cieņas attīstību, kas apliecina šīs pieejas pedagoģisko potenciālu tikumu audzināšanā kustību aktivitāšu vidē.

Tikumiskās izpratnes diagnostika pēc I. Dermanovas metodikas

Lai padziļināti analizētu bērnu tikumisko īpašību izpratni un to sasaisti ar reālām uzvedības situācijām, aprobācijas posmā tika izmantota I. Dermanovas (Дерманова, 2002) diagnostikas metode “Pabeidz teikumu”. Šīs metodikas mērķis bija noteikt, kā bērni verbalizē savus priekšstatus par tikumiem – draudzību, cieņu, godīgumu un līdzdalību – un kā šie priekšstati mainās DFBFA pieejas īstenošanas gaitā pirmsskolas izglītības iestādē.

Metode tika pielāgota bērnu vecumposmam, izmantojot īsas, bērniem saprotamas situācijas un teikumu sākumus, kuros tika iekļauti sociālie un tikumiskie konteksti (piemēram: “Ja draugs nokrita...”, “Ja es redzu, ka kāds krāpjas...”, “Kad mēs spēlējamies kopā...”). Bērnam bija jāpapildina teikums ar savu atbildi, kas atspoguļoja viņa iekšējo priekšstatu un vērtējumu.

Analīzes gaitā tika ņemts vērā gan atbilžu saturs, gan valodas emocionālā iekrāsa un pamatojuma spēja. Rezultāti tika vērtēti trijos līmeņos:

1. līmenis – virspusēja vai egoistiska reakcija bez empātijas elementiem;
2. līmenis – situatīvi pareiza rīcība ar daļēju izpratni par tikumu nozīmi;
3. līmenis – argumentēta, uz sadarbību un godīgumu vērsta atbilde ar empātisku komponenti.

Salīdzinot abas grupas, tika konstatēts, ka PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) bērniem dominēja 2. un 3. līmeņa atbildes (kopā 78 %), savukārt SG PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā) vairāk bija 1. līmeņa atbilžu (47 %). Šie rādītāji norāda, ka sistemātiska un pedagoģiski strukturēta fiziskā aktivitāte ar džudo filozofijas elementiem veicina domāšanas dziļumu, tikumisko spriedumu veidošanos un spēju analizēt rīcības sekas. Aprobācijas beigās bērni spēja precīzāk nošķirt tikumisku un netikumisku rīcību, lietojot jēdzienus “palīdzēt”, “gaidīt savu kārtu”, “teikt taisnību”, “spēlēt kopā”. Šīs izmaiņas liecina par pozitīvu tikumiskās domāšanas dinamiku, kas cieši saistīta ar emocionālās inteliģences attīstību (Thompson, 2018). Kvalitatīvā analīze parādīja, ka bērni, kuri aktīvi iesaistījās DFBFA pāru vingrinājumos un spēlēs ar noteikumu ievērošanu, spēja izmantot savas pieredzes piemērus atbildēs, tādējādi saistot pieredzēto kustību situāciju ar ētisku spriedumu. Šī parādība apstiprina, ka praktiska pieredze, kas saistīta ar sadarbību un atbildību, veido pamatu tikumu izpratnei.

Tādējādi I. Dermanovas metodikas rezultāti apliecina, ka DFBFA ne tikai attīsta bērnu fiziskās prasmes, bet arī veicina kognitīvo un ētisko izpratni par tikumiem, stiprinot bērnu spēju reflektēt savu rīcību sociālajā kontekstā. Detalizētie atbilžu piemēri un sadalījuma dati pievienoti 30. pielikumā.

Savstarpējās palīdzības un līdzdalības izvērtējums pēc A. Košeļevas metodikas

Lai novērtētu bērnu spēju sadarboties, palīdzēt un uzņemties atbildību kopīgā darbībā, DFBFA aprobācijas laikā tika izmantota A. Košeļevas (Кошелева, 2003) diagnostikas metode “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā”. Šīs metodes mērķis bija noteikt bērnu praktisko tikumu izpausmes – cik bieži un kādā veidā viņi piedāvā vai sniedz palīdzību vienaudžiem kustību uzdevumu izpildes laikā, kā arī cik aktīvi iesaistās kopīgā darbībā.

Pētījuma procesā katram bērnam tika piedāvāti situāciju uzdevumi, kas prasīja sadarboties ar pārinieku vai grupu. Tika vērtēta gan iniciatīva palīdzēt, gan spēja reaģēt uz cita vajadzībām un saglabāt līdzdalību uzdevuma laikā. Novērojumi tika veikti, izmantojot autores izstrādāto novērošanas skalu, kur fiksētas bērnu uzvedības pazīmes – verbālā palīdzības piedāvāšana, fizisks atbalsts, emocionāla reakcija un partnera iedrošināšana.

Analīzes rezultāti parādīja, ka pamatgrupas PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) bērniem bija augstāks rādītājs gan prasmē piedāvāt palīdzību (73 %), gan sniedzot palīdzību (87 %), savukārt salīdzinošajā grupā PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā) šie rādītāji bija zemāki – attiecīgi 67 % un 79 %. Šīs atšķirības tika apstiprinātas ar Stjudenta t-kritēriju ($p < 0,05$), kas norāda uz statistiski nozīmīgu pozitīvu ietekmi DFBFA pieejas intensīvākas apguves gadījumā. Detalizēti dati apkopoti 31. pielikumā. Novērojumu kvalitātes analīze atklāja, ka bērni, kas ilgstoši piedalījās DFBFA nodarbībās, uzrādīja lielāku emocionālo noturību, savaldību un sadarbības prasmes. Viņi spēja organizēt kopīgu darbību, palīdzēt partnerim saglabāt līdzsvaru vai pabeigt uzdevumu, vienlaikus ievērojot drošības noteikumus. Tas apliecina, ka kustību aktivitātes, kurās nepieciešama savstarpēja atbalsta koordinācija, sekmē tikumu – cieņas, draudzības, līdzdalības un godīguma – izpausmes praksē. Metodes rezultāti saskan ar Košeļevas (Кошелева, 2003) teorētiskajām nostādnēm par palīdzības altruistisko dabu pirmsskolas vecumā, kā arī ar Križalkovičovs (Križalkovičová et al., 2024) un *Bierman & Motamedi* (2015) pētījumiem, kuros uzsvērtā sadarbības nozīme bērnu tikumiskās attīstības veicināšanā. Pedagoģiski strukturētās DFBFA nodarbības, īpaši pāru līdzsvara vingrinājumi, veido vidi, kur tikumi izpaužas caur kustību, uzticēšanos un atbildību.

Tādējādi var secināt, ka A. Košeļevas metodikas rezultāti apliecina DFBFA kopuma audzinošo efektivitāti – bērni kļuva saliedētāki, gatavāki palīdzēt citiem un apzinājās sadarbības vērtību. Šī pieeja ļauj sekmēt tikumu apguvi integrēti, apvienojot fizisko un sociāli emocionālo attīstību pirmsskolas izglītības procesā.

Bērnu uzvedības novērtējums ar autores izstrādāto novērošanas skalu

Bērnu tikumiskās uzvedības izvērtējumam tika izmantota autores izstrādātā TINS, kas balstīta uz pirmsskolas vecumam atbilstošiem uzvedības indikatoriem un kritērijiem (Denham u. c., 2012; Thompson, 2018; Brush u. c., 2022). Šī skala ir pielāgota 5–6 gadus vecu bērnu

sociāli emocionālās un tikumiskās attīstības īpatnībām un ļauj sistemātiski fiksēt tikumu izpaušmes kustību aktivitāšu un sadarbības situācijās.

Metodes procedūra, kritēriji un vērtēšanas sistēma detalizēti aprakstīta 2.2.5. nodaļā (Novērošana). Šajā nodaļā sniegta empīrisku datu analīze un interpretācija, balstoties uz TINS rezultātiem.

Skalas struktūra tika veidota, balstoties uz DFBFA modeļa koncepciju un pētījuma iepriekšējiem posmiem, kas aprakstīti 2.2. un 3.1. nodaļā. Tā ietvēra 26 rādītājus, kas tika apvienoti 11 kritērijos, atbilstoši četriem pamattikumiem – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība. Katrā nodarbībā tika novērota bērnu spēja sadarboties ar partneri, ievērot noteikumus, piedāvāt palīdzību un izrādīt emocionālu atbalstu grupas darbībā. Novērojumi tika veikti divās grupās: pamatgrupā PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) un salīdzinošajā grupā SG PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā). Lai nodrošinātu rezultātu ticamību, katrs bērns tika vērtēts vismaz četrās atkārtotās situācijās dažādos nodarbību cikla posmos. Pedagoģi novērotājus izmantoja vienotus vērtēšanas kritērijus un atzīmēja uzvedības pazīmes skalā, kur katrs rādītājs tika novērtēts trīs punktu sistēmā (1 – vāja izpaušme, 2 – nestabila izpaušme, 3 – stabila izpaušme). Dati tika matemātiski apstrādāti, izmantojot aprakstošās statistikas metodes, kā arī Vilkoksona un Manna–Vitnija testus, lai noteiktu izmaiņu statistisko nozīmīgumu starp grupām un starp laika posmiem (“pirms – pēc” aprobācijas). Lai nodrošinātu salīdzināmību, rezultāti tika normalizēti ar *min–max* metodi un pārvērsti skalā no 0 līdz 1.

Analīze atklāja pozitīvu dinamiku visos četros tikumos. Pēc DFBFA satura ieviešanas pamatgrupas bērniem tika konstatēts būtisks pieaugums draudzības ($\Delta = +0,42$), cieņas ($\Delta = +0,38$), godīguma ($\Delta = +0,35$) un līdzdalības ($\Delta = +0,47$) rādītājos. Šīs izmaiņas tika apstiprinātas ar Vilkoksona testu ($p < 0,05$). Savukārt salīdzinošajā grupā, kur nodarbības notika reizi nedēļā, rādītāji pieauga mazāk izteikti ($\Delta = +0,18-0,26$), kas norāda uz treniņa regularitātes nozīmi tikumu attīstībā. Kvalitatīvie novērojumi parādīja, ka bērni, kas regulāri piedalījās DFBFA nodarbībās, kļuva mierīgāki, emocionāli līdzsvarotāki un empātiskāki. Viņi biežāk piedāvāja palīdzību partnerim, sagaidīja savu kārtu, izvairījās no konfliktējošas uzvedības un uzslavēja citus par panākumiem. Šīs izmaiņas liecina par stabilu sociāli emocionālās uzvedības progresu, kas cieši saistīts ar džudo filozofijas pamatprincipu – savstarpējā labuma un cieņas vienotība (*Jita-Kyoei*). Pedagoģiskajā novērojumā tika fiksēts arī bērnu patstāvības pieaugums, kas izpaudās spējā pašiem organizēt uzdevuma izpildi un atgādināt vienaudžiem par drošības noteikumu ievērošanu. Šādi novērojumi apstiprina, ka DFBFA struktūra veicina bērna pašregulāciju un tikumisku izvēļu autonomiju ikdienas situācijās. Turklāt, analizējot savstarpējās palīdzības un līdzdalības korelāciju, tika konstatēta pozitīva sakarība ($r = 0,62$, $p < 0,05$), kas nozīmē, ka bērni, kuri aktīvi piedalījās kopīgajos

uzdevumos, biežāk arī sniedza palīdzību citiem. Tas vēlreiz pierāda, ka fiziskā aktivitāte ar sadarbības elementiem ir efektīvs līdzeklis tikumu integrētai apguvei.

Apkopotie rezultāti rāda, ka DFBFA pirmsskolas izglītības iestādē būtiski ietekmē bērnu tikumisko uzvedību, īpaši tādās kategorijās kā draudzība, cieņa un līdzdalība. Šie dati papildina diagnostisko testu rezultātus (Kaļiņina, Dermanova, Košeļeva), parādot, ka tikumu attīstība notiek ne tikai izziņas līmenī, bet arī reālajā darbībā un sociālajā mijiedarbībā. Detalizētie aprēķini, grafiskie attēli un novērošanas protokoli pievienoti 32. pielikumā, kur redzama rezultātu dinamika un vizuālā interpretācija pēc tikumiem.

Triju metožu salīdzinošā analīze parādīja, ka bērniem, kuri ilgstoši apgūst DFBFA, novērojama būtiska pozitīva dinamika tikumu attīstībā. Visizteiktāk šī tendence vērojama emocionālās līdzdalības, godīguma un savstarpējās palīdzības aspektos. Bērni kļuva atvērtāki komunikācijā, labprāt sadarbojās ar vienaudžiem un puda prieku par kopīgiem sasniegumiem. Viņu uzvedībā arvien biežāk tika novērotas iniciatīvas palīdzēt partnerim, ievērot noteikumus un dalīties ar resursiem, kas liecina par stabilu tikumisko īpašību nostiprināšanos kustību aktivitāšu procesā.

Pedagoģiskajos novērojumos tika fiksēts, ka sistemātiska DFBFA nodarbību apmeklēšana veicina bērnu spēju regulēt emocijas, uzņemties atbildību un saglabāt pozitīvu attieksmi arī sacensību un sadarbības situācijās. Bērni biežāk izmantoja mutisku pateicību ("paldies", "labi izdarīji"), uzslavēja citus un paši meklēja iespējas izlīdzināt konfliktus vai atbalstīt vājākos dalībniekus. Šīs izmaiņas norāda, ka tikumu apguve DFBFA nodarbībās nav tikai izziņas līmeņa process, bet ietver arī reālu sociāli emocionālu pieredzi, kas nostiprinās caur praktisku darbību un pozitīvu mijiedarbību ar vienaudžiem.

Pētījuma rezultāti apliecina, ka DFBFA, kas balstīta uz džudo filozofijas principiem (*Seiryoku Zenyo, Jita-Kyoei*), sekmē 5–6 gadus vecu bērnu tikumisko, emocionālo un sociālo attīstību, integrējot fiziskās aktivitātes ar audzinošiem mērķiem. Šāda pieeja nodrošina pedagoģiski drošu, emocionāli atbalstošu un motivējošu vidi, kas veicina bērna personības harmonisku attīstību pirmsskolas izglītības kontekstā.

Pedagoģiskie novērojumi un salīdzinošā analīze ļauj secināt, ka džudo filozofijā balstītas aktivitātes veido pamatu ne tikai kustību prasmju un fiziskās sagatavotības pilnveidei, bet arī vērtību orientāciju – cieņas, draudzības, godīguma un līdzdalības – attīstībai bērna ikdienas rīcībā un sociālajā saskarsmē.

3.4. Pedagoģiskās intervences (DFBFA) organizācija un īstenošana PII VFAMJ nodarbībās

Balstoties uz 3.3. nodaļā iegūtajiem datiem par bērnu sākotnējo tikumu līmeni un identificētajām attīstības vajadzībām, šajā posmā tika organizēta pedagoģiskā intervence, kuras mērķis bija praktiski pārbaudīt un pilnveidot autores izstrādāto DFBFA saturu PII kontekstā.

Atšķirībā no interešu izglītības iestādes (VZSS), kur nodarbības norisinās 45 minūtes trīs reizes nedēļā, PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) nodarbības ir īsas (25 minūtes) un stingri strukturētas. Tāpēc būtisks pedagoģiskās intervences uzdevums bija noskaidrot, vai DFBFA saturs ir pietiekami elastīgs un piemērots īsāku nodarbību ietvaram, vienlaikus saglabājot spēju efektīvi veicināt 5–6 gadus vecu bērnu tikumu – cieņa, godīgums, draudzība un līdzdalība – attīstību.

Detalizēti aprakstīta intervences procesa organizācija PII vidē, pārbaudot, kā 5–6 minūšu tematisks segments pamatdaļā ietekmē bērnu tikumu praktisko izpausmi un kā DFBFA saturs funkcionē reālās pirmsskolas sporta nodarbībās, ievērojot bērnu vecumposma attīstības īpatnības un nodarbību struktūras prasības.

Pedagoģiskās intervences posma uzdevums bija noskaidrot, kā pielāgotie DFBFA ietekmē bērnu cieņas, godīguma, draudzības un līdzdalības izpausmes un vai tie ir integrējami VFAMJ saturā, nepārveidojot nodarbības kopējo struktūru. Šis posms nodrošināja iespēju pārbaudīt vingrinājumu kopuma praktisko īstenojamību, metožu atbilstību PII videi, bērnu reakciju un pedagoga darba organizācijas nosacījumus (Grava, 2018; LR MK, 2018; VISC, 2018; Montessori, 2004).

DFBFA īstenošanas organizācija PII VFAMJ nodarbībās

Lai objektīvi novērtētu DFBFA satura ietekmi PII, interventes posmā tika izveidotas divas salīdzināmas grupas (12 bērni katrā):

PII-4 – pamatgrupa (PG), kurā DFBFA tika integrētas divas reizes nedēļā.

PII-5 – salīdzinošā grupa (SG), kurā DFBFA tika integrētas vienu reizi nedēļā.

Šāda struktūra radās trīs būtisku iemeslu dēļ:

- 1) lai izvērtētu, vai nodarbību biežums (1 reizi vai 2 reizes nedēļā) būtiski ietekmē tikumu attīstības dinamiku, jo sociāli emocionālā attīstība notiek caur regulāru, atkārtotu pieredzi un sadarbības situācijām (Denham u. c., 2012; Thompson, 2018);
- 2) lai salīdzinātu bērnu sociāli emocionālās uzvedības izmaiņas dažādos slodzes apjomos, ņemot vērā, ka fizisko aktivitāšu intensitāte un regularitāte ietekmē pašregulāciju, sociālo mijiedarbību un uzvedības stabilitāti (Grava, 2018; VISC, 2019; LR MK, 2018);
- 3) lai noteiktu, kurš īstenošanas modelis ir visefektīvākais PII kontekstā, saglabājot pedagoģisko ritmu un bērnu vecumposma attīstības likumsakarības, jo 5–6 gadus veciem bērniem raksturīga īslaicīga uzmanības noturība un vajadzība pēc strukturētām, īsām, bet regulārām aktivitātēm (Montessori, 2004; Выготский, 2010).

Abas grupas bija salīdzināmas pēc bērnu vecuma (5–6 gadi), dzimuma (tikai zēni), veselības stāvokļa un nodarbību apmeklējuma regularitātes, kas ļāva nodrošināt salīdzināmus pedagoģiskos nosacījumus un iegūto rezultātu ticamību.

Pirmsskolas izglītības iestāžu (PII) VFAMJ nodarbības sastāv no trim daļām – ievaddaļa, pamatdaļa un noslēguma daļa (VISC, 2019). Šī struktūra aprobācijas posmā tika saglabāta pilnībā, pielāgojot to DFBFA satura ieviešanai, lai nodrošinātu bērnu fizisko un tikumu attīstību metodiski pamatotā un vecumposmam atbilstošā veidā.

Ievaddaļa (3–5 minūtes): emocionālā un fizioloģiskā sagatavošana

Ievaddaļas mērķis bija bērnu sagatavošana turpmākajai darbībai, nodrošinot mierīgu, organizētu un emocionāli pozitīvu pāreju uz pamatdaļu. Šajā posmā tika veikti:

- vienkārši ritmiskie vingrinājumi,
- vieglas skriešanas vai soļošanas aktivitātes,
- rotaļas kustību aktivizēšanai,
- īsi koncentrācijas uzdevumi.

Pedagogs uzsvēra savstarpējo cieņu, drošu pārvietošanos un noteikumu ievērošanu jau nodarbības sākumā, kas veidoja pamatu tikumiskajai vienotībai visas nodarbības laikā.

Pamatdaļa (15–17 minūtes): DFBFA satura īstenošana

Pamatdaļa bija centrālā nodarbības daļa, kurā tika integrēts autores izstrādātais DFBFA saturs. Tā ietvēra gan kustību attīstību, gan tikumu praktisku pieredzi, izmantojot vecumposmam piemērotas metodes. Pamatdaļā veikti:

- pāru vingrinājumi līdzsvara, sadarbības un savaldības attīstīšanai,
- kustību rotaļas un stafetes ar noteikumu ievērošanu,
- uzdevumi, kas veicina tikumus – palīdzību, godīgumu, cieņu un draudzību,
- situāciju modelēšana, kur bērns praktiski piedzīvo sociālo mijiedarbību.

DFBFA saturs ir iekļauts pamatdaļā kā 5–7 minūšu tematisks segments, kas uztur nodarbības dinamiku un nodrošina vienmērīgu pāreju starp aktivitātēm. Pamatdaļā pedagogs:

- skaidri formulēja uzdevumus,
- demonstrēja kustības,
- vadīja bērnu pāru un grupu darbu,
- uzsvēra tikuma nozīmi konkrētajā situācijā,
- sekmēja bērnu savstarpējo cieņu un atbildību.

Noslēguma daļa (3–5 minūtes): refleksija un emocionālā stabilizācija

Noslēguma daļā tika nodrošināta pakāpeniska atgriešanās miera stāvoklī, kā arī iespēja apzināt savu rīcību nodarbības laikā. Tajā ietilpa:

- elpošanas vingrinājumi,
- lēnas kustības un atslābināšanās,
- īsas pārrunas par tikumiem un bērnu pieredzi nodarbībā.

Pedagogs mudināja bērnus nosaukt, kurās situācijās viņi izrādīja cieņu, palīdzību, draudzību vai līdzdalību. Šī refleksija nostiprināja tikumu apzinātu izpratni un veicināja pāreju uz ikdienas rīcību.

Nodarbību struktūras nozīme aprobācijas posmā

Konsekventā nodarbību struktūra nodrošināja bērniem:

- paredzamību un drošību,
- iespēju viegli pārslēgties starp aktivitātēm,
- labāku uzdevumu izpildi,
- emocionālo līdzsvaru,
- skaidru tikumu sasaisti ar kustību aktivitātēm.

Šāda struktūra ir pilnībā saderīga ar DFBFA mērķiem un nodrošina, ka tikumi netiek mācīti teorētiski, bet gan caur praktisku, atkārtotu un nozīmīgu pieredzi.

Izmantotās metodes un paņēmieni DFBFA satura īstenošanā PII VFAMJ nodarbībās

DFBFA veido pirmsskolas vecuma bērnu tikumu priekšstatus, balstoties uz džudo filozofijas principiem – draudzību, cieņu, godīgumu un līdzdalību. Ar šīm fiziskajām aktivitātēm pedagogs spēj veidot emocionālu kontaktu ar bērniem, nodrošinot vienlaikus gan fizisko, gan sociāli emocionālo attīstību. DFBFA saturs, pateicoties neparastajam inventāram un spēļu daudzveidībai, sekmē bērnu uzmanības noturību, veicina iekšējo motivāciju un padara mācību procesu izzinošu un audzinošu.

Aprobācijas īstenošanas paredzētais ilgums – viens mācību gads.

Respondenti –pirmsskolas vecuma bērni (5–6 gadi).

Detalizēta satura plānojuma piemēri un izmantotās metodes apkopotas 3.3. tabulā.

DFBFA satura īstenošanas metodes pirmsskolas vecuma bērnu tikumu priekšstatu veidošanai

Metode	Saturs
Vizuālā Uzskatāmā	– grāmatu “Mazajiem par džudo” (Krauze, 2020) ilustrāciju aplūkošana; – didaktisko un muzikālo spēļu norise; – novērošana; – bērnu iespaidu atspoguļojums radošajās izpausmēs.
Mutiskā Verbālā	– bērnu stāsti par saviem iespaidiem; – sarunas ar dialoga elementiem, kas apkopo pedagoga stāstus; – dažādu spēļu norise (sižetiskās, lomū, didaktiskās u. c.); – bērnu stāsti par ilustrācijām.
Praktiskā	– pedagoģisko situāciju organizēšana; – spēļu norise; – stafešu norise; – darbu organizēšana pāros.

Tematiskā plānošana paredz, ka DFBFA īsteno kā daudzveidīgas fiziskās aktivitātes, kuru pamatā ir džudo filozofijas principi. Katras nodarbības saturs veidots tā, lai bērns piedzīvotu gan fizisku, gan emocionālu iesaisti un spētu reflektēt savu rīcību no tikuma skatpunkta. Aprobācijas laikā DFBFA īstenošanā izmanto verbālās, vizuālās un praktiskās metodes, kas atbilst 5–6 gadus vecu bērnu attīstības īpatnībām un nodrošina tikumu praktisku pieredzi kustību situācijās. Metodes strukturētas kā kombinēts mācību instruments, kas vienlaikus attīsta kustību prasmes, sadarbību un līdzdalību, emocionālo regulāciju, kā arī cieņas un godīguma izpausmes praktiskā darbībā. To raksturojums, piemēri un tikumu attīstības nozīme apkopoti 3.4. tabulā. Pilns vingrinājumu apraksts 33. pielikumā.

DFBFA īstenošanā izmantotās metodes, to raksturojums, piemēri un tikumu attīstības nozīme

Metode	Raksturojums	PII piemēri (DFBFA)	Tikumi, ko attīsta
Verbālās metodes	Īsi, skaidri norādījumi; mērķa formulēšana; īsa saruna pirms/pēc uzdevuma; pozitīvs verbāls pastiprinājums.	“Atceries – mēs sākam ar paklanīšanos, lai parādītu cieņu.” “Palīdzi partnerim, ja viņš apstājas.” “Ko mēs darījām draudzīgi šodien?”	Cieņa, godīgums, draudzība, pašsavaldība
Vizuālās metodes	Demonstrējums, vizuāli simboli, kustības paraugs, inventāra izmantošana norādēm.	Pedagogs rāda, kā droši stumt bumbu. Emociju kartītes (“palīdzība”, “draudzība”). Parauga demonstrējumi līdzsvara uzdevumos.	Cieņa, sadarbība, drošība, emocionālā izpratne

Metode	Raksturojums	PII piemēri (DFBFA)	Tikumi, ko attīsta
Praktiskās metodes	Kustību rotaļas, stafetes, pāru uzdevumi, līdzsvara vingrinājumi, situāciju modelēšana.	Rotaļa "Drauga glābšana" (palīdz partnerim saglabāt līdzsvaru). Stafete "Nes jostu draugam". Spēle "Cīņa par bumbiņu", izpildot noteikumus.	Draudzība, līdzdalība, godīgums, savaldība
Sadarbības paņēmieni	Partneru darba organizācija; maiņa; kopīgi uzdevumi; savstarpējs atbalsts.	"Pāros veido tiltiņu un ej cauri." "Mainām partnerus pēc katra uzdevuma." "Atbalsti partneri, ja viņam neizdodas."	Sadarbība, empātija, cieņa, atbildība
Regulācijas paņēmieni	Kontrolētas kustības; noteikumu ievērošana; emociju savaldīšanas vingrinājumi.	"Klusā vienošanās" – partnera izvēle bez konflikta. Elpošanas vingrinājumi pēc aktīvām rotaļām. Noteikums: "Negrūstāties – ejam mierīgi."	Savaldība, godīgums, cieņa
Refleksijas metodes	Saruna par pieredzi; pašvērtējums; īsa komentēšana par tikumiem nodarbības noslēgumā.	"Kurā brīdī tu palīdzēji draugam?" "Ko tu izdarīji godīgi?" "Kas šodien bija grūti, bet tu tomēr mēģināji?"	Pašizziņa, līdzdalība, atbildība, draudzība

Kopumā tabulā apkopotās metodes apliecina, ka DFBFA saturs pirmsskolā ir efektīvs tikai tad, ja tas tiek īstenots caur verbālu skaidrojumu, vizuālu paraugu un praktisku darbību mijiedarbību. Šāda metodiskā kombinācija ļauj bērniem gan apgūt kustību prasmes, gan praktiski piedzīvot cieņas, draudzības, godīguma un līdzdalības izpausmes (LR MK, 2018; VISC, 2018).

Tikumu audzināšanas DFBFA kopuma struktūra un saturs PII VFAMJ nodarbībās

Pamatojoties uz sporta pedagogu ieteikumiem un konstatējošā pētījuma rezultātiem (skat. 3.1. nodaļu), aprobācijas posmā tika pilnveidota DFBFA nodarbību struktūra un saturs. Veiktās izmaiņas bija vērstas uz bērna līdzdalības palielināšanu, sadarbības prasmju stiprināšanu un tikumu īpašību attīstību praktiskā darbībā. DFBFA saturs tika veidots atbilstoši bērncentrētajai pieejai, kas akcentē bērna patstāvību, radošumu un sociālo kompetenci (Grava, 2018; LR MK, 2018; VISC, 2018; Montessori, 2004).

Aprobācijas laikā izstrādāts tematiskais plāns, kurā DFBFA aktivitātes tika strukturētas trijās pamatkategorijās:

1) Pedagoģiskās situācijas kustīgās spēles un stafetes (33 situācijas)

Tās orientētas uz cieņas, līdzdalības un noteikumu ievērošanas attīstību, veicinot bērna spēju darboties komandā un pielāgoties kopīgam mērķim.

2) Cīņu un divcīņu imitācijas uzdevumi (8 situācijas)

Tie balstās uz džudo principiem “savaldība” un “savstarpējā labklājība”, stiprinot paškontroli, cieņu pret partneri un noteikumu ievērošanu bez fiziska spēka lietošanas.

3) Pāru spēles un uzdevumi (14 situācijas)

Tajās uzsvars ir uz draudzību, savstarpējo palīdzību, kustību koordināciju, līdzsvaru, uzticēšanos un empātiju. Šīs situācijas ļāva bērniem tieši piedzīvot draudzības, godīguma un līdzdalības tikumus.

Nodarbību organizācija tematiskā plāna īstenošanai

Nodarbību vide tika organizēta droši un bērniem motivējoši. Telpā tika nodrošinātas skaidras kustību trajektorijas, piemērots segums un bērnu vecumam atbilstošs inventārs (jostas, fitbumbas, pildbumbas, lentes u. c.). Pedagoģis nodrošināja demonstrējumu, noteica darbības noteikumus un pakāpenību, kā arī mudināja bērnus sadarboties un ievērot drošības principus. Sociāli emocionālo tikumu nostiprināšanai nodarbībās konsekventi tika izmantota:

- savstarpēja sasveicināšanās (verbalizēta vai ar žestu),
- pateicība partnerim (“paldies”),
- STOP signāla ievērošana,
- refleksija noslēguma daļā par sadarbību un noteikumu ievērošanu,
- konstruktīvs pedagoga komentārs par bērnu uzvedību.

Minētie pedagoģiskie paņēmieni funkcionēja kā strukturēti un apzināti ieviesti regulatori, kas veicināja sociāli emocionālo modeļu nostiprināšanos un bērnu rīcības konsekvenci tikumu izpausmēs. Lai nodrošinātu vienotu, pedagoģiski pamatotu pieeju, DFBFA saturs tika sistematizēts atbilstoši nodarbību mērķiem un bērnu vecumposma īpatnībām. Šī satura pilnā struktūra ir apkopota 3.5. tabulā.

DFBFA saturs PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā

PEDAGOĢISKĀS SITUĀCIJAS											
Komandu spēles ar priekšmetu			Komandu spēles bez priekšmetiem			Komandu stafetes ar priekšmetiem			Komandu stafetes bez priekšmetiem		
I. Draudzības bumbiņas			III. Saulīte un Vējš			IV. Stafetes ar jostu			VII. Rāpošana		
II. Futbols ar tenisa bumbu						V. Stafetes ar fitbumbu			VIII. Pārvēieni		
						VI. Stafetes ar pildbumbu			IX. Lēcieni		
A.			A.			A.			A.		
1	Vienāds	10	Vienāds	11	Lielāks	16	Vienāds	17	Lielāks	25	Vienāds
2	Lielāks	11	Lielāks	12	Mazāks	17	Lielāks	18	Mazāks	26	Lielāks
3	Mazāks	12	Mazāks	13	Līdzvērtīgs	18	Mazāks	19	Vienāds	27	Mazāks
B.			B.			B.			B.		
4	Vienāds	13	Līdzvērtīgs	14	Pret vājāku	19	Vienāds	20	Lielāks	28	Vienāds
5	Lielāks	14	Pret vājāku	15	Pret spēcīgāku	20	Lielāks	21	Mazāks	29	Lielāks
6	Mazāks	15	Pret spēcīgāku			21	Mazāks	22	Līdzvērtīgs	30	Mazāks
C.			C.			C.			C.		
7	Līdzvērtīgs					22	Līdzvērtīgs	23	Pret vājāku	31	Līdzvērtīgs
8	Pret vājāku					23	Pret vājāku	24	Pret spēcīgāku	32	Pret vājāku
9	Pret spēcīgāku					24	Pret spēcīgāku			33	Pret spēcīgu
CĪŅAS UN DIVCĪŅAS IMITĀCIJA											
VINGRINĀJUMI PĀROS											
X. Ar lenti			XIV. Līdzsvars uz vietas			XVI. Ar jostu					
XI. Ar fitbumbu			XV. Līdzsvars kustībā			A.					
XII. Ar pildbumbu						Vingrinājumi					
XIII. Kurs ātrāks						51			Vilkšana		
A.			A.			A.			A.		
34	Mazs	42	Uz priekšu	43	Aizmugure	44	Sānis	45	Spēle "Cimdiņš"	52	Lēkšana
35	Liels	43	Aizmugure	44	Sānis	45	Spēle "Cimdiņš"	46	Līdzsvars uz vienas kājas	53	Pārvilkšana
B.			B.			B.			B.		
36	Vingrošanas apli	44	Sānis	45	Spēle "Cimdiņš"	46	Līdzsvars uz vienas kājas	47	Ar vēzienu atpakaļ	54	Vilkšana
37	Līdzvērtīgs	45	Spēle "Cimdiņš"	46	Līdzsvars uz vienas kājas	47	Ar vēzienu atpakaļ	48	Soļot uz priekšu	55	Lēkšana
38	Vājākas	46	Līdzsvars uz vienas kājas	47	Ar vēzienu atpakaļ	48	Soļot uz priekšu	49	Soļot at muguriski		
39	Spēcīgākas	47	Ar vēzienu atpakaļ	48	Soļot uz priekšu	49	Soļot at muguriski	50	Soļot sānis		
C.			C.			C.			C.		
40	Ar plecu	48	Soļot uz priekšu	49	Soļot at muguriski	50	Soļot sānis				
41	Ar kāju										

DFBFA saturs īstenots, izmantojot vizuālās, verbālās un praktiskās metodes (metožu klasifikāciju skat. 3.3. tabulā). Nodarbībās izmantoti autores izstrādātie didaktiskie materiāli “Mazajiem par džudo” (Krauze, 2020), grāmatas ilustrācijas, spēles un situāciju kartītes. Metožu kombinācija nodrošināja bērniem gan izziņas, gan emocionālo pieredzi. DFBFA nodarbībās izmantotās pedagoģiskās situācijas un aktivitātes apkopotas 3.5. tabulā.

Visas nodarbības īstenotas, ievērojot drošības, bērna labbūtības un emocionālās aizsardzības principus. Bērni ievēroja STOP signālu, sadarbojās pāros, respektēja partnera drošību un spēja adekvāti regulēt uzvedību.

Aprobācijas laikā novērota pozitīva dinamika visās tikumu kategorijās, īpaši savstarpējā palīdzībā, draudzībā, līdzdalībā un cieņas izpausmēs pāru uzdevumos. Bērni kļuva empātiskāki, labāk izprata noteikumu nozīmi, spēja analizēt rīcību un kontrolēt emocijas. Rezultāti apstiprina, ka DFBFA kopums ir efektīvs pedagoģisks instruments tikumu audzināšanā pirmsskolas vecuma bērniem. Izstrādātā kopuma aprobācija notika integrēti DFBFA PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbību gada tematiskajā plānā (skat. 3.6. tabulu).

3.6. tabula

**Aprobācijas plāns fizisku aktivitāšu vingrinājumu kopumam ar džudo elementiem
pirmsskolas izglītības iestādēs**

Mēnesis						
Nodarbības	oktobris	novembris	decembris	janvāris	februāris	marts
1.	VII/VIII/IX.2 5/III.10	VII/VIII/IX.3 3/I.3	XV.49/X.35/I I.2	VII/VIII/IX.2 5/III.10	VII/VIII/IX.3 3/I.3	XV.49/X.35/I I.2
2.	VII/VIII/IX.2 6/III.11	XIV.42/XI.37 /I.4	XV.50/X.36/I I.3	VII/VIII/IX.2 6/III.11	XIV.42/XI.37 /I.4	XV.50/X.36/I I.3
3.	VII/VIII/IX.2 7/III.12	XIV.43/ XI.38/I.5	XIII.40/XVI. 51/II.4	VII/VIII/IX.2 7/III.12	XIV.43/ XI.38/I.5	XIII.40/XVI. 51/II.4
4.	VII/VIII/IX.2 8/III.13	XIV.44/ XI.39/I.6	XIII.40/XVI. 52/II.5	VII/VIII/IX.2 8/III.13	XIV.44/ XI.39/I.6	XIII.40/XVI. 52/II.5
5.	VII/VIII/IX.2 9/III.14	XIV.45/XII.3 7/I.7	XIII.41/XVI. 53/II.6	VII/VIII/IX.2 9/III.14	XIV.45/XII.3 7/I.7	XIII.41/XVI. 53/II.6
6.	VII/VIII/IX.3 0/III.15	XV.46/ XII.38/I.8	XIII.40/XVI. 54/II.7	VII/VIII/IX.3 0/III.15	XV.46/ XII.38/I.8	XIII.40/XVI. 54/II.7
7.	VII/VIII/IX.3 1/I.1	XV.47/ XII.39/I.9	XIII.41/XVI. 55/II.8	VII/VIII/IX.3 1/I.1	XV.47/ XII.39/I.9	XIII.41/XVI. 55/II.8
8.	VII/VIII/IX.3 2/I.2	XV.48/X.34/I I.1	Sasaldētie (atsaldēt ar paklanīšanos)	VII/VIII/IX.3 2/I.2	XV.48/X.34/I I.1	Sasaldētie (atsaldēt ar paklanīšanos)

Piezīme. PII-4 grupas saturs attēlots visā tabulā (bez krāsas un pelēkā krāsā) – DFBFA 2 reizes nedēļā, kopā 48 nodarbības (skat. 34. pielikumu). Pelēkā krāsā papildus izcelts PII-5 grupas saturs – DFBFA 1 reizi nedēļā, kopā 24 nodarbības (skat. 35. pielikumu).

Lai uzskatāmi atspoguļotu DFBFA intervences intensitātes atšķirības starp pētījumā iesaistītajām grupām un nodrošinātu strukturētu pārskatu par grupu iesaisti nodarbību procesā, 3.6. tabulā izmantots krāsu marķējums, kas ļauj vizuāli identificēt katras grupas dalības specifiku metodikas īstenošanā (detalizētu nodarbību saturu skat. 34. un 35. pielikumā).

Vizuālais dalījums ļauj skaidri identificēt nodarbību biežumu un sadalījumu mēnešos, kā arī nodrošina ērtu sasaisti ar pielikumos atspoguļotajiem nodarbību sarakstiem un bērnu sasniegumu dinamiku.

Zinātniskās literatūras analīze ļauj nosacīti raksturot 5–6 gadus vecu bērnu tikumu attīstības posmu. Šajā dzīves periodā notiek ne tikai tikumiskā satura informācijas uzkrāšana, bet arī tās diferencēšana. Tieši šajā vecumā bērniem rodas spēja formulēt jēdzienus. 5–6 gadu vecums ir apkārtējās pasaules, cilvēka attiecību, apzinātas saskarsmes ar vienaudžiem, fizisko, radošo un izziņas spēju iepazīšanas periods. Tā kā 5–6 gadus vecu bērnu pieredze ir neliela, viņu tikumiskos priekšstatus ietekmē pieaugušo vērtējums un ieteikumi. Pakāpeniski 5–6 gadus veciem bērniem veidojas spēja atšķirt un novērtēt cilvēku attiecības no tikumiskās jēgas pozīcijām: “labs – ļauns”, “labs – slikts”, “drīkst – nedrīkst”. Šajā vecumā bērnam veidojas “tikumiskā apziņa”; morāli spriedumi un vērtējumi; sākotnējā izpratne par morālo noteikumu sabiedrisko jēgu. Pakāpeniski veidojas izpratne par jēdzieniem labvēlība, patiesums, sirdsapziņa, rūpes. Bērns apzinās tikuma vērtību, un viņam veidojas vērtējums – saiknes noteikšana starp sabiedrisko un personisko nozīmību.

Tikumu veidošanās process 5–6 gadus veciem bērniem ir būtiska personības attīstības sastāvdaļa. Jo vairāk bērnam ir izpratnes par to, kā rīkoties konkrētās situācijās, un jo vairāk pozitīvu tikumu paraugu viņš novēro apkārtējā vidē, jo ātrāk veidojas saikne starp bērna individuālajām tikumu vērtībām un sabiedrībā pieņemtajām sociālajām normām. Šī sakarība ir īpaši nozīmīga pirmsskolas vecumā, kad bērni intensīvi apgūst sadarbības, cieņas, godīguma, draudzības un līdzdalības pamatus.

Piedāvātais aprobācijas plāns nodrošina pārskatāmu un secīgu DFBFA satura ieviešanas struktūru visa mācību gada garumā, ļaujot sistemātiski integrēt tikumus dažāda veida kustību aktivitātēs. Plāns sniedz iespēju salīdzināt nodarbību biežumu, intensitāti un tematisko saturu starp PII-4 un PII-5 grupām, kā arī analizēt atšķirības bērnu tikumu attīstības dinamikā atkarībā no slodzes lieluma.

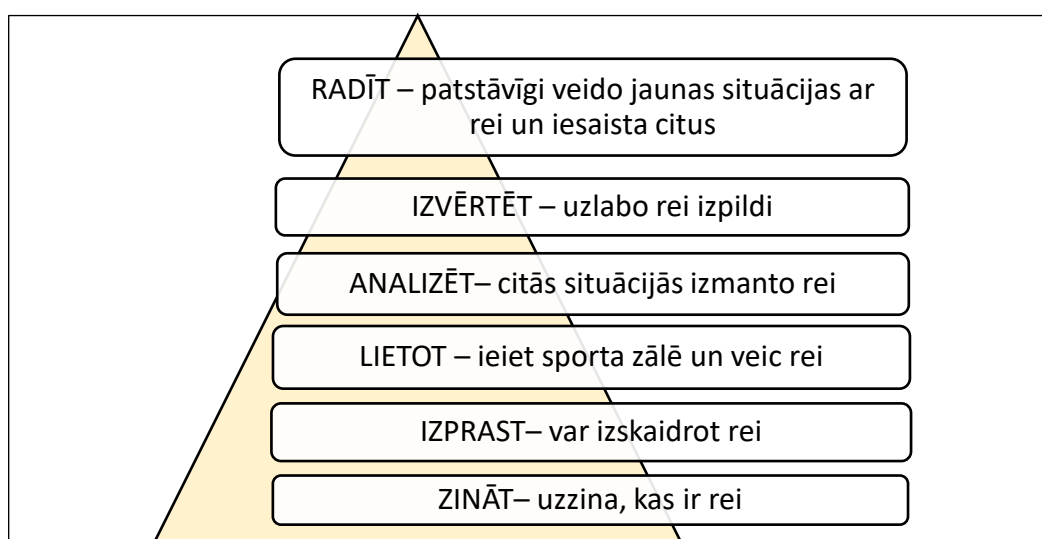
Šāda strukturēta pieeja nodrošina pedagoģiskās intervences īstenošanu kontrolētos, pedagoģiski pamatotos apstākļos un rada uzticamu pamatu dinamisko izmaiņu izvērtēšanai. Intervences gaitā iegūtie dati kalpo par pierādījumu bāzi autores izstrādātā DFBFA satura efektivitātes izvērtēšanai un tā piemērotībai pirmsskolas izglītības vidē.

Bērnu patstāvības attīstība pirmsskolas izglītības iestādes DFBFA nodarbībās

Bērnu patstāvības attīstība ir viens no būtiskākajiem DFBFA satura pedagoģiskajiem mērķiem, jo tā veicina bērna spēju patstāvīgi regulēt uzvedību, pieņemt lēmumus, ievērot noteikumus un uzņemties sociālu atbildību. Pirmsskolas izglītības vidē patstāvība veidojas strukturētās un mērķtiecīgi organizētās situācijās – kustību rotaļās, pāru vingrinājumos un sadarbības uzdevumos, kuros bērns praktiski piedzīvo cieņas, draudzības, godīguma un līdzdalības tikumus.

Aprobācijas laikā DFBFA saturs nodrošināja atbilstošu pedagoģisko vidi pakāpeniskai patstāvības veidošanai, izmantojot bērncentrētās pieejas elementus, refleksijas paņēmienus un līdzsvara uzdevumus. Īpaša nozīme bija džudo rituālam rei, kas kalpo kā pašregulācijas, cieņas un uzvedības konsekvences pamatelements.

Vingrinoties DFBFA, bērni sistemātiski apguva rei prasmi. Saskaņā ar Andersona un Kratvola pārskatīto Blūma taksonomiju (Anderson & Krathwohl, 2001; Bradić, 2023; Garbeloto u. c., 2023; Maussier u. c., 2025; Križalkovičová u. c., 2024) rei rituāls tika integrēts kā darbībā balstīts mācīšanās elements, kas iezīmē katra vingrinājuma sākumu un noslēgumu (skat. 3.1. attēlu). Tas ļāva bērniem soli pa solim attīstīt pašdisciplīnu, emocionālo līdzsvaru un spēju patstāvīgi organizēt savu darbību kustību aktivitātēs.



3.1. attēls. Patstāvības veidošanās process džudo rituālā "paklanīšanās rei"

Pēc L. Anderson & D. Krathwohl, 2001

Tikumu veidošanās DFBFA kontekstā notiek dažādās kustību situācijās – āra spēlēs, stafetes aktivitātēs un PII pielāgotos sporta pasākumos. PII veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas (VFAMJ) nodarbībās ievaddaļas bērni veic patstāvīgi, savukārt pedagogs demonstrē tikai pamatkustības un to izpildes secību. DFBFA apguvi papildus atbalsta arī fonā skanoša mūzika, kas palīdz iegauvēt kustību ritmu un darbību kārtību. Šāda pieeja veicina bērnu iekšējo motivāciju un darbošanos pēc principa "es gribu – zinu – varu – daru".

DFBFA pamatprasmju četru līmeņu sasniedzamā rezultāta apraksts balstīts uz bērna patstāvīgās darbības pakāpenisku attīstīšanu (Biggs & Collis, 1982), nodrošinot sistemātisku pāreju no vienkāršām uz sarežģītākām kustību un sadarbības formām. Detalizēts četru līmeņu apraksts sniegts 36. pielikumā, kurā atspoguļoti sasniedzamie rezultāti līdzsvara vingrinājumos, vingrinājumos pāros un spēlēs konfrontācijā. Šajos līmeņos bērni spēj patstāvīgi pieņemt lēmumus, plānot darbību secību, regulēt emocionālo un uzvedības reakciju, kā arī efektīvi sadarboties ar partneri. DFBFA pieeja nodrošina daudzdimensionālu bērnu attīstību – kognitīvo, fizisko, emocionālo, sociālo un tikumu – 5–6 gadu vecumposmā. Lai veicinātu draudzības, līdzdalības, godīguma un cieņas attīstību, rotaļas un uzdevumi aprobācijas laikā tika strukturēti kā vienots DFBFA uzdevumu komplekss, kur katra aktivitāte mērķtiecīgi attīsta noteiktu tikumu komponenti.

1. Līdzsvara izjūtas un savstarpējās palīdzības attīstīšana (5–6 gadi): līdzsvara uzdevumi ar futbola bumbu pāros, kur partnerim jāpalīdz nenokrist; uzdevumi uz sašaurināta atbalsta (piem., līdzsvara sija); minispēles (“logu karalis”, “trāpīt mērķī”) ar drošības noteikumu ievērošanu.
2. Pāru fiziskās aktivitātes līdzdalības, cieņas un savaldības attīstībai, kur bērni darbojas regulētā kustību režīmā, uzrauga partnera drošību un ievēro noteikumus.
3. Sacensību rotaļas (piem., “cīņa par bumbu”, “astītes”), kas sekmē draudzības, godīguma, cieņas un emocionālās savaldības apguvi sadarbības un noteikumu ievērošanas situācijās.

Visas aktivitātes apliecina bērnu spēju demonstrēt apgūtos tikumus kustību procesā. Pāru uzdevumos (vingrinājumi ar bumbu, līdzsvara sija, līdzsvara opozīcija) bērni vienojas par izpildes kārtību, sniedz viens otram palīdzību, dalās pieredzē un kopīgi risina kustību uzdevumus, stiprinot sociāli emocionālo briedumu un tikumisko uzvedību.

Lai veicinātu patstāvību, nodarbību sākumā bērniem tiek parādīts sasniedzamais rezultāts: pieredzējušākie bērni demonstrē uzdevumu, bet pedagogs ar uzvedinošiem jautājumiem palīdz formulēt sekmīgas darbības kritērijus. Tas ļauj bērniem pašiem organizēt uzdevuma gaitu un sagatavot nepieciešamo inventāru nākamajai aktivitātei.

Nodarbību ievadā tiek pārrunāti drošības noteikumi, kas padziļina bērnu izpratni par drošu uzvedību kustību vidē un uz inventāra (vingrošanas sijas, vingrošanas kāpnes, mīkstie kluči u. c.). Noslēgumā bērni reflektē par sasniegto rezultātu un izvirza nākamās mērķus, veicinot apzinātu darbību, pašdisciplīnu un motivācijas noturību. Papildu empīriski pierādījumi bērnu refleksijas procesam un patstāvīgās darbības attīstībai redzami 37.–39. pielikumā, kur apkopoti pārrunu protokoli, bērnu paustie secinājumi un sasniedzamo rezultātu līmeņu dinamika. Šie materiāli demonstrē, kā bērni spēj verbāli formulēt savu pieredzi, izvērtēt

uzdevuma gaitu, identificēt grūtības un patstāvīgi izvirzīt nākamos mērķus, kas apliecina refleksijas, pašdisciplīnas un motivācijas noturības pieaugumu DFBFA nodarbību laikā.

Šajā apakšnodaļā apkopots DFBFA satura aprobācijas plāns PII VFAMJ gada nodarbību ciklam, kas īstenots 252. PII pamatgrupā (PG) un salīdzinošajā grupā (SG). Tā ietvaros izveidota paklanīšanās rei patstāvības veidošanās piramīda (pēc Anderson & Krathwohl, 2001), sniegti praktiski piemēri tikumu sekmēšanai sporta aktivitātēs un definēts džudo pamatprasmju sasniedzamais rezultāts bērncentrētās pieejas kontekstā (gribu–zinu–varu–daru), kas pedagoģiski atbalsta tikumu veidošanos DFBFA līdzsvara pāru aktivitātēs.

3.5. Bērnu tikumu apguves līmeņa rezultātu dinamika pēc DFBFA aprobēšanas PII

Pēc pedagoģiskās intervences īstenošanas (skat. 3.4. nodaļu) tika veikta atkārtota bērnu tikumu līmeņa diagnostika, lai noteiktu, kā DFBFA satura ieviešana PII vidē ietekmējusi bērnu sociāli emocionālo un tikumisko attīstību sešu mēnešu periodā. Dinamiskā analīze nodrošina iespēju salīdzināt sākotnējā līmeņa rezultātus (skat. 3.3. nodaļu) ar datiem pēc intervences, tādējādi empīriski izvērtējot DFBFA metodikas pedagoģisko efektivitāti.

Diagnostika tika veikta, izmantojot tās pašas psiholoģiski pedagoģiskās metodes un novērošanas skalu, kas bija sākotnējā datu ievākšanas posmā, nodrošinot salīdzināmību un metodoloģisko konsekveni. Tādējādi 3.5. nodaļa sniedz sistematizētu ieskatu izmaiņu dinamikā un ļauj identificēt, kurās tikumu kategorijās progresu ietekmējusi regulāra DFBFA satura integrācija PII VFAMJ nodarbībās.

Bērnu tikumu apguves līmeņa rezultātu dinamika pēc vingrinājumu kopuma aprobēšanas PII

Pēc autore izstrādātā DFBFA vingrinājumu kopuma aprobācijas pirmsskolas izglītības iestādēs tika veikta dinamiskā datu analīze, lai noteiktu, kā bērniem vecumā no 5 līdz 6 gadiem mainījās tikumisko īpašību izpausmes un apguves līmenis pusgada laikā. Šajā posmā pētījuma uzmanības centrā bija četri pamattikumi – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība. Šie tikumi tika izvēlēti kā galvenie, jo tie vispilnīgāk atspoguļo bērna emocionāli sociālās un uzvedības attīstības aspektus, kas saskan ar džudo filozofijas principiem *Seiryoku Zenyo* un *Jita-Kyoei*. Pētījums tika īstenots laika posmā no 2023. gada augusta līdz 2024. gada janvārim divās pirmsskolas izglītības grupās – pamatgrupā (PG) un salīdzinošajā grupā (SG). Abām grupām tika organizētas sporta nodarbības ar dažādu DFBFA integrācijas biežumu: pamatgrupā – 2 reizes nedēļā, salīdzinošajā grupā – 1 reizi nedēļā. Kopumā pētījumā piedalījās 24 bērni (12 katrā grupā). Visi dalībnieki regulāri apmeklēja nodarbības un piedalījās DFBFA aktivitātēs, kas tika iekļautas pirmsskolas programmas sadaļā “Veselība un fiziskās aktivitātes”.

Šajā posmā tika izmantota daudzfaktoru novērtēšanas pieeja, apvienojot psiholoģiskās un pedagoģiskās izpētes metodes ar sistemātisku uzvedības novērojumu. Datu vākšanai tika lietotas trīs starptautiski aprobētas metodes un viena autores izstrādāta novērojumu skala:

- R. Kaļiņinas (Калинина, 2011) “Sižetiskās bildes” – bērnu emocionālās attieksmes un empātijas vērtēšanai dažādās sociālajās situācijās;
- Dermanovas (Дерманова, 2002) “Pabeidz teikumu” – bērnu tikumiskās izpratnes un refleksijas līmeņa noteikšanai;
- Košeļevas (Кошелева, 2003) “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā” – bērnu līdzdalības un sadarbības prasmju diagnosticēšanai kustību uzdevumos;
- autores izstrādātā TINS – 26 rādītāji, kas sadalīti 11 kritērijos, lai izvērtētu tikumisko īpašību izpausmes kustību aktivitāšu laikā.

Metodes tika pielāgotas pirmsskolas vecuma bērnu īpatnībām un īstenotas rotaļdarbības kontekstā, kas bērniem nodrošināja dabiski saprotamu un emocionāli drošu vidi. Katras metodes rezultāti tika apkopoti un analizēti, izmantojot apraktiskās un salīdzinošās statistikas metodes – Manna–Vitnija, Vilkoksona un Kruskala–Volisa testus. Dati tika normalizēti 0–1 skalā, kas ļāva novērtēt izmaiņas katrā tikumu kategorijā salīdzināmā formātā (skat. 40.–42. pielikumā). Pētījuma datu kopums sniedz visaptverošu priekšstatu par to, kā sistemātiska DFBFA satura īstenošana ietekmē bērnu tikumisko, emocionālo un sociālo attīstību.

Analīzes mērķis bija noteikt tendences un attīstības dinamiku starp PG PII-4 un SG PII-5, lai izvērtētu DFBFA pieejas efektivitāti un noteiktu, kā īstenošanas regularitāte ietekmē tikumu apguvi. Šī salīdzinošā pieeja ļāva konstatēt ne tikai kopējo progresu, bet arī atšķirības starp bērniem ar dažādu kustību pieredzi. Būtiskākais ieguvums bija iespēja izsekot, kā pedagoģiskās situācijas, pāru vingrinājumi un komandu rotaļas veicina tikumu apzinātu izpausmi praktiskā rīcībā.

Kopumā datu analīze apliecināja, ka bērniem, kuri regulāri apmeklēja nodarbības ar DFBFA elementiem (PG PII-4 2 reizes nedēļā), tikumu līmeņa pieaugums bija statistiski nozīmīgs visos četros virzienos. Tika novērota būtiska emocionālās līdzdalības, empātijas un savaldības uzlabošanās, kā arī draudzības un cieņas attiecību stabilizēšanās grupā. Savukārt bērniem, kuriem DFBFA tika īstenota vienu reizi nedēļā, uzlabojumi bija mērenāki, bet pozitīvi, īpaši līdzdalības un palīdzības kategorijās.

Pētījuma rezultāti liecina, ka DFBFA veido sistemātisku pedagoģisku vidi, kurā kustību aktivitātes kļūst par līdzekli tikumisko īpašību praktiskai apguvei. Tādējādi bērni ne tikai

pilnveido kustību prasmes, bet arī attīsta vērtīborientētu rīcību – mācās sadarboties, palīdzēt un izrādīt cieņu pret citiem. Dati tika apstrādāti, izmantojot apraktisko un salīdzinošo statistiku.

R. Kaļiņinas metodikas rezultāti

Emocionālās attieksmes rādītāji uzrādīja būtisku uzlabojumu visās tikumu kategorijās, īpaši draudzības un cieņas aspektos.

PG PII-4 grupā (2 reizes nedēļā) pozitīvas reakcijas draudzības situācijās pieauga no 62 līdz 86 %, savukārt SG PII-5 grupā – no 58 līdz 72 %. Cieņas izpausmju biežums PG grupā palielinājās no 64 līdz 90 %, bet SG – līdz 76 %. Emocionālā empātija (spēja atpazīt un reaģēt uz citu jūtām) pieauga par vidēji 22 %, kas saskan ar iepriekšējiem pētījumiem par emocionālās inteliģences un tikumu korelāciju (Denham et al., 2012; Brush et al., 2022).

Šie rezultāti liecina, ka DFBFA nodarbībās izmantotā mijiedarbības forma – pāru vingrinājumi, savstarpējā palīdzība un cieņas izrādīšana – sekmē emocionālās attieksmes un empātijas veidošanos.

I. Dermanovas metodikas rezultāti

Bērnu atbildes pēc Dermanovas “Pabeidz teikumu” testiem liecina par būtisku pieaugumu izpratnes līmenī par tādiem jēdzieniem kā godīgums, draudzība un atbildība. PG grupā bērnu spēja pabeigt teikumus ar tikumisku saturu palielinājās no 58 līdz 91 %, bet SG grupā – no 52 līdz 74 %. Īpaši būtiski uzlabojumi konstatēti kategorijā godīgums – bērni biežāk izmantoja argumentētus skaidrojumus (“nedrīkst melot draugam”, “es palīdzēšu, jo viņam grūti”) un demonstrēja augstāku refleksijas līmeni.

Statistiskā analīze ar Vilkoksona testu apstiprināja šīs izmaiņas kā nozīmīgas ($p < 0,05$), īpaši PG grupā. Šie rezultāti apliecina, ka sistemātiskas kustību aktivitātes ar ētisku un sadarbības akcentu stimulē bērnu izpratni par tikumisko rīcību.

A. Košeļevas metodikas rezultāti

Savstarpējās palīdzības un līdzdalības testos bērni demonstrēja pozitīvu dinamiku abās grupās. PG grupā bērnu, kuri palīdzēja partnerim vai uzsāka sadarbību bez skolotāja norādes, īpatsvars pieauga no 41 līdz 83 %, bet SG grupā – no 38 līdz 65 %.

Šie rādītāji parāda, ka līdzdalības tikums ir cieši saistīts ar kustību uzdevumu kontekstu un regulāru pedagoģisko atbalstu. Dati arī apstiprina ciešu korelāciju starp līdzdalības un cieņas rādītājiem ($r = 0,68$; $p < 0,05$), kas atbilst judo filozofijas principam *Jita-Kyoei* – “savstarpēja labklājība un ieguvums”.

Novērojumu skalas (TINS) rezultāti

Autores izstrādātās TINS dati apstiprina pozitīvu dinamiku visos četros tikumu virzienos. Pēc DFBFA satura ieviešanas mediānas vērtības pieauga:

Draudzība: +0,21 (no 0,45 līdz 0,66);

Cieņa: +0,31 (no 0,36 līdz 0,67);

Godīgums: +0,44 (no 0,11 līdz 0,55);

Līdzdalība: +0,28 (no 0,33 līdz 0,61).

Izmaiņas bija statistiski nozīmīgas ($p < 0,05$, Vilksoksons). Lielākā dinamika novērota PG grupā, kas piedalījās nodarbībās 2 reizes nedēļā. Vizualizētie dati un grupu salīdzinājumi pievienoti 40.–41. pielikumā.

Apkopotie rezultāti parāda būtisku tikumu apguves līmeņa pieaugumu pēc DFBFA vingrinājumu kopuma aprobēšanas. Dinamika ir visizteiktākā godīguma, līdzdalības un cieņas kategorijās, kas apliecina satura kopuma efektivitāti bērna morāli sociālās attīstības veicināšanā. Pedagoģiskā pieeja, kas balstīta uz džudo filozofijas pamatprincipiem, veicina ne tikai kustību prasmju un fiziskās sagatavotības attīstību, bet arī empātijas, atbildības un sadarbības prasmju nostiprināšanu, kas ir būtiska pirmsskolas vecuma bērnu personības veidošanās daļa.

Pētījuma rezultātu apkopošana un TINS skalas aprobācijas nozīme

Pētījuma noslēdzošajā posmā (2023. gada augusts – 2024. gada janvāris) tika veikta bērnu tikumu apguves līmeņa izvērtēšana pēc DFBFA aprobācijas pirmsskolas izglītības iestādē. Šim nolūkam tika izmantota autores izstrādātā TINS, kas veidota, balstoties uz džudo filozofijas pamatprincipiem – enerģijas efektīva izmantošana (*Seiryoku Zenyo*) un savstarpējā labklājība (*Jita-Kyoei*).

TINS skala ietver 11 kritērijus un 26 rādītājus, kas aptver trīs tikumu apguves: kognitīvo (izpratne), emocionālo (attieksme), uzvedības (praktiskā rīcība). Skala tika aprobēta sešu mēnešu periodā divās PII bērnu grupās ar atšķirīgu DFBFA nodarbību regularitāti – 1 reizi nedēļā (SG PII-5), 2 reizes nedēļā (PG PII-4). Kopumā pētījumā piedalījās 24 bērni (5–6 gadi), kuri tika atlasīti no 56 testētajiem, ņemot vērā vecumu, dzimumu un nodarbību apmeklējumu. Dalībnieku tikumu līmenis tika vērtēts pēc 26 rādītājiem, kas apkopoti četrās kategorijās: draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība.

Lai nodrošinātu salīdzināmību, iegūtie rādītāji tika normalizēti skalā no 0 līdz 1, izmantojot TINS metodiku. Mediānas un starpkvartiļu amplitūdas (Q1–Q3) katrai tikumu kategorijai pirms un pēc pedagoģiskās intervences apkopotas 3.7. tabulā.

Aprakstošās statistikas rādītāji tikumu novērtējumam pēc autores metodikas

Grupa	Tikums	“Pirms” vērtējums		“Pēc” vērtējums	
		Mediāna	Q1–Q3	Mediāna	Q1–Q3
SG PII-5	Draudzība	0,354	0,109–0,813	0,542	0,193–0,912
	Cieņa	0,319	0,194–0,729	0,806	0,236–1,000
	Godīgums	0,111	0,000–0,597	0,611	0,236–0,979
	Līdzdalība	0,375	0,375–0,688	0,500	0,500–1,000
PG PII-4	Draudzība	0,448	0,146–0,589	0,625	0,396–1,000
	Cieņa	0,361	0,139–0,701	0,889	0,618–1,000
	Godīgums	0,083	0,000–0,708	0,875	0,444–1,000
	Līdzdalība	0,250	0,063–0,938	0,750	0,250–1,000

Avots: autores aprēķini.

Grupu salīdzinājums pirms intervences

Manna–Vitnija tests neuzrādīja statistiski nozīmīgas atšķirības starp grupām pirms pedagoģiskās intervences ($p > 0,05$) nevienā no tikumu kategorijām, kas apliecina abu grupu sākotnējo homogenitāti. Efekta lieluma (*Cohen's r*) aprēķins parādīja nenozīmīgu efektu visos gadījumos, izņemot līdzdalības tikumu, kur konstatēts neliels efekts. Rezultāti apkopoti 3.8. tabulā.

Grupu atšķirību salīdzinājums tikumu vērtējumos pirms intervences

Tikums	Manna–Vitnija testa rezultāts		
	U statistika	p vērtība	<i>Cohen's r</i> (efekta lielums)
Draudzība	66,5	0,755	0,092 (nav efekta)
Cieņa	71,0	0,977	0,017 (nav efekta)
Godīgums	68,5	0,843	0,061 (nav efekta)
Līdzdalība	64,5	0,671	0,129 (neliels efekts)

Avots: autores aprēķini.

Analīzes rezultāti norāda, ka abu grupu sākotnējais tikumu izpausmju līmenis bija līdzvērtīgs, kas ļauj uzskatīt, ka iegūtās atšķirības pēc intervences ir tieši saistītas ar DFBFA satura ietekmi, nevis sākotnējām individuālām vai grupu īpatnībām. Sākotnējā grupu homogenitāte nodrošina pedagoģiski korektu salīdzinājuma pamatu un apliecina pētījuma metodoloģisko ticamību (Field, 2018; Garbeloto et al., 2023).

Tādējādi šī analīze kalpo kā empīrisks pamats turpmākai rezultātu interpretācijai, kas atspoguļo tikumu apguves dinamiku pēc DFBFA satura ieviešanas pirmsskolas izglītības procesā.

3.6. Ekspertu vērtējuma analīze par DFBFA ietekmi uz bērnu tikumu izpausmēm pēc pedagoģiskās intervences

Lai izvērtētu DFBFA pedagoģisko lietderību un to ietekmi uz bērnu tikumisko attīstību pirmsskolas izglītības vidē, tika veikta ekspertu aptauja, kurā piedalījās deviņi speciālisti – pirmsskolas izglītības pedagogi, sporta pedagogi un džudo treneri. Eksperti tika aicināti atkārtoti sniegt vērtējumu par DFBFA satura atbilstību bērnu vecumposma īpatnībām, vingrinājumu struktūru un to potenciālu sekmēt patstāvību, savaldību, cieņu un sadarbību nodarbībās.

Eksperti novērtēja DFBFA vingrinājumu kopuma efektivitāti, izmantojot Likerta skalu (1–4). Tika analizēti 12 jautājumi par DFBFA ietekmi uz bērnu tikumisko uzvedību, sociālo attieksmi un emocionālo līdzdalību (jautājumi – skat. 30. pielikumu). Vērtējumi apkopoti 3.9. tabulā.

3.9. tabula

Ekspertu vērtējumi par satura ietekmi uz bērnu tikumiem

Nr.	Jautājumi ekspertam	Pedagogi			Sporta pedagogi			Treneri		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Vai Jūs vēlētos, lai džudo/DFBFA kļūtu par daļu no PII sporta un veselības pamatprogrammas	3	3	4	4	4	4	4	4	4
2.	Jūsu ieskatā, PII sporta nodarbībās džudo etiķete, kas balstīta uz japāņu kultūras tradīcijām un ietver savstarpēju paklanīšanos, lai izrādītu cieņu pret citiem, ir atbalstāma?	3	3	4	4	4	4	4	4	4
3.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka PII ir pietiekami daudz DFBFA vingrinājumu 5–6 gadus veciem bērniem?	3	3	4	4	4	4	4	4	4
4.	Vai varat piekrist apgalvojumam, ka adaptētie DFBFA vingrinājumi ir pozitīvi ietekmējuši bērnu tikumiskās īpašības PII?	3	3	4	4	4	4	4	4	4
5.	Vai uzskatāt, ka šādi vingrinājumi PII ir nepieciešami?	3	4	4	4	4	4	4	4	4
6.	Vai uzskatāt, ka šādi vingrinājumi var radīt bērnos pozitīvas emocijas?	3	4	4	4	4	4	4	4	4
7.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka DFBFA ietekmē arī ģimenes vidi un sociumu?	3	4	4	4	4	4	4	4	4
8.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka DFBFA var palīdzēt ģimenes audzināšanai?	3	4	4	4	4	4	4	4	4
9.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka modelī ir ietverti bērnu tikumu veidošanās komponenti?	1	3	4	4	4	4	4	4	4
10.	Vai piekritīsiet apgalvojumam, ka no modeļa izriet bērnu tikumu audzināšanas saturs?	1	3	4	4	4	4	4	4	4
11.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka vingrinājumu saturs pozitīvi ietekmē bērnu tikumus?	3	4	4	4	4	4	4	4	4
12.	Vai piekrītat apgalvojumam, ka DFBFA veicina bērnu pieklājību mājās un PII nodarbībās?	3	4	4	4	4	4	4	4	4

1 punkts – Nezinu

2 punkti – Nē

3 punkti – Iespējams (reizēm)

4 punkti – Jā

Aptaujas rezultāti parādīja, ka lielākā daļa ekspertu (7 no 9) pilnībā piekrita visiem apgalvojumiem, piešķirot maksimālo vērtējumu – 4 punktus. Pirmsskolas izglītības pedagogi,

kuriem bija mazāka pieredze džudo programmās, dažos jautājumos sniedza vērtējumu 3 punkti (“reizēm”), kas liecina par vajadzību pēc papildu informācijas par DFBFA metodiku. Kopumā eksperti atzina, ka pielāgotie DFBFA vingrinājumi pozitīvi ietekmē 5–6 gadus vecu bērnu tikumisko uzvedību, īpaši cieņas, draudzības, godīguma un līdzdalības izpausmes. Ekspertu vērtējumi sakrīt ar pedagoģisko novērojumu datiem, kas liecina, ka DFBFA nodarbības rada redzamas pārmaiņas bērnu uzvedībā un sociālajā mijiedarbībā. Pēc sešu mēnešu nodarbībām bērni spontāni sasveicinājās, izrādīja cieņu pret partneri, uzslavēja citus un teica “paldies” gan vingrinājumu sākumā, gan beigās. Īpaši izteikti tika novērota draudzība, sadarbība un empātija, kas veidojās spēlēs, stafetēs un pāru uzdevumos. Pedagoģiskajos novērojumos konstatēts, ka bērni ar sistemātisku dalību DFBFA kļuva mierīgāki, līdzsvarotāki un ieinteresētāki kopīgajā darbībā. PG PII-4 grupā, kas nodarbības apmeklēja divreiz nedēļā, 71 % bērnu demonstrēja būtisku tikumu attīstības progresu, kamēr SG PII-5 grupā šis rādītājs sasniedza 65 %. Šis atšķirības apstiprina, ka nodarbību biežums un konsekvence ir būtisks nosacījums tikumiskās attīstības veicināšanai.

Kā piemēru var minēt vairākas situācijas, kas ilustrē pozitīvās pārmaiņas:

- stafetes sacensībās ar džudo jostu bērni mācījās sadarboties, gaidīt savu kārtu un novērtēt partnera centienus;
- pasākumā “Sporta diena” uzlabojās bērnu savstarpējā sadarbība un vēlme palīdzēt otram;
- vingrinājumā “Cīņa par bumbu” bērni iemācījās savaldīt emocijas, ievērot noteikumus un ar laiku pat atteikties no uzvaras, lai palīdzētu vājākam partnerim.

Šie novērojumi apliecina, ka DFBFA saturs būtiski ietekmē bērnu sociāli emocionālo uzvedību un tikumisko attīstību, sekmējot empātiju, savaldību, cieņu un sadarbības prasmes. DFBFA nodrošina pedagoģiski drošu vidi, kur bērni apgūst vērtības praksē – darbībā, spēlē un sadarbībā ar vienaudžiem.

3.7. Salīdzinājums starp PII un VZSS grupu rezultātiem

Lai objektīvi novērtētu DFBFA pieejas efektivitāti dažādos pedagoģiskajos kontekstos, tika veikta salīdzinoša analīze starp pirmsskolas izglītības iestādes (PII) bērnu grupām un VZSS interešu izglītības grupām. Šis salīdzinājums ļāva izvērtēt, kā nodarbību regularitāte, ilgums un metodiskā vide ietekmē tikumu – cieņa, draudzība, godīgums un līdzdalība – attīstības rādītājus.

Pēc DFBFA vingrinājumu kopuma aprobācijas PII tika veikta atkārtota bērnu tikumu līmeņa diagnostika sešu mēnešu periodā (2023. gada augusts – 2024. gada janvāris). Rezultāti liecina, ka visos četros tikumos novērojama pozitīva dinamika, īpaši pamatgrupā, kur

nodarbības notika divas reizes nedēļā. Bērni kļuva emocionāli līdzsvarotāki, aktīvāk iesaistījās kopdarbībā un biežāk piedāvāja palīdzību vienaudžiem.

Pedagogu novērojumi apstiprina, ka DFBFA saturs būtiski sekmē ne tikai kustību prasmju attīstību, bet arī empātiju, sadarbības prasmes un atbildīgu rīcību. Šie rezultāti kļuva par empīrisku pamatu salīdzinājumam ar VZSS ilgtermiņa džudo nodarbību ietekmi. Statistiskā analīze tika veikta, izmantojot neparametriskos testus, kas atbilst datu raksturam (ordināla skala) un salīdzinoši nelielajam izlases apjomam. Par statistiski nozīmīgiem tika uzskatīti rezultāti (skat. 42.–43. pielikumā), kuros $p < 0,05$ (tabulās apzīmēti ar treknrakstu).

Datu, kas savākti, izmantojot R. Kaļiņinas metodiku (“Sižetiskās bildes”), analīze

Lai vispusīgi izvērtētu 5–6 gadus vecu bērnu tikumu izpausmes dažādos pedagoģiskajos apstākļos, tika veikta salīdzinoša analīze starp visām piecām pētījumā iesaistītajām grupām. Dati tika iegūti, izmantojot R. Kaļiņinas metodiku “Sižetiskās bildes”, kas ļauj novērtēt bērna emocionālo attieksmi, empātiju un rīcības motivāciju situācijās, kurās iesaistīti citi cilvēki.

Analīzē tika iekļautas grupas:

Pilotpētījuma grupas (VZSS):

- VZSS-1 – 2 gadu pieredze džudo nodarbībās ($n = 30$);
- VZSS-2 – 1 gada pieredze džudo nodarbībās ($n = 30$);
- VZSS-3 – iesācēji, bez džudo pieredzes ($n = 30$).

Pedagoģiskās intervences grupas (PII):

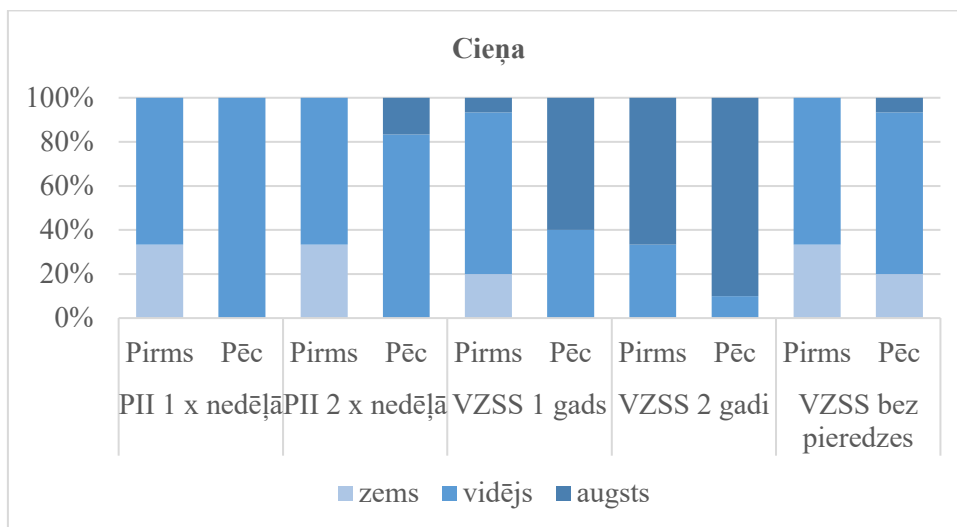
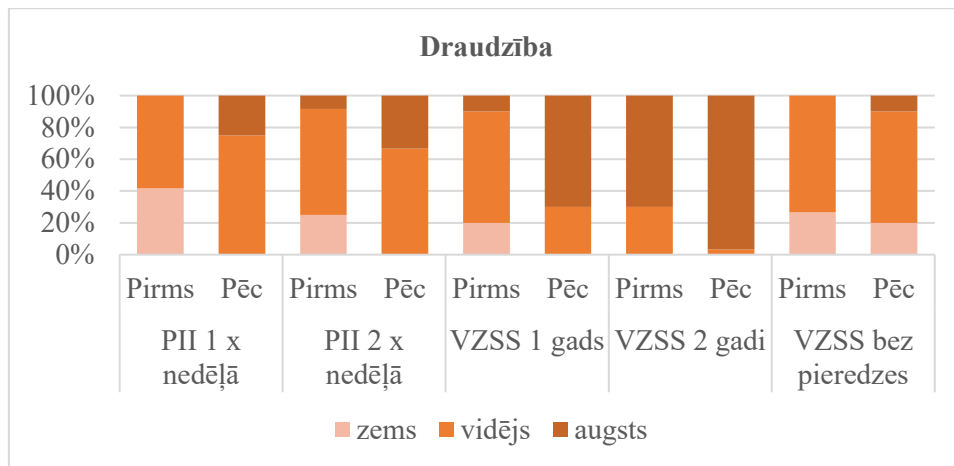
- PG PII-4 – pamatgrupa, kurā DFBFA tika īstenota 2 reizes nedēļā ($n = 12$);
- SG PII-5 – salīdzinošā grupa, kurā DFBFA tika īstenota 1 reizi nedēļā ($n = 12$).

Visās grupās bērnu atbildes tika vērtētas pēc trīspakāpju ordinālās skalas (1 – zems, 2 – vidējs, 3 – augsts tikumu līmenis), kas nodrošina iespēju tieši salīdzināt bērnu tikumu izpausmes starp atšķirīgiem pedagoģiskajiem nosacījumiem.

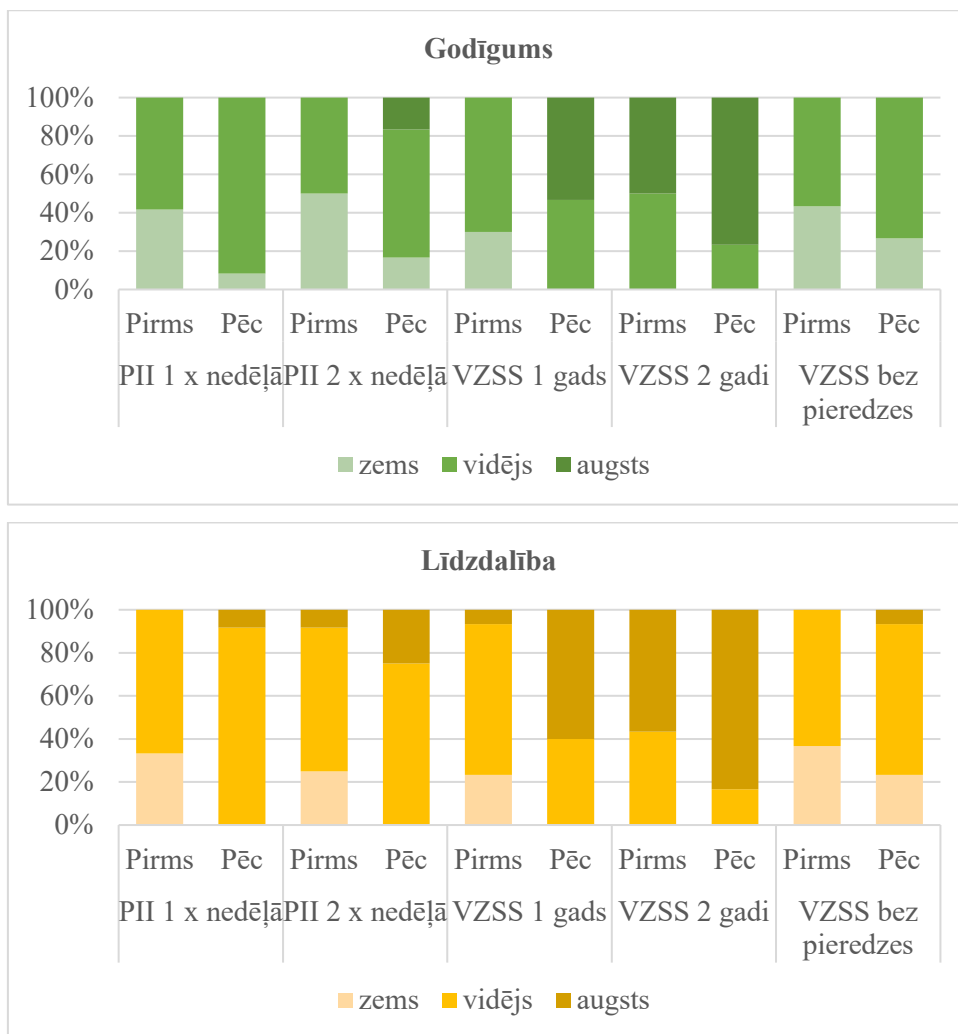
Tā kā grupu lielumi būtiski atšķiras (VZSS grupās – 30 bērni, PII grupās – 12 bērni), analīzei tika izmantotas relatīvās frekvences un neparametriskās statistikas metodes, kas ir piemērotas mazām un neviendabīgām izlasēm ar ordināliem datiem. 3.2. attēlā apkopoti bērnu tikumu vērtējumu sadalījumi piecās grupās. Šī vizualizācija ļauj:

- salīdzināt sākotnējo tikumu līmeni bērniem ar atšķirīgu džudo pieredzi VZSS;
- izvērtēt izmaiņas pirms un pēc sešu mēnešu pedagoģiskās intervences PII;
- salīdzināt īslaicīgas (PII) un ilglaicīgas (VZSS) pedagoģiskās ietekmes, identificējot stabilas tikumu attīstības tendences.

Šie rezultāti ir kā pamats tālākai statistiskai analīzei un padziļinātai interpretācijai.



3.2. attēls. Tikumu vērtējumu sadalījumi grupām pēc R. Kaļiņinas metodikas



3.2. attēla turpinājums. Tikumu vērtējumu sadalījumi grupām pēc R. Kaļiņinas metodikas

Bērnu grupas uzrādīja statistiski nozīmīgas atšķirības visu astoņu analizēto mainīgo sadalījumos (4 tikumu vērtējumi pirms un 4 tikumu vērtējumi pēc), kas tika konstatētas ar Fišera–Frīmena–Haltona eksakto testu (visos 8 salīdzinājumos $p < 0,001$).

Jāatzīmē, ka kopumā 114 dalībniekiem vērtējuma samazinājums tika novērots tikai divas reizes – reizi pie tikuma “godīgums” un vienu reizi pie tikuma “līdzdalība”. Tikuma “draudzība” vērtējumi 51 gadījumā uzlabojās, bet 63 gadījumos palika nemainīgi (īpaši, ja sākotnējā vērtība bija augsta). Tikuma “cieņa” vērtējumiem tika novēroti 45 uzlabojumi un 69 gadījumi bez izmaiņām, tikuma “godīgums” vērtējumiem konstatēti 49 uzlabojumi pret 64 gadījumiem bez izmaiņām un 1 samazinājumu, un tikuma “līdzdalība” vērtējumiem bija 47 uzlabojumi, 66 gadījumi bez izmaiņām un 1 samazinājums.

Kopumā visās piecās grupās lielākais vērtējumu pieaugums tika novērots grupā VZSS ar 1 gada pieredzi, vismazākais – grupā VZSS bez pieredzes. Savukārt starp tikumiem – lielākais pieaugums ir novērots “draudzībā”, vismazākais – “līdzdalībā”.

Pat ja vidējās vērtības šķiet gandrīz nemainīgas, ar Vilksoksona testu salīdzinot atbilžu sadalījumu kopumā, visās piecās grupās visos četros tikumu vērtējumos ir novērojams statistiski nozīmīgs uzlabojums. Pēc šīs metodikas aprēķināts intervences efekta lielums bija vidējs vai liels (detalizētie statistiskās analīzes dati – skat. 47. pielikumu).

Datu, kas savākti, izmantojot I. Dermanovas metodiku (“Pabeidz teikumu”), analīze

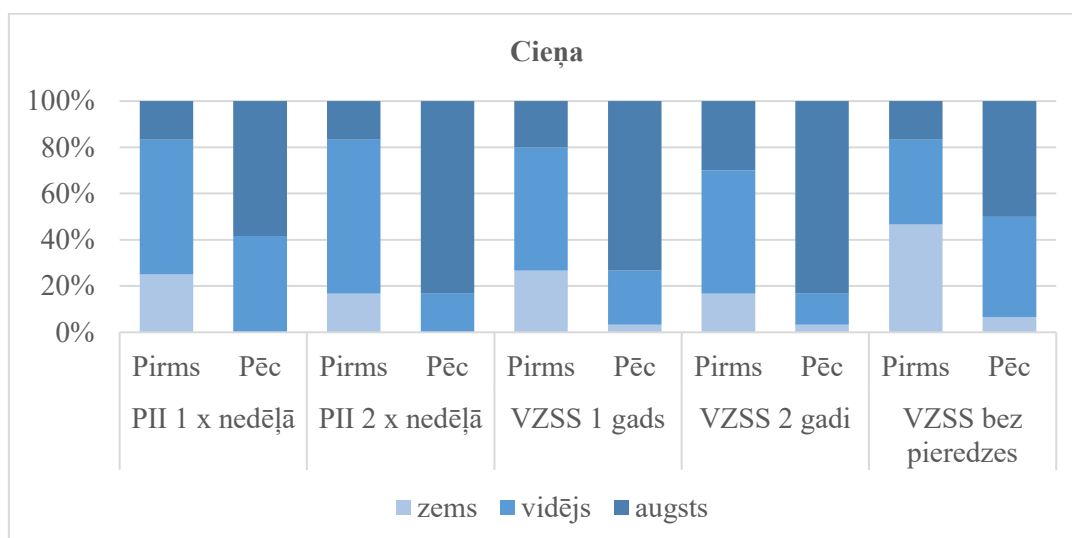
Līdzīgi R. Kaļiņinas metodikai, I. Dermanovas metodikā tika mērīti četrus tikumu vērtējumi pirms un pēc intervences kopumā 114 bērniem piecās grupās:

- trīs VZSS pilotpētījuma grupās (0, 1 un 2 gadu džudo pieredze), katrā pa 30 bērniem;
- divas PII pedagoģiskās intervences grupās (2 nedēļā, 1 rezi nedēļā), katrā pa 12 bērniem.

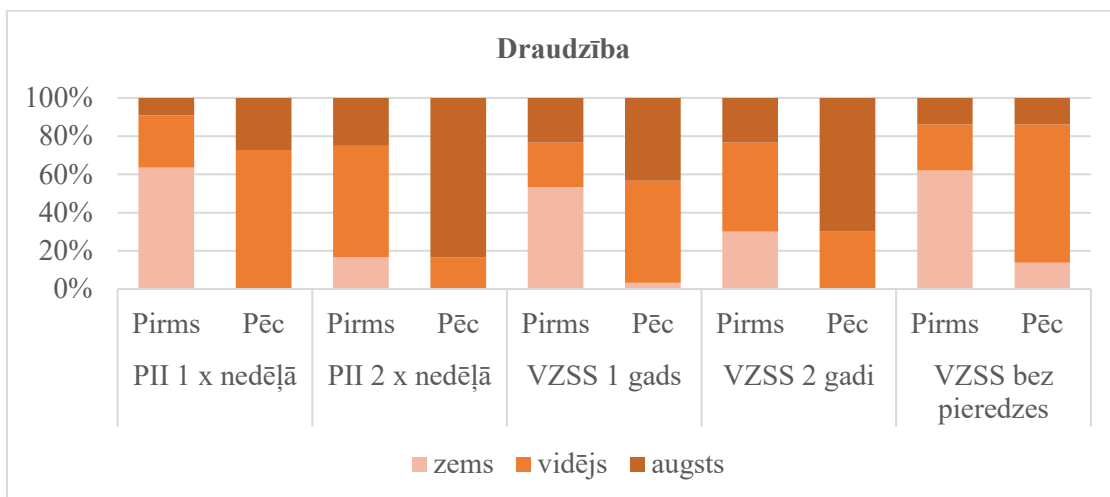
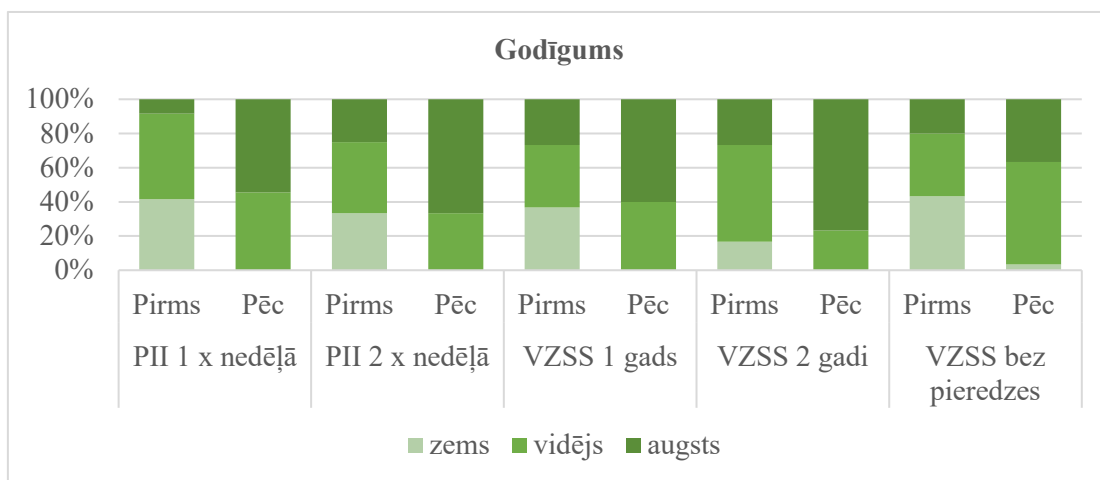
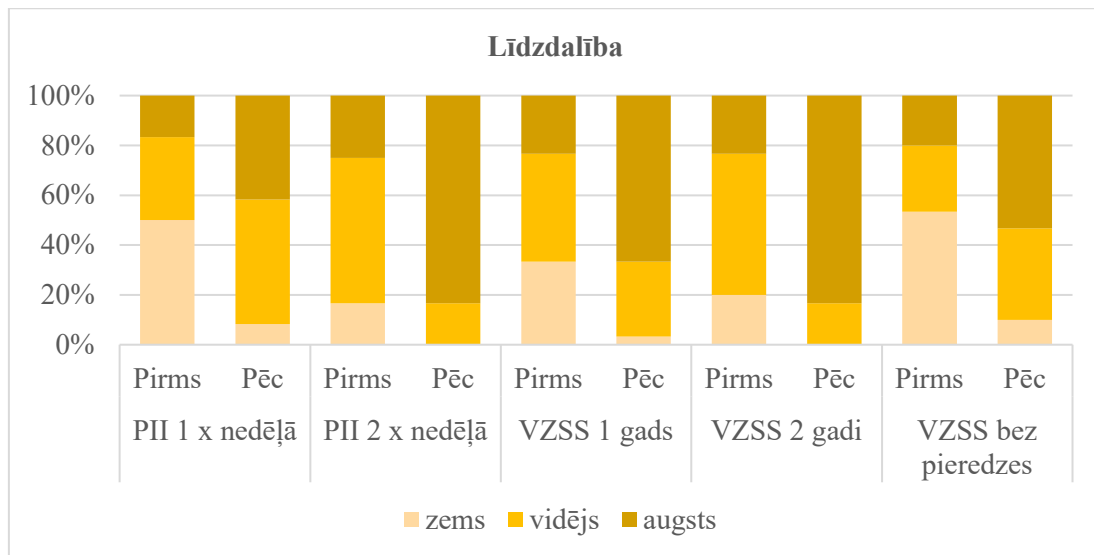
Tādējādi kopējais dalībnieku skaits šīs metodikas analīzē bija 114 bērni.

Datu mērījumi veikti pirms un pēc pedagoģiskās ietekmes (VZSS pilotpētījuma vai PII intervences). Tā kā atbilžu varianti ir ordināli (1 – zems, 2 – vidējs, 3 – augsts), datu variabilitāte ir ierobežota, kas nosaka neparametrisko testu izmantošanu.

Atbilžu “pirms” un “pēc” sadalījumi visās grupās ir parādīti 3.3. attēlā.



3.3. attēls. Tikumu vērtējumu sadalījumi grupās pēc I. Dermanovas metodikas



3.3. attēla turpinājums. **Tikumu vērtējumu sadalījumi grupās pēc I. Dermanovas metodikas**

Vairumā gadījumu visās grupās tika novērota vērtējumu izaugsme. Tātad pirmajā teikumā (“kurš pirmais ienāk durvīs” – tikums “cieņa”) no 114 dalībniekiem 85 uzrādīja uzlabojumus, 27 palika bez izmaiņām un 2 gadījumos otrā atbilde bija sliktāka par pirmo. Otrajā teikumā (“manā klātbūtnē kāds uzmācas kādam” – tikums “līdzdalība”) novēroti 78 uzlabojumi un 36 gadījumi bez izmaiņām; trešajam teikumam (“kas nozīmē būt godīgam” – tikums

“godīgums”) tika konstatēti 78 uzlabojumi, 34 gadījumi bez izmaiņām, 1 pasliktināšanās (un par vienu dalībnieku dati nav pieejami); visbeidzot ceturtajam teikumam (“kas nozīmē draudzīgi spēlēt” – tikums “draudzība”) 82 dalībnieki demonstrēja uzlabojumu, 26 palika bez izmaiņām, 4 respondentiem konstatēta pasliktināšanās (un par diviem dalībniekiem dati nav pieejami). Salīdzinot grupas savā starpā, statistiski nozīmīga vērtējumu sadalījuma līmeņos (zems, vidējs, augsts) atšķirība tika konstatēta tikai tikumam “draudzība” un tikai pēc intervences (Fišera–Frīmena–Haltona eksaktais tests, $p < 0,001$). Pārējo 7 mainīgo sadalījumu atšķirības starp grupām nebija statistiski nozīmīgas.

Kopumā piecu grupu vidū vislielākais pieaugums tikumu vērtējumos tika novērots grupā VSS-1 (2 gadu pieredze džudo nodarbībās), bet vismazākais – grupā VZSS bez pieredzes. Četru tikumu vidū vislielākais vērtējumu uzlabojums tika novērots saistībā ar tikumu “godīgums”, vismazākais – ar tikumu “draudzība”.

Kopsummējot var secināt, ka visas trīs tikumu vērtējumu noteikšanas metodikas vienprātīgi un pārliecinoši parādīja statistiski nozīmīgu šo indikatoru uzlabojumu pēc intervences visām dalībnieku grupām, turklāt efekta lielums svārstījās no vidēja līdz lielam. Detalizētie rezultāti par bērnu atbilžu sadalījumu pirms un pēc intervences, kā arī statistiskās nozīmības rādītāji ir sniegti šīs nodaļas tabulās un attēlos, kā arī 48. un 49. pielikumā.

A. Košeļevas metodikas rezultātu salīdzinājums

A. Košeļevas (Košeļeva, 2003) metodika “Pirmsskolēnu savstarpējās palīdzības izpēte kopdarbībā” tika izmantota, lai analizētu bērnu savstarpējās palīdzības, sadarbības un līdzdalības izpausmes dažādu džudo pieredzes līmeņu grupās. Metodika tika lietota piecās pētījuma grupās: trijās VZSS pilotpētījuma grupās – VZSS-1 (2 gadu džudo pieredze), VZSS-2 (1 gada džudo pieredze), VZSS-3 (bez iepriekšējas pieredzes) –, kā arī divās PII pedagoģiskās intervences grupās – PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) un SG PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā). Grupas tika vērtētas pirms un pēc sešu mēnešu intervences.

Metodika paredzēja bērnu uzvedības novērošanu situācijās, kur nepieciešama sadarbība kopīga uzdevuma izpildē vai partnera atbalstīšanā, kā arī situācijās, kur bērns spontāni izrāda iniciatīvu palīdzēt bez pedagoga norādes. Novērošana ļāva analizēt bērnu spēju iesaistīties kopdarbībā, sniegt atbalstu partnerim, pieņemt palīdzību un regulēt savu uzvedību sadarbības procesā.

Katrs gadījums tika reģistrēts pēc vairākiem kritērijiem: palīdzības iniciatīva, palīdzības veids (verbāla, fiziska, emocionāla), spēja sadarboties pāros un grupā, reakcija uz pedagoga norādēm, spēja pabeigt kopīgu uzdevumu bez konfliktiem, kā arī savas un partnera uzvedības pašregulācija.

Šāds salīdzinājums ļāva analizēt ne tikai džudo pieredzes ietekmi (VZSS grupas), bet arī intervences intensitātes efektu (PII grupas) pirmsskolās. Rezultāti parādīja būtiskas atšķirības starp bērniem, kuri sistemātiski piedalījās DFBFA, un tiem, kuri nebija iesaistīti šajā programmā. Džudo filozofijā balstītā pieeja veicināja ne tikai bērnu fizisko koordināciju, bet arī viņu spēju saskatīt otra vajadzības un reaģēt uz tām. VZSS-1 grupā ar 2 gadu džudo pieredzi 86 % bērnu brīvprātīgi piedāvāja palīdzību partnerim, negaidot pedagoga norādījumus, savukārt PII PG-4 grupā šis rādītājs sasniedza 65 %. Turklāt 78 % VZSS-2 bērnu bija gatavi mainīt savu darbību, lai palīdzētu citam, bet PII SG-5 grupā - tikai 52 %. Tas norāda uz lielāku empātijas un sadarbības briedumu bērniem ar ilgstošāku pieredzi DFBFA nodarbībās. Košeļevas metodikas analīze apliecina, ka palīdzības un sadarbības tikumi nav spontāni, bet gan mērķtiecīgi veidojas sistemātiskas pedagoģiskās darbības rezultātā. DFBFA modelī pedagoga loma ir nevis tieši vadīt, bet radīt situācijas, kurās bērns pats nonāk līdz lēmumam palīdzēt citam. Šāda netiešā pedagoģiskā pieeja sekmē iekšējas motivācijas attīstību un emocionālu apmierinājumu no kopīgas darbības. Svarīgs aspekts ir arī emocionālā klimata ietekme. DFBFA nodarbībās nav sacensības elementa klasiskajā izpratnē, tā vietā tiek akcentēta savstarpējā atbalsta un kopīgas izaugsmes ideja, kas pilnībā saskan ar džudo pamatprincipu *Jita-Kyoei* ("savstarpēja labklājība un ieguvums"). Šī filozofiskā pieeja palīdz bērniem apzināties, ka sadarbība un palīdzība ir vērtība pati par sevi, nevis līdzeklis uzvarai vai atzinībai. Turklāt novērots, ka bērniem ar lielāku džudo pieredzi veidojas arī spēja reflektēt par savu rīcību – viņi spēj paši paskaidrot, kāpēc palīdzēja partnerim, un biežāk lieto vārdus, kas apzīmē morālus jēdzienus ("vajadzēja palīdzēt", "viņš viens nevarēja", "kopā ir vieglāk"). Tas norāda uz augstāku tikumiskās domāšanas līmeni un pašrefleksijas attīstību, kas ir viens no DFBFA modeļa mērķiem.

Apkopojot Košeļevas metodikas rezultāti parāda, ka DFBFA nodarbības būtiski ietekmē bērnu sociāli emocionālo attīstību, īpaši palīdzības un sadarbības jomā. Šie dati papildina Kaļiņinas un Dermanovas pētījumu secinājumus, pierādot, ka džudo filozofijas principi ir efektīvs instruments tikumisko īpašību veidošanā pirmsskolas vecumā.

TINS novērojumu skalā iegūto rezultātu salīdzinājums

Izstrādātajā novērojumu skalā TINS apkopotie rezultāti parāda konsekventu tikumu attīstības pieaugumu visās analizētajās grupās, tomēr būtiski augstākas vērtības sasniegtas bērniem ar ilgstošu džudo nodarbību pieredzi VZSS. Salīdzinājums starp VZSS pilotpētījuma grupām un PII intervences grupām ir metodoloģiski pamatots, jo visās piecās grupās tika izmantotas vienas un tās pašas tikumu novērtēšanas metodes un identiski kritēriji. Tas nodrošina datu salīdzināmību neatkarīgi no pedagoģiskās vides.

Atšķirīgais nodarbību biežums un pieredzes ilgums (VZSS – 0, 1 un 2 gadi; PII – 6 mēneši ar 1–2 reizēm nedēļā) ļauj analizēt, kā tikumu attīstība mainās atkarībā no pieredzes intensitātes. Tāpēc grupu salīdzinājums ļauj objektīvi novērtēt DFBFA ietekmi gan īstermiņā (PII), gan ilgtermiņā (VZSS). Salīdzinot PII pamatgrupu PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā, 6 mēnešu intervences cikls) ar VZSS-1 grupu (bērni ar 2 gadu džudo nodarbību pieredzi), vidējā mediānas vērtību atšķirība sasniedza 0,29 punktus, kas norāda uz statistiski nozīmīgu un pedagoģiski būtisku efektu ($p < 0,05$). Īpaši liels progress vērojams godīguma un līdzdalības tikumos, kur VZSS-1 grupas bērni demonstrēja augstāku pašregulācijas līmeni, atbildīgāku uzvedību un izteiktāku komandas sadarbību nekā abi PII grupu dalībnieki (PG PII-4 un SG PII-5). Grafiskā analīze (skat. 49. pielikumā) skaidri ilustrē lineāru, pozitīvu pieauguma tendenci no PII grupām (īstermiņa intervence) līdz VZSS grupām (ilgtermiņa prakse), visaugstākos rādītājus sasniedzot VZSS-1 (2 gadu pieredze). Statistiskā datu apstrāde tika veikta, izmantojot neparametriskās metodes (Manna–Vitnija un *Wilcoxon Signed Rank* testus) un Pīrsona korelācijas aprēķinus. TINS skalas iekšējā uzticamība tika novērtēta ar Kronbaha alfa koeficientu ($\alpha = 0,82$), kas apliecina metodes augstu ticamību un izmantojamību praksē (Garbeloto et al., 2023; Maussier et al., 2025). Datu analīze liecina, ka pēc DFBFA satura īstenošanas bērniem novērojama pozitīva dinamika visās četrās tikumu kategorijās – draudzībā, cieņā, godīgumā un līdzdalībā. Izteiktākas izmaiņas konstatētas bērniem, kuri piedalījās nodarbībās divas reizes nedēļā, salīdzinot ar bērniem, kuri nodarbības apmeklēja vienu reizi nedēļā, kas norāda uz nodarbību regularitātes nozīmi tikumu attīstības procesā. Izmaiņu tendences un procentuālā izaugsme katrā tikuma kategorijā starp pamatgrupu (PG PII-4) un salīdzinošo grupu (SG PII-5) grafiski attēlota 43. un 44. pielikumā. Vidējo rādītāju analīze parāda, ka vislielākais pieaugums konstatēts līdzdalības un savstarpējās palīdzības jomā ($\Delta = +0,47$), kā arī godīguma tikumā ($\Delta = +0,39$), kas liecina par sociāli emocionālo prasmju pilnveidi DFBFA pedagoģiskās pieejas kontekstā. Novērojumi norāda arī uz emocionālās līdzdalības un empātijas izpausmju pieaugumu – bērni biežāk sniedza palīdzību vienaudžiem, demonstrēja atsaucību un izrādīja cieņpilnu attieksmi pret citiem, kas atbilst pirmsskolas vecumposmam būtiskām tikumiskās attīstības pazīmēm.

Izstrādātā metodika paredz dalībnieku novērtēšanu pēc 26 rādītājiem, no kuriem katrā bērns varēja demonstrēt trīs apgūšanas līmeņus un viņam tika pieskaitīti 1–3 punkti. Pēc tam iegūtie raksturlielumi tika apvienoti 11 kritērijos. Tā kā daži kritēriji ietver nevienādu rādītāju skaitu, nebūtu pareizi izmantot summāro vai vidējo aritmētisko vērtību. Tā vietā tika izmantota *min–max* normalizācijas metode, kas pārveido datus diapazonā no 0 līdz 1.

$$\text{Min–max normalizācijas formula ir } x' = \frac{x - \min(x)}{\max(x) - \min(x)}$$

Tātad, piemēram, kritērijs “labvēlība” sastāv no trim rādītājiem – 1) mierina vai uzmundrina; 2) dāsni dalās ar savu inventāru; 3) savstarpēji palīdz vingrinājumos; par katru bērns varēja saņemt 1, 2 vai 3 punktus. Tādējādi kopā bija iespējams saņemt no 3 (minimums) līdz 9 (maksimums) punktiem. Pēc normalizācijas tiek iegūtas kritērija vērtības no 0 (atbilst 3 punktiem) līdz 1 (atbilst 9 punktiem). Iegūtos normalizētos vērtējumus var interpretēt arī kā procentus, piemēram, vērtējums 0,83 (atbilst 8 punktiem no iespējamajiem 9) nozīmē, ka šim bērnam kritērijs “labvēlība” ir izpildīts 83 % apmērā. Savukārt kritērijs “interese izzināt” sastāv no diviem rādītājiem – 1) zinātkāre acu kontaktā un 2) zinātkāre runas kontaktā; tādējādi kopā bija iespējams saņemt no 2 (minimums) līdz 6 (maksimums) punktiem. Līdzīgi, pēc normalizācijas iegūtas kritērija vērtības variēja no 0 (atbilst 2 punktiem) līdz 1 (atbilst 6 punktiem). Par citiem kritērijiem un rādītājiem, no kuriem tie ir veidoti, sīkāk var lasīt 1.4.2. apakšnodaļā.

Pēc līdzīgas metodes, izmantojot *min–max* normalizāciju, 11 kritēriji tika apvienoti 4 tikumos, no kuriem katram tāpat tika aprēķināta vērtība no 0 līdz 1.

Tādējādi divu PII grupu dalībniekiem tika aprēķināti 8 jaunie mainīgie: “draudzība pirms intervences” un “draudzība pēc intervences”, “cieņa pirms intervences” un “cieņa pēc intervences”, “godīgums pirms intervences” un “godīgums pēc intervences”, “līdzdalība pirms intervences” un “līdzdalība pēc intervences”. Savukārt trīs VZSS grupu dalībniekiem šie rādītāji tika aprēķināti vienreiz, turklāt grupas “VZSS-3 bez pieredzes” rezultāti var tikt uzskatīti par mērījumiem “pirms”, jo tie tika veikti pirms džudo nodarbību sākuma, bet VZSS-2 ar 1 gada pieredzi un VZSS-1 ar 2 gadu pieredzi grupu rezultāti var tikt uzskatīti par mērījumiem “pēc”, jo to grupu dalībniekiem jau ir iepriekšēja pieredze džudo nodarbībās. Aprakstošā statistika par iegūtajiem mainīgajiem ir sniegta 3.10. tabulā.

3.10. tabula

Aprakstošās statistikas rādītāji tikumu vērtējumiem pēc autores metodikas

Grupas	Tikumi	Vērtējumi “pirms”		Vērtējumi “pēc”	
		Mediāna	Q1–Q3	Mediāna	Q1–Q3
VZSS-1	draudzība	–	–	0,802	0,427–1,000
	cieņa	–	–	1,000	0,903–1,000
	godīgums	–	–	1,000	0,917–1,000
	līdzdalība	–	–	1,000	1,000–1,000
VZSS-2	draudzība	–	–	0,688	0,396–0,922
	cieņa	–	–	0,972	0,792–1,000
	godīgums	–	–	0,972	0,667–1,000
	līdzdalība	–	–	1,000	0,813–1,000
VZSS-3	draudzība	0,260	0,109–0,734	–	–
	cieņa	0,292	0,083–0,632	–	–
	godīgums	0,083	0,000–0,493	–	–
	līdzdalība	0,375	0,000–0,500	–	–

Grupas	Tikumi	Vērtējumi “pirms”		Vērtējumi “pēc”	
		Mediāna	Q1–Q3	Mediāna	Q1–Q3
SG PII-4	draudzība	0,448	0,146–0,589	0,625	0,396–1,000
	cieņa	0,361	0,139–0,701	0,889	0,618–1,000
	godīgums	0,083	0,000–0,708	0,875	0,444–1,000
	līdzdalība	0,250	0,063–0,938	0,750	0,250–1,000
PG PII-5	draudzība	0,354	0,109–0,813	0,542	0,193–0,912
	cieņa	0,3194	0,194–0,729	0,806	0,236–1,00
	godīgums	0,111	0,000–0,597	0,611	0,236–0,979
	līdzdalība	0,375	0,375–0,688	0,500	0,500–1,000

Avots: autores aprēķini.

Korelācijas analīze apstiprināja ciešu sakarību starp emocionālo līdzdalību un tikumiskās uzvedības līmeni ($r = 0,59$, $p < 0,05$), kas saskan ar *Denham et al. (2012)* un *Brush et al. (2022)* secinājumiem par emocionālās empātijas nozīmi tikumiskās attīstības procesā.

Skolotāju novērojumi liecina, ka pēc DFBFA satura ieviešanas bērni kļuva mierīgāki, empātiskāki un drošāki saskarsmē, labprāt sadarbojās un spēja analizēt savu rīcību. Nodarbību laikā bērni paši piedāvāja palīdzību partneriem, izmantoja cieņpilnus vārdus un žestus (“paldies”, “lūdzu”, roku spiedienu pēc uzdevuma). Šie elementi stiprināja tikumus cieņa un pieklājība, kas ir būtiski pirmsskolas vecumā (Grava, 2018; Montessori, 2004). Vērojama arī pašrefleksijas attīstība – bērni spēja pateikt, ko izdarīja labi un kā palīdzēja citiem. Šāda pedagoģiski strukturēta pieeja, kas apvieno kustību, saskarsmi un emocionālo apziņu, veicina harmonisku tikumu apguvi pirmsskolā.

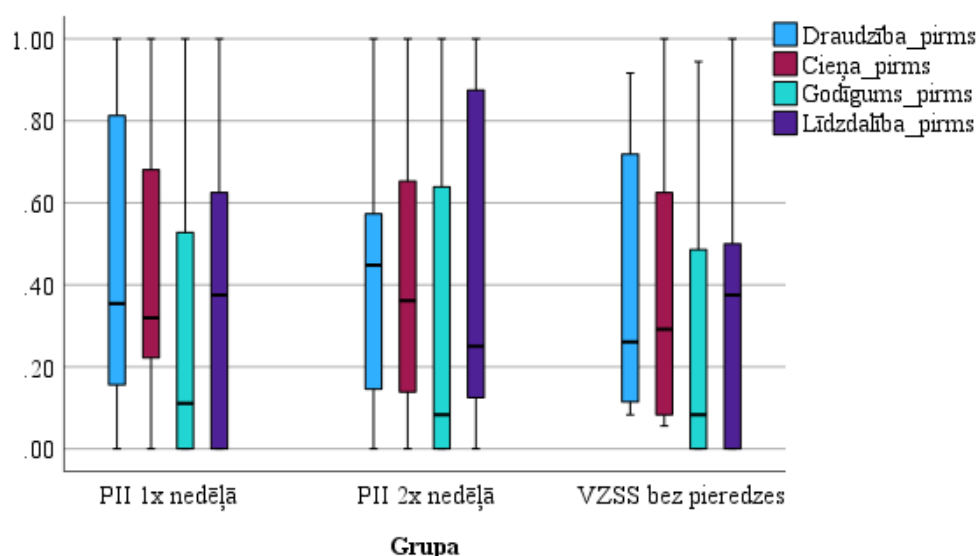
Apkopotie rezultāti un novērojumi apliecina, ka DFBFA veicina ne tikai kustību prasmju pilnveidi, bet arī bērnu vērtību orientāciju attīstību, kas izpaužas rīcībā, sadarbībā un spējā empātiski reaģēt uz citu vajadzībām. DFBFA īstenošana rada pedagoģiski drošu, iekļaujošu un emocionāli atbalstošu vidi, kas sekmē tikumisko īpašību – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība – nostiprināšanos pirmsskolas vecumā. Detalizētie kvantitatīvie dati, statistisko pārbažu rezultāti un grafiskie materiāli sniegti 32., 40.–46. pielikumā.

Nākamajā statistiskās analīzes posmā, izmantojot Kruskala-Volisa testu, tika pārbaudītas atšķirības tikumu vērtējumos starp grupām pirms intervences, proti, starp PG PII-4, SG PII-5 un VZSS-3. Šīs grupas ir savstarpēji salīdzināmas, jo bērni bija vienā vecumposmā (5-6 gadi), viena dzimuma un bez iepriekšējas pieredzes džudo vai DFBFA. Tas nodrošināja objektīvu sākotnējo līmeņu salīdzinājumu. Testa rezultāti ir parādīti 3.11. tabulā un ilustrēti grafiski 3.4. attēlā. Detalizēts tikumu rādītāju sadalījums sniegts 32. pielikumā.

Tikumu vērtējumu atšķirību salīdzinājums grupās pirms intervences

Tikumi	Kruskala–Volisa testa rezultāti		
	H-statistika	p vērtība	Kohena f statistika (efekta lielums)
Draudzība	0,103	0,950	0,003 (nav efekta)
Cieņa	0,083	0,959	0,002 (nav efekta)
Godīgums	0,070	0,965	0,002 (nav efekta)
Līdzdalība	0,252	0,882	0,007 (nav efekta)

P vērtības virs 0,05 un Kohena f statistikas (efekta lieluma rādītājs) zem 0,100 pārliecinoši liecina, ka visas trīs salīdzināmās grupas neatšķiras nevienā no četriem tikumiem.



3.4. attēls. Tikumu vērtējumu salīdzinājums PII pirms intervences un VZSS grupās

Salīdzinot mediānas vērtības, vērojams viennozīmīgs un konsekvents pieauguma gradients visos četros tikumos, kas korelē ar bērnu iesaistes ilgumu džudo filozofijā balstītajās aktivitātēs. Zemākās mediānas vērtības novērotas PII grupā ar 1 nodarbību nedēļā (PG PII-5), nedaudz augstākas – PII grupā ar 2 nodarbībām nedēļā (PG PII-4). Savukārt VZSS grupā ar 1 gada džudo pieredzi (VZSS-2) tikumu vērtējumi ir vēl augstāki, bet visaugstākās mediānas vērtības sistemātiski konstatētas VZSS grupā ar 2 gadu džudo pieredzi (VZSS-1). Šis pieauguma modelis skaidri parāda, ka gan nodarbību regularitāte, gan ilgtermiņa pieredze ir būtiski faktori bērnu tikumu – cieņa, draudzība, godīgums un līdzdalība – attīstībā.

Tomēr lielākajā daļā gadījumu atšķirības tikumu vērtējumu sadalījumos starp grupām nebija statistiski nozīmīgas. Analīze rāda, ka pēc tikumiem “draudzība” un “cieņa” statistiski nozīmīgas atšķirības starp četrām grupām netika konstatētas; pēc tikumiem “godīgums” un “līdzdalība” statistiski nozīmīga atšķirība parādījās tikai starp divām galējām grupām – PII-5 (1 reizi nedēļā) un VZSS-2 (2 gadu pieredze). Savukārt PII-4 (2 reizes nedēļā) un VZSS-1 (1 gada pieredze) grupu rezultāti nebija statistiski atšķirīgi ne savstarpēji, ne arī no

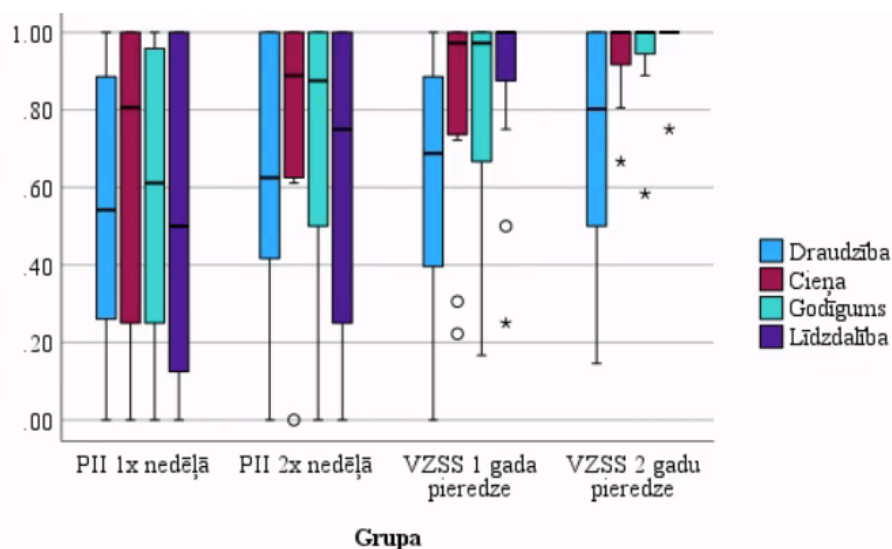
abām galējām grupām. Tas nozīmē, lai gan mediānas vērtības pieaug proporcionāli nodarbību biežumam un pieredzes ilgumam, statistiski nozīmīgas atšķirības ir konstatējamas tikai starp grupām ar vismazāko un vislielāko pieredzi (skat. 3.12. tabulu).

3.12. tabula

Tikumu vērtējumu atšķirību salīdzinājums grupās pēc intervences

Tikumi	Kruskala–Volisa testa rezultāti			
	H-statistika	p vērtība	Post-hoc testi ar Bonferoni korekciju	Kohena f statistika (efekta lielums)
Draudzība	2,056	0,561	–	0,214 (mazs)
Cieņa	3,937	0,268	–	0,302 (vidējs)
Godīgums	7,760	0,051	0,032 (SG PII-5 pret grupu VZSS-2)	0,445 (liels)
Līdzdalība	9,949	0,019	0,033 (PG PII-4 pret grupu VZSS-2)	0,518 (liels)

Pretstatā iepriekšējam testam pat statistiski nenozīmīgi sadalījumu salīdzinājumi tomēr parādīja efekta klātbūtni (mazs efekts pie tikuma “draudzība”, vidējs efekts pie tikuma “cieņa” un liels efekts pie tikuma “godīgums”). Tas liecina, ka statistiski nozīmīgas atšķirības trūkums, visticamāk, ir saistīts nevis ar pašas atšķirības trūkumu, bet gan ar nepietiekamu izlases lielumu, lai identificētu to kā statistiski nozīmīgu.



3.5. attēls. Tikumu vērtējumu salīdzinājums PII pēc intervences un VZSS grupās

Tādējādi var secināt: lai gan pirms intervences grupās novērotie tikumu vērtējumu sadalījumi bija vienādi, pēc intervences grupas sāk atšķirties viena no otras un spēcīgāka intervence ir saistīta ar lielāku novēroto rādītāju pieaugumu. 3.5. attēlā ir skaidri redzama pieaugoša tendence, ja grupas sakārto pēc dzūdo treniņu skaita.

Nākamajā analīzes posmā tika salīdzinātas četru tikumu vērtības tikai tajās grupās, kurās tās tika mērītas atkārtoti, proti, divās PII grupās, kas nodarbojās ar dzūdo aktivitātēm vienu vai divas reizes nedēļā. Izmantojot Vilkoksona testu, tika parādīts, ka visiem četriem parametriem

gan pirmajā, gan otrajā grupā vērtības “pēc” statistiski nozīmīgi pārsniedz vērtības “pirms”. Detalizēta rādītāju līmeņu pāreju dinamika grafiski attēlota 40. pielikumā pamatgrupā (PG PII-4) un 41. pielikumā salīdzinošajā grupā (SG PII-5), savukārt līmeņu sadalījuma izmaiņas pirms un pēc intervences parādītas krusteniskajās tabulās 42. un 43. pielikumā.

3.13. tabula

Tikumu vērtējumu atšķirību salīdzinājums pirms un pēc intervences PII grupās

Tikums	Grupa	Vilkoksona testa rezultāti		
		Z-statistika	p vērtība	Efeka lielums Kohena r
Draudzība	PG PII-4	2,816	0,002	0,575 (liels)
	SG PII-5	2,809	0,002	0,573 (liels)
Cieņa	PG PII-4	2,670	0,004	0,545 (liels)
	SG PII-5	2,673	0,004	0,543 (liels)
Godīgums	PG PII-4	2,807	0,002	0,573 (liels)
	SG PII-5	2,805	0,002	0,573 (liels)
Līdzdalība	PG PII-4	2,251	0,031	0,459 (vidējs)
	SG PII-5	2,232	0,031	0,456 (vidējs)

Pirmajiem trim tikumiem efekta lielums (t.i., tikuma uzlabojums) bija liels, bet līdzdalībai – vidējs. Pēc tam, kad tika apstiprināts, ka visos četros tikumu vērtējumos ir novērots statistiski nozīmīgi liels vai vidējs pieaugums, un lai salīdzinātu, vai kādā no tikumiem vērtējumu pieaugums bija statistiski augstāks vai zemāks nekā citos, nākamajā analīzes posmā tika aprēķināti mainīgie, kas parāda katra tikuma uzlabojuma lielumu: draudzības uzlabojums, cieņas uzlabojums, godīguma uzlabojums, līdzdalības uzlabojums.

Vilkoksona testa rezultāti abās PII grupās – gan pamatgrupā (PG PII-4), gan salīdzinošajā grupā (SG PII-5) – parāda statistiski nozīmīgus uzlabojumus visos četros tikumos ($p \leq 0,004$ draudzībai, cieņai un godīgumam; $p = 0,031$ līdzdalībai). Efeka lielumi (Kohena r) norāda, ka rādītājos “draudzība”, “cieņa”, “godīgums” abās grupās ir sasniegts liels efekts ($r \approx 0,54-0,58$), kas liecina par būtisku izmaiņu pedagoģisko nozīmību; līdzdalībā ir vērojams vidējs efekts ($r \approx 0,46$), kas tomēr ir statistiski nozīmīgs abās grupās (skat. 3.13. tabulu). Rezultāti apliecina, ka DFBFA saturs neatkarīgi no nodarbību biežuma (1 vai 2 reizes nedēļā) veicina pozitīvas pārmaiņas bērnu draudzības, cieņas, godīguma un līdzdalības izpausmēs.

Kopumā visu tikumu vērtējumos, izņemot “līdzdalība”, otrā grupa uzrādīja augstāku uzlabojumu. Piemēram, kamēr pirmajā grupā tikuma “draudzība” vērtējums vidēji pieauga par 9 procentu punktiem, otrajā grupā tas pieauga par 26 procentu punktiem; savukārt tikuma “cieņa” vērtējums pirmajā grupā vidēji uzlabojas par 13 procentu punktiem, bet otrajā grupā – par 44 procentu punktiem utt. Grupas rezultātu salīdzināšanai tika izmantoti neparametriskie statistikas

testi (Manna-Vitnija U un Vilkoksona tests), kā arī Kolmogorova-Smirnova tests datu sadalījuma pārbaudei. Detalizētie statistiskie aprēķini apkopoti 44., 45., 46 un 47. pielikumā.

3.14. tabula

Tikumu vērtējumu uzlabojumu salīdzinājums PII grupās

Mainīgais	Mediāna (Q1–Q3)		Manna–Vitnija testa rezultāti		
	SG PII-5	PG PII-4	U-statistika	p vērtība	Kohena r statistika (efekta lielums)
Draudzības uzlabojums	0,09 (0,02–0,14)	0,26 (0,12–0,38)	30,0	0,014	0,497 (vidējs)
Cieņas uzlabojums	0,13 (0,01–0,42)	0,44 (0,06–0,55)	46,5	0,143	0,303 (vidējs)
Godīguma uzlabojums	0,29 (0,20–0,38)	0,44 (0,20–0,72)	51,0	0,242	0,249 (mazs)
Līdzdalības uzlabojums	0,13 (0,00–0,44)	0,13 (0,00–0,44)	70,5	0,932	0,019 (nav efekta)

Manna–Vitnija testa rezultāti liecina, ka statistiski nozīmīga atšķirība starp abām PII grupām konstatēta tikai tikumā “draudzība”, kur pamatgrupas (PG PII-4, 2 reizes nedēļā) uzlabojums bija būtiski lielāks nekā salīdzinošajā grupā (SG PII-5, 1 reizi nedēļā). Savukārt tikumos “cieņa”, “godīgums” un “līdzdalība” atšķirības starp grupām nebija statistiski nozīmīgas, lai gan pamatgrupā vidējās mediānas vērtības pēc intervences bija augstākas.

Vilkoksona testa rezultāti parādīja, ka abas PII grupas sasniedza statistiski nozīmīgus uzlabojumus visos četros tikumos, tomēr efekta lielums (Kohena r) dažādos tikumos atšķirās: draudzībā, cieņā un godīgumā tas bija liels, līdzdalībā - vidējs; līmeņu pāreju struktūra pamatgrupā sniegta 42. pielikumā, bet salīdzinošajā grupā - 43. pielikumā.

Šie dati apstiprina, ka piedāvātais DFBFA saturs PII ir pedagoģiski efektīvs, taču divu nodarbību regularitāte nedēļā nodrošina nedaudz straujāku tikumu attīstību, īpaši sociāli emocionālajos aspektos, kas saistīti ar draudzīgu un atbildīgu uzvedību.

Izstrādātās novērojumu skalās (TINS) apkopotie rezultāti parāda konsekventu tikumu izpausmju pieaugumu visās analizētajās grupās, taču būtiski augstākus rādītājus sasniedz bērni ar ilgstošu džudo nodarbību pieredzi VZSS. Vidējā mediānas vērtību diference starp PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā) un VZSS-1 (2 gadu pieredze) grupu sasniedza 0,29 punktus, kas statistiski apstiprina izteiktu efektu ($p < 0,05$).

Īpaši nozīmīgs progress novērots godīguma un līdzdalības tikumos – šajos rādītājos VZSS grupu bērni uzrāda augstāku pašregulācijas līmeni, izteiktāku atbildības izjūtu un attīstītākas sadarbības prasmes nekā PII grupu dalībnieki. Salīdzinājums starp PII un VZSS grupām liecina, ka DFBFA sistemātiska un regulāra īstenošana sekmē tikumu attīstību visos četros virzienos – draudzībā, cieņā, godīgumā un līdzdalībā. VZSS audzēkņi ar divu gadu pieredzi demonstrē augstāku emocionālās empātijas līmeni, konsekventāku godīgas rīcības

izpaušmi un lielāku iesaisti salīdzinājumā ar PII bērniem pēc sešu mēnešu īstenošanas cikla. Detalizētie sadalījuma dati un atbilžu piemēri sniegti 50. un 51. pielikumā.

Šie rezultāti liecina, ka džudo filozofijā balstīta pieeja, kas īstenoja ilgtermiņā un regulārā režīmā, nodrošina stabilu un ilgtspējīgu ietekmi uz bērna personības un sociāli emocionālo īpašību veidošanos. Tas apstiprina, ka tikumu attīstība DFBFA kontekstā ir pakāpenisks, pieredzē balstīts process, kas nostiprinās pedagoga konsekventas vadības, sadarbības situāciju un regulāras prakses ietekmē.

3.8. DFBFA modeļa pilnveide un strukturālais pamatojums

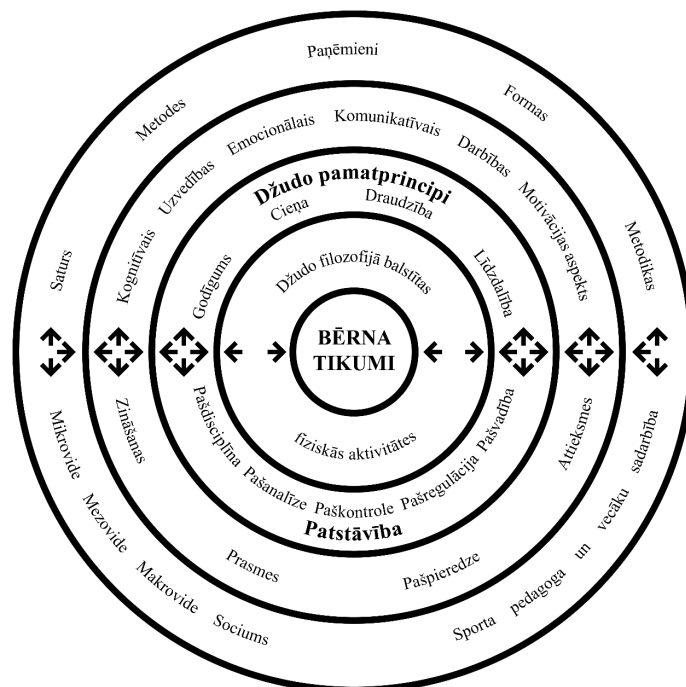
Pamatojoties uz 3.5.–3.7. apakšnodaļā iegūtajiem empīriskajiem datiem, pētījuma 7. posmā tika veikta iepriekš izstrādātā DFBFA modeļa strukturāla precizēšana un pilnveide. Salīdzinošā analīze piecās grupās apstiprināja, ka 5–6 gadus veci bērni, darbojoties personīgi nozīmīgā un emocionāli piesātinātā sporta vidē, attīsta pašpieredzi tikumos un vērtībās, nostiprina sadarbības prasmes un pakāpeniski veido spēju izvērtēt savu darbību.

Empīriskā analīze ļāva precizēt modeļa strukturālās komponentes un definēt pilnveidotās versijas saturu. Tika strukturāli pilnveidota DFBFA modeļa versija un sistematizēts vingrinājumu kopums, kas nodrošina pozitīvu emocionālo vidi un mērķtiecīgu draudzības, cieņas, godīguma un līdzdalības attīstību. Īstenojot DFBFA saturu pedagoģiskās intervences un pilotpētījuma posmos, tika empīriski apstiprināts, ka strukturēta nodarbību organizācija, noteikumu konsekventa ievērošana un sadarbībā balstīta darbība veicina stabilu tikumu izpaušmju dinamiku.

Pamatojoties uz iegūtajiem rezultātiem, tika precizēta un strukturāli pilnveidota DFBFA modeļa versija un sistematizēts vingrinājumu kopums, kas nodrošina pozitīvu emocionālo gaisotni un sistemātisku bērnu tikumisko īpašību – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība – apguvi un izpratni (Kano, 1932; Brousse, 2021; Tani et al., 2014; Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2025b).

Īstenojot DFBFA saturu pedagoģiskās intervences un pilotpētījuma posmos, tika empīriski apstiprināta modeļa funkcionālā efektivitāte, kura balstīta Kano džudo filozofijā, tikumu jēdziena skaidrojumā un 5–6 gadus vecu bērnu attīstības īpatnībās. Šajā modelī izvēlētie tikumi – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība – ir identificēti kā bērna morālās attīstības pamatelementi (Kano, 1932; Gutiérrez García & Pérez Gutiérrez, 2012; IJF, 2023; Fernández González et al., 2020). Pētījuma rezultāti, kas iegūti, izmantojot izstrādātos tikumu kritērijus un rādītājus, kā arī bērncentrēto metodoloģisko pieeju bērnu patstāvības veicināšanai, ļāva pilnveidot modeli atbilstoši 21. gadsimta izglītības paradigmas prasībām (Elias et al., 2008; Killen & Dahl, 2021; Kern, 2022; Fernández González, 2019a).

Modelī centrālā vērtība (skat. 3.6. attēlu) ir bērna patstāvība, kas pētījuma gaitā tika identificēta kā mērķtiecīga personības attīstības komponente, izpaužoties pašdisciplīnā, pašanalīzē, paškontrolē, pašregulācijā un pašvadībā (Krauze et al., 2025a; Krauze et al., 2025b; Križalkovičová et al., 2024; Trusz, 2022).



3.6. attēls. 5–6 gadus vecu bērnu tikumu audzināšanas modelis

Izstrādātais modelis paredzēts 5–6 gadus vecu bērnu patstāvības veicināšanai DFBFA kontekstā, nodrošinot integrētu tikumu un pamatkustību apguvi. Modelī ietvertās objektīvā faktora komponentes (skat. 1.5. attēlu “Pirmsskolēna tikumu audzināšanas objektīvo un subjektīvo faktoru sakarības”) ietver:

- 1) pedagoģiskos līdzekļus – saturu, metodes, paņēmienus, formas un metodikas;
- 2) vidi – mikrovide, mezovide, makrovide un sociums;
- 3) sporta pedagoga un vecāku sadarbību;
- 4) attīstības aspektus – kognitīvo, uzvedības, emocionālo, komunikatīvo, darbības un motivācijas.

Šīs komponentes nodrošina pedagoģiskā procesa strukturālo ietvaru un ļauj mērķtiecīgi virzīt bērna tikumisko un fizisko attīstību.

Subjektīvā faktora komponentes (skat. 1.5. attēlu) ietver:

- 1) dzīvo pamatprincipus, kuros bērna tikumi – godīgums, cieņa, draudzība, līdzdalība – izpaužas caur pašdisciplīnu, pašanalīzi, paškontrolē, pašregulāciju un pašvadību;

2) individuālo pieredzi, kas ietver iegūtās zināšanas, apgūtās prasmes, personīgo pašpieredzi, kā arī pozitīvu attieksmi pret sevi, citiem, pienākumiem, darbību un fiziskajām aktivitātēm.

Objektīvā un subjektīvā faktora mijiedarbība nodrošina tikumu attīstību, ķermeņa un motorikas pilnveidi, pamatkustību apguvi un aktīva, veselīga dzīvesveida veidošanos.

Pētījumā izstrādātie 11 tikumu kritēriji – labvēlība, interese izzināt, emociju izpausme, prasme komunicēt, pieklājība saziņā, atbildība par uzticēto, līdzjūtība, patiesums, noteikumu izpilde, atklātums, piedalīšanās aktivitātēs – un 26 rādītāji (skat. 5. pielikumu) nodrošināja iespēju noteikt bērnu tikumu attīstības līmeņus un analizēt to dinamiku un savstarpējās korelācijas. Kritēriju struktūras izstrāde balstījās uz bērncentrētās izglītības un empīriskās analīzes pieejām (Elias et al., 2008; González et al., 2021; Killen & Dahl, 2021; Kern, 2022; Kilderry & Raban, 2021; Gülseven et al., 2023; Field, 2024; Fernández González, 2019b).

5–6 gadus vecu bērnu tikumu audzināšanas modelī, kas balstīts uz džudo filozofiju, objektīvo un subjektīvo faktoru mijiedarbība veicina tikumu – draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība – apguvi. Atbilstoši bērncentrētajai pieejai pirmsskolas izglītībā DFBFA modelis sekmē bērna patstāvības attīstību, kas izpaužas pašdisciplīnā, pašanalīzē, paškontrolē, pašregulācijā un pašvadībā.

Diskusija

Pētījuma rezultātu interpretācija aktualizē tikumu audzināšanas nozīmi sporta pedagoģijā pirmsskolas vecumā, īpaši situācijā, kad dabiskā kustību aktivitāte samazinās un pieaug nepieciešamība pēc mērķtiecīgi strukturētām audzināšanas pieejām. Tādēļ pētījums tiek interpretēts kā atbilde uz pedagoģisku vajadzību izveidot un empīriski pārbaudīt modeli, kas tikumu audzināšanu integrē kustību darbībā, nevis atstāj to kā paralēlu audzināšanas “pievienoto vērtību”. Diananda (2025) norāda, ka mūsdienu sociālās vides transformācijas apstākļos pieaug mērķtiecīgas tikumu izpratnes un emocionālās pašregulācijas veidošanas nozīme agrīnā bērnībā. Pirmsskolas vecums tiek uzskatīts par sensitīvu periodu pašregulācijas un attieksmes pret kopdarbības normām veidošanā (Špona, 2022; Nastevič, 2018), kas aktualizē darbībā balstītu mehānismu izpēti tikumu veidošanā.

Zinātniskās literatūras analīze liecina, ka lielākajā daļā pētījumu fiziskā aktivitāte pirmsskolas izglītībā tiek skatīta galvenokārt kā veselības stiprināšanas, hipodinamijas profilakses un motorisko prasmju attīstīšanas līdzeklis (Janssen & LeBlanc, 2010; Biddle et al., 2019). Vienlaikus kustību darbības audzinošais potenciāls, kas saistīts ar stabilu uzvedības formu un vērtību nostiprināšanu, bieži tiek analizēts fragmentāri vai paliek sekundārs attiecībā pret veselības mērķiem. Vairākos pētījumos konstatēts, ka bez pedagoģiskas struktūras fiziskā aktivitāte pati par sevi negarantē sociāli nozīmīgu personības kvalitāšu veidošanos (Anderson-Butcher et al., 2021). Sistemātiskā pārskatā (Jadwiszczak et al., 2025) uzsvērts, ka morālās attīstības rezultāti fiziskās izglītības kontekstā ir atkarīgi no pedagoģiskās struktūras.

Konceptuālais pamats pētījumam ir džudo filozofija, ko formulējis Dzigoro Kano kā vienotu audzināšanas sistēmu, kurā fiziskā aktivitāte, noteikumi, disciplīna un sadarbība tiek izmantoti personības attīstībai. Kano darbos uzsvērts, ka džudo mērķis ir ne tikai fiziska pilnveidošanās, bet arī cieņas, paškontroles un atbildības attīstīšana (Kano, 1932). Mūsdienu interpretācijas apstiprina džudo filozofijas pedagoģisko potenciālu un tās pielāgojamību izglītības vajadzībām, tostarp darbā ar pirmsskolas vecuma bērniem (Bennett & Kano, 2009; Bradić, 2023).

Būtiska nozīme pētījumā ir jēdzienu “morāle” un “tikumi” nošķiršanai. Atšķirībā no morāles normatīvi regulatīvā skatījuma, kas orientēts uz ārējām prasībām un uzvedības kontroli (Lasmane, 2006), tikumu kategorija ļauj analizēt stabilas personības īpašības, kas izpaužas konkrētās darbībās un mijiedarbībā. Šāda pieeja atbilst mūsdienu pedagoģiskajai paradigmai, kas orientēta uz novērojamu bērna uzvedību reālās izglītības situācijās, nevis deklaratīvu normu apguvi (Kristjánsson, 2015).

Starptautiskajā izglītības praksē plaši izplatīti ir sociāli emocionālās mācīšanās (SEM) pieejas, kuru mērķis ir attīstīt bērnu emocionālo apzinātību, empātiju un sociālās prasmes (Elias

et al., 2008; Jones & Kahn, 2021). Salīdzinājumā ar SEM pieejām, kur audzināšanas rezultāti bieži tiek vērtēti verbālā vai refleksīvā līmenī, DFBFA modelī tikumu izpausmes tiek analizētas darbībā – kustību situācijās un savstarpējā mijiedarbībā. Emocionālās socializācijas pētījumi uzsvēr pieaugušā nozīmi bērna uzvedības mediācijā, tomēr retāk analizē uzvedības izpausmes kustību aktivitātes kontekstā (Denham et al., 2012).

Atšķirībā no minētajām pieejām DFBFA modelis integrē audzināšanas mērķus tieši fiziskās aktivitātes procesā. Tādējādi kustība tiek skatīta nevis kā audzināšanas fons, bet kā centrāls pedagoģisks līdzeklis, ar ko veidojas un izpaužas tikumi. Pētījumi pedagoģijā apstiprina, ka fiziskās aktivitātes audzinošais efekts ir atkarīgs ne tik daudz no tās intensitātes, cik no pedagoģiskās organizācijas kvalitātes, nodarbību struktūras un uzdevumu secības (Parry et al., 2024). Īpaša vieta zinātniskajā literatūrā ir pētījumiem par džudo izglītojošo potenciālu. Vairākos darbos uzsvērts, ka, ievērojot skaidrus noteikumus, rituālus un pedagoģisku konsekvenci, džudo nodarbības veicina uzvedības kultūras, cieņas pret partneri un atbildības par kopdarbību veidošanos (Sterkowicz-Przybycień et al., 2014; Kowalczyk et al., 2022). Šie atzinumi kļūva par pamatu DFBFA modeļa izstrādei.

Salīdzinošā analīze piecās grupās (PII un VZSS) ļāva interpretēt tikumu izpausmju dinamiku saistībā ar iesaistes ilgumu un nodarbību regularitāti. Konstatētās starpgrupu atšķirības ļauj interpretēt, ka ilgstoša iesaiste džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs veicina stabilāku tikumu izpausmju veidošanos. Atšķirības pārsniedza pie vienādām vecuma pazīmēm un salīdzināmiem programmas īstenošanas apstākļiem, kas pastiprina argumentāciju par pedagoģiskās iedarbības ilguma nozīmi. Kritērijos draudzība, cieņa un godīgums divu gadu pieredzes grupā dominēja augsts līmenis, bet iesācējiem biežāk tika fiksēts vidējs līmenis. Šo kritēriju dinamika konceptuāli skaidrojama ar džudo nodarbību struktūru (rituāli, noteikumi, darbs pāri, atbildība par partnera drošību), kur tikumu izpausmes ir tieši saistītas ar konkrētu uzvedību situācijā. Rādītāji konsekventi norāda uz saistību starp ilgstošu un regulāru iesaisti un augstāku tikumu izpausmju līmeni, kas stiprina pieņēmumu par pedagoģiskās iedarbības kumulatīvo efektu. Iegūtie rezultāti saskan ar sporta pedagoģijas atziņām par ilgstošas un sistemātiskas pedagoģiskās iedarbības nozīmi stabilu uzvedības formu veidošanā (Garbeloto et al., 2023).

Salīdzinot nodarbību biežumu, tika konstatēts, ka grupās ar DFBFA īstenošanu divas reizes nedēļā rādītāju līdzdalība un cieņa dinamika bija statistiski nozīmīgi augstāka nekā grupā ar vienu nodarbību nedēļā. Šie rezultāti atbilst *Carden* un *Wood* (2018) secinājumiem par atkārtojuma nozīmi stabilu uzvedības paradumu veidošanā. Iegūtie dati apstiprina, ka bērniem ar divu gadu džudo pieredzi veidojas stabilāki uzvedības modeļi salīdzinājumā ar iesācējiem. Tas saskan ar sociāli kognitīvās teorijas nostādnēm (Bandura, 2014), pēc kurām atkārtota

iesaiste strukturētās sociālās situācijās pastiprina iekšējo uzvedības regulāciju. Līdzīgi secinājumi atrodami *Lapsley* un *Narvaez* (2014), kā arī *Kristjánsson* (2015) darbos, kuros uzsvērta regulāras iesaistes nozīme atkārtotās mijiedarbības situācijās tikumu stabilitātes veidošanā. *Gülseven* et al. (2023) empīriski parāda, ka agrīna paškontroles un sadarbības attīstība bērnībā ir saistīta ar zemāku morālās distancēšanās līmeni pusaudžu vecumā. Tādējādi tika konstatēta starpgrupu dinamika tikumu izpausmēs atkarībā no pedagoģiskās iedarbības intensitātes. Grupā ar augstāku nodarbību biežumu cieņpilnas mijiedarbības, noteikumu ievērošanas un līdzdalības rādītāji bija augstāki salīdzinājumā ar grupu, kur nodarbības notika retāk. Šīs atšķirības interpretējamas kā atšķirīgas pedagoģiski organizētas fiziskās aktivitātes intensitātes rezultāts. Iegūtie rezultāti ļauj interpretēt DFBFA modeli kā strukturētu sporta pedagoģisku mehānismu, kurā tikumu audzināšana tiek īstenota mērķtiecīgi organizētā darbībā. Atšķirībā no pieejām, kur audzināšanas efekts veidojas netieši, DFBFA modelī tikumu pieredze ir integrēta nodarbību struktūrā, kas apstiprina darba zinātnisko novitāti: Latvijā pirmo reizi pedagoģiski aprobēts un ar rādītāju sistēmu izvērtēts DFBFA modelis tikumu audzināšanai pirmsskolā.

Rezultāti kopumā norāda uz vienotu tendenci – tikumu izpausmju stabilitāte pieaug, ja nodarbības ir regulāras, strukturētas un balstītas konsekventā pedagoģiskā rāmī. Tas ļauj DFBFA interpretēt kā pedagoģisku sistēmu, kur iedarbību nosaka nevis atsevišķi vingrinājumi, bet nodarbību organizācijas loģika, un iegūtā dinamika kopumā atbalsta izvirzīto hipotēzi, ka mērķtiecīgi organizētas džudo filozofijā balstītas aktivitātes, kur centrā ir noteikumi, sadarbība un pedagoga piemērs, veicina bērnu tikumu izpratnes un uzvedības pašregulācijas attīstību.

Iegūtie rezultāti parāda, ka pedagoģiski strukturēta fiziskā aktivitāte DFBFA ir saistīta ar pozitīvu tikumu izpausmju dinamiku 5–6 gadus veciem bērniem. Pirms un pēc intervences salīdzinājums pirmsskolas un interešu izglītības vidē atklāja statistiski nozīmīgus uzlabojumus sociāli emocionālās pašregulācijas un sadarbības rādītājos. DFBFA var tikt skatītas kā strukturēts pedagoģisks mehānisms, kurā skaidri noteikumi, atkārtojamība, sadarbībā balstīta darbība un pedagoga piemērs rada priekšnosacījumus pozitīvām uzvedības pārmaiņām. Agresivitātes izpausmju samazināšanās un sadarbības rādītāju pieaugums norāda uz stabilu uzvedības normu nostiprināšanos pirmsskolas vecumā. Piecu grupu salīdzinošā analīze parādīja, ka tikumu izpausmju dinamika atšķiras atkarībā no izglītības vides un pedagoģiskās pieejas. Izteiktāki rezultāti tika konstatēti grupās, kur DFBFA tika īstenotas sistemātiski un mērķtiecīgi salīdzinājumā ar fiziskajām aktivitātēm bez strukturētas tikumu audzināšanas komponentes.

Izstrādātā kritēriju, rādītāju un līmeņu sistēma nodrošina objektīvu un reproducējamu tikumu izpausmju novērtējumu. Šī sistēma ļauj analizēt pedagoģiskās intervences ietekmi un

salīdzināt rezultātus starp grupām, nodrošinot metodoloģiski pamatotu vērtēšanas instrumentu atbilstoši “Skola 2030” mērķiem. Autora izstrādātā novērošanas skala kļuva par būtisku metodoloģisku ieguldījumu. Tā balstīta uz strukturētu kritēriju un līmeņu sistēmu, kas ļauj fiksēt tikumu izpausmes reālās pedagoģiskās situācijās. Novērošanas izmantošana kā pamata metode atbilst pedagoģiskajām nostādnēm par bērna uzvedības analīzi dabiskā kopdarbībā (Pellegrini & Smith, 1998). Vienlaikus jāņem vērā, ka tikumu izpausmju dinamiku var ietekmēt arī pedagoga personība, grupas sociālais klimats un bērnu sākotnējais sociāli emocionālais līmenis, tādēļ iegūtie rezultāti interpretējami kā pedagoģiskās vides kopējās iedarbības rezultāts. Papildus jāapsver atlases efekta iespējamība interešu izglītības grupās: ilgāk iesaistītie bērni var atšķirties pēc sākotnējās motivācijas vai ģimenes atbalsta. Tāpat novērojumos iespējams novērotāja efekts, tādēļ turpmāk lietderīgi paredzēt vairākus neatkarīgus vērtētājus. Papildus iespējami vēl dažādi ietekmes faktori – ģimenes iesaiste, bērnu sākotnējā pašregulācija/temperaments, kas turpmākos pētījumos būtu jāoperacionalizē un jāiekļauj analizē.

Pedagoģiskā intervence PII tika veikta ar 24 bērnu izlasi, kas ierobežo rezultātu vispārināšanas iespējas. Kontrolgrupas neesamība ierobežo iespēju noteikt stingru cēloņsakarību starp pedagoģisko iedarbību un konstatētajām atšķirībām. Vienlaikus pilotpētījuma VZSS (n = 90) datu iekļaušana un vairāku statistisko procedūru izmantošana paplašināja salīdzinošo analīzi un samazināja nejaušo faktoru ietekmes iespējamību. Iepriekšējos pētījumos par fiziskās aktivitātes ietekmi uz personības attīstību bieži konstatētas statistiskas saistības starp sporta aktivitātēm un empātijas vai pašdisciplīnas rādītājiem (Kozdras, 2019; Lindell-Postigo et al., 2023), tomēr retāk analizēta iedarbības ilguma un intensitātes nozīme. Līdzīgi rezultāti par paškontroles uzlabošanas cīņas mākslu kontekstā konstatēti arī *Lakes* un *Hoyt* (2004) pētījumā. Šajā pētījumā konstatēta pozitīva saistība starp nodarbību ilgumu, regularitāti un tikumu izpausmju līmeni. Tādējādi empīriski apstiprināts mehānisms, ka tikumu izpausmju veidošanās ir saistīta ar sistemātisku, pedagoģiski organizētu fizisko aktivitāti pirmsskolas vecumā. Praktiski tas nozīmē, ka tikumu audzināšanas efektivitāti nosaka nevis aktivitātes “veids” vien, bet tās pedagoģiskā struktūra (noteikumi, rituāli, atkārtojums, sadarbības uzdevumi), ko var reproducēt pirmsskolas sporta nodarbībās.

Kopumā pētījuma rezultāti paplašina sporta pedagoģijas teorētisko izpratni par tikumu audzināšanas iespējām pirmsskolas vecumā, parādot, ka džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes var funkcionēt kā mērķtiecīgi organizēts audzināšanas mehānisms. Tādējādi tiek precizēta kustību aktivitāšu loma bērna personības attīstībā, akcentējot pedagoga organizētas darbības nozīmi tikumu internalizācijā.

Secinājumi

1. Zinātniskās literatūras analīze parādīja, ka tikumu veidošana 5–6 gadus veciem bērniem ir viens no būtiskākajiem pedagoģiskajiem uzdevumiem pirmsskolas vecumposmā un tā visefektīvāk īstenojama darbībā, tostarp kustību un rotaļu formās. Pētījumos tiek uzsvērti tādu tikumu kā draudzība, cieņa, godīgums un līdzdalība nozīme, kā arī to saistība ar fiziskajām aktivitātēm un sociālo mijiedarbību. Džudo filozofija, ko izstrādājis Džigoro Kano, zinātniskajos avotos tiek aplūkota kā vērtībās balstīta un pedagoģiski pamatota pieeja, kas veicina tikumu attīstību pirmsskolas vecuma bērniem strukturētu kustību aktivitāšu procesā. Džudo filozofijas vērtību un pedagoģiskie principi konceptuāli sasaucas ar izglītības reformas “Skola 2030” mērķiem, kuros uzsvars tiek likts uz sociāli emocionālo prasmju, sadarbības, atbildības un pašregulācijas attīstību, tādējādi pamatojot DFBFA izmantošanu kā mūsdienīgu pedagoģisko instrumentu šo mērķu īstenošanai pirmsskolas izglītībā.
2. Balstoties uz teorētiskās analīzes rezultātiem un pedagoģiskā pilotpētījuma datiem, tika izstrādāta DFBFA modeļa koncepcija (džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes), kas orientēta uz mērķtiecīgu tikumu attīstību 5–6 gadus veciem bērniem. Modelis balstās uz džudo principiem un dabiskas mācīšanās pieeju caur kustību un spēli, strukturējot saturu, pedagoģiskos nosacījumus un fizisko aktivitāšu organizēšanas formas, tādējādi nodrošinot tikumu sistēmisku iekļaušanu veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām. Izstrādātais modelis veido pedagoģiski organizētu vidi, kurā tikumu attīstība norisinās caur atkārtotām darbībām, sadarbību un pedagoga virzītu bērnu savstarpējo mijiedarbību. Tikumu apguves līmeņa izvērtēšanai tika izstrādāti 11 kritēriji un 26 rādītāji, kas aptver dažādus bērnu sociālās uzvedības aspektus. Minētie kritēriji un rādītāji tika izmantoti novērojumos, testēšanā un izmaiņu dinamikas analīzē visos pētījuma posmos. Pētījuma gaitā tika precizēti modeļa mērķi, struktūra un vingrinājumu kopums, pielāgojot veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām (DFBFA). Metodika tika pielāgota 5–6 gadus vecu bērnu vecumposma īpatnībām, optimizējot nodarbību ilgumu (5–6 minūtes) un konkretizējot pedagoģiskos uzdevumus un situācijas, kas ļāva paaugstināt izmaiņu dinamikas izvērtēšanas precizitāti un nodrošināt modeļa praktisku lietojamību pirmsskolas izglītības iestādēs (PII) un interešu izglītības iestādēs (VZSS).
3. Pedagoģiskā pilotpētījuma ietvaros, kas tika īstenots VZSS, iesaistot trīs bērnu grupas ar atšķirīgu džudo nodarbību pieredzi (2 gadi, 1 gads un iesācēji), tika veikts tikumu izpaušmju līmeņa izvērtējums, izmantojot kvalitatīvās un kvantitatīvās pētniecības metodes. Pētījumā tika izmantota detalizēta psihodiagnostiskā izpēte, balstoties uz adaptētām metodikām (Kaļiņina, Dermanova, Košeļeva), kas nodrošināja daudzdimensionālu tikumu attīstības līmeņa un bērnu uzvedības īpatnību novērtējumu. Iegūtie rezultāti ļāva konstatēt atšķirības tikumu – draudzība,

cieņa, godīgums un līdzdalība – izpaušmju līmenī atkarībā no bērnu džudo nodarbību pieredzes. Datu analīze apstiprināja bērnu sākotnējo tikumu attīstības līmeni un atklāja noturīgas uzvedības tendences, kas raksturo bērnu attieksmi pret sadarbību un sociālo mijiedarbību grupā. Vienlaikus tika identificētas pedagoģiskās situācijas, kas ietekmē sadarbības un empātijas prasmju attīstību un nostiprināšanu, kas pamatoja nepieciešamību mērķtiecīgi iekļaut attiecīgus uzdevumus veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām PII. Kvalitatīvo un kvantitatīvo datu integrācija nodrošināja būtiskas empīriskās informācijas iegūvi, kas kalpoja par pamatu DFBFA modeļa struktūras precizēšanai, turpmākās pedagoģiskās intervences plānošanai PII un pētījuma metodoloģijas pilnveidei.

4. Pirmā ekspertu vērtēšana norādīja uz DFBFA modeļa izmantošanas pedagoģisko lietderību un aktualitāti kā strukturēta satura risinājumu tikumu attīstībai pirmsskolas izglītībā. Eksperti uzsvēra piedāvātā modeļa atbilstību 5–6 gadus vecu bērnu vecumposma īpatnībām, tā loģisko struktūru un iespēju mērķtiecīgi izmantot DFBFA tikumu attīstībai veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībām PII. Ekspertu atzinumi pamatoja nepieciešamību veikt turpmāku DFBFA modeļa pedagoģisko aprobāciju (pedagoģiskā intervence) PII.
5. Pedagoģiskās intervences DFBFA īstenošana pirmsskolas izglītības iestādē (PII), balstoties uz Rīgas PII Nr. 252 divu grupu pieredzi un ietverot 55 adaptētas pedagoģiskās situācijas, apliecināja augstu pedagoģisko efektivitāti veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās. Džudo filozofijā, ko izstrādājis Dzigoro Kano, DFBFA tika īstenotas ar atšķirīgu intensitāti (vienu un divas reizes nedēļā), saglabājot nodarbību galvenās daļas ilgumu 5–6 minūtes. Tikumu izpaušmju dinamikas izvērtējums pirms un pēc intervences atklāja statistiski un pedagoģiski nozīmīgas pozitīvas izmaiņas draudzības, cieņas, godīguma un sadarbības līmenī bērniem PII. Salīdzinošā analīze starp VZSS un PII grupām parādīja, ka visaugstākais tikumu izpaušmju līmenis tika konstatēts bērniem VZSS ar divu gadu džudo nodarbību pieredzi, nedaudz zemāks – bērniem ar viena gada pieredzi, savukārt bērniem PII tikumu attīstība bija izteikti pozitīva tieši mērķtiecīgas pedagoģiskās intervences rezultātā. Vienlaikus PII apstākļos tikumu attīstība bija izteiktāka grupā ar nodarbību biežumu divas reizes nedēļā, salīdzinot ar grupu ar vienu nodarbību nedēļā, kas liecina par DFBFA efektivitātes atkarību no pedagoģiskās iedarbības intensitātes. Iegūtie rezultāti ļāva pilnveidot DFBFA modeļa struktūru un pamatoja praktisku rekomendāciju izstrādi DFBFA modeļa izmantošanai PII un VZSS, veicinot mērķtiecīgu tikumu attīstību pirmsskolas vecuma bērniem veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomas nodarbībās. Tādējādi iegūtie rezultāti pilnībā apstiprina izvirzīto hipotēzi un apliecina izstrādātās metodikas zinātnisko un praktisko nozīmīgumu pirmsskolas izglītības kvalitātes pilnveidē.

Praktiskās rekomendācijas

Balstoties uz promocijas darba rezultātiem, teorētisko analīzi un praktisko pieredzi, īstenojot Džudo filozofijā balstītas fiziskās aktivitātes, izstrādātas šādas rekomendācijas pirmsskolas izglītības praksei:

- Džudo filozofijā balstītu fizisko aktivitāšu integrēšana veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā. Ieteicams sistemātiski ieviest fiziskās aktivitātes, kas balstītas uz džudo filozofiju veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomā kā efektīvu līdzekli pirmsskolas vecuma bērnu tikumisko vērtību – godīgums, cieņa, draudzība un sadarbība – veicināšanai.
- Uz tikumību vērsts uzsvars visās fiziskajās aktivitātēs. Visās fiziskajās aktivitātēs (spēlēs, vingrinājumos, pāru uzdevumos, cīņas elementu apgūvē) būtiski ir uzsvērt ne vien fizisko attīstību, bet arī tikumisko vērtību audzināšanu kā būtisku izglītības mērķi. Bērnu uzvedībai kustībā jāatspoguļo viņu attieksme pret citiem – būt godīgiem, cienīt, draudzēties un sadarboties.
- Īpašs uzsvars uz principu rei. Īpaša uzmanība pievēršama rei principa ieviešanai kā ārējas un iekšējas cieņas izpausmei. Paklanīšanās, uzmanība pret partneri, spēja rīkoties atturīgi, saudzīgi un cienīgi – šīs uzvedības formas būtu praktizējamas ne vien nodarbībās, bet arī ikdienas situācijās, veidojot tikumu kultūru ārpus organizētām aktivitātēm.
- Pedagoģisko situāciju izstrāde ar tikumisku saturu. Turpināma pedagoģisko situāciju izstrāde un ieviešana, kurās bērni rotaļu un kustību kontekstā sastopas ar tikumisku izvēli un mācās izmantot godīgumu, cieņu, draudzību un sadarbību reālās un modelētās sociālās mijiedarbībās.
- Pedagogu sagatavošana un metodiskais atbalsts. Nodrošināma pedagogu sagatavošana džudo filozofijā balstītu fizisko aktivitāšu izmantošanai kā tikumiskās audzināšanas instrumentam, tajā skaitā iepazīstināšana ar džudo filozofiskajiem pamatprincipiem un metodiku tikumisko kategoriju ieviešanai kustībā un saskarsmē.
- Integrācija ar citām mācību jomām. Ieteicams integrēt tikumisko audzināšanu arī citās mācību jomās, piemēram, valodu mācību jomā, sociālajā un pilsoniskajā mācību jomā, mākslā, veidojot bērnos izpratni par vērtībām dažādu darbību un izteiksmes formu ietvaros (stāstījumos, lomu spēlēs, radošās nodarbēs un saskarsmē).
- Izmaiņu monitorings bērnu uzvedībā. Būtiski regulāri novērot un analizēt izmaiņas bērnu uzvedībā, īpaši attiecībā uz godīguma, cieņas, draudzības un sadarbības izpausmēm, izmantojot tādas metodes kā novērojumi, sarunas, pāru un grupu mijiedarbības analīze, kā arī reģistrējot tikumisko rīcību arī ārpus strukturētajām nodarbībām.

Priekšlikumi

- Turpināt pētījumus par tikumu audzināšanu bērībā, īpaši 5–7 gadu vecumposmā, paplašinot izlasi un iekļaujot dažādas sociālās un kultūras vides. Tas ļautu precīzāk noteikt, kuri audzināšanas mehānismi ir visefektīvākie dažādos pedagoģiskajos kontekstos.
- Ieteicams integrēt džudo filozofijas vērtības pirmsskolas fiziskajās aktivitātēs, iekļaujot rotaļas un uzdevumus, kas veicina draudzību, cieņu, līdzdalību un pašpārvaldi. Šāda pieeja palīdz bērniem attīstīt ne tikai kustību iemaņas, bet arī emocionālo un sociālo līdzsvaru.
- Pedagoģiem un treneriem ieteicams izmantot adaptētus džudo elementus kā audzināšanas instrumentu, nevis tikai kā sporta disciplīnu. Piemēram, spēles un vingrinājumi ar sadarbības un līdzsvara elementiem var kalpot kā efektīvs līdzeklis tikumu audzināšanai.
- Izstrādāt metodiskos materiālus un apmācības kursus pirmsskolas skolotājiem, kas balstīti uz džudo filozofijas principiem – enerģijas vislabākā izmantošana (*Seiryoku Zenyo*) un savstarpējā labklājība (*Jita-Kyoei*). Šāda apmācība veicinātu vienotu pieeju vērtību izglītībā Latvijā.
- Veidot starpdisciplināru sadarbību starp izglītības un veselības zinātņu speciālistiem, lai turpmākajos pētījumos apvienotu pedagoģiskos, psiholoģiskos un fizioloģiskos aspektus bērnu tikumu attīstībā līdz ar kustību aktivitātēm.
- Pētīt adaptīvās džudo metodes lietojumu bērniem ar īpašām vajadzībām, īpaši sociālās uzvedības un emocionālās pašregulācijas uzlabošanā. Tas sniegtu būtisku ieguldījumu iekļaujošās izglītības praksē.
- Izveidot digitālu datubāzi vai platformu, kurā apkopotu spēļu, uzdevumu un metožu piemēri tikumu audzināšanai caur džudo filozofiju. Tā kalpotu kā resurss skolotājiem, treneriem un pētniekiem.
- Ieteicams turpināt promocijas darba tēmu *Erasmus+* un *Jean Monnet* projektu ietvaros, attīstot starptautisku sadarbību ar Japānas, Polijas un Itālijas universitātēm, kur tiek pētīta džudo filozofijas ietekme izglītībā.

Publikāciju, ziņojumu saraksts par promocijas darba tēmu

Publikācijas:

1. Krauze, J., Ābele, A., Bula-Biteniece, I., & Rajevska, O. (2026). Assessing the development of virtues in preschool children through physical activity based on judo philosophy: a structured observation. *Ido Movement for Culture – Journal of Martial Arts Anthropology*, 26(2 (2026)), 32–39. https://science.rsu.lv/admin/files/121569599/Assessing_the_development_of_virtues_in_preschool_children_through_physical_activity_based_on_judo_philosophy_a_structured_observation.pdf
2. Krauze, J., Ābele, A., Bula-Biteniece, I., Rajevska, O. (2025). Comprehensive Analysis of the Perception of Virtues in 5–6-Year-Old Preschoolers with Different Judo Experience Based on an Authorial Scale. *Physical Education Theory and Methodology*, 25(5), 1146–1152. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.5.14>
3. Krauze, J., Ābele, A., Bula-Biteniece, I. (2025). Interrelations between the Morals of 5–6-Year-Old Children and Balance Exercises in Judo Physical Activities. *Lase Journal of Sport Science*. DOI: https://doi.org/10.25143/lase_joss.v15i1-2.04
4. Krauze, J., Bula-Biteniece, I., Ābele, A. (2024). Actualization of Jigoro Kano's judo philosophy for virtue education in preschool children. “The 18th International Scientific Conference “Society. Integration. Education – SIE2024”. May 24–25 2024. <https://journals.rta.lv/index.php/SIE/article/view/7825/6558>
5. Krauze, J. (January 2022). Historical analysis of the evolution of ideas of morality education with the european and japanese society. *Scientific collection “Interconf”*. 95, 191–197. <http://dx.doi.org/10.51582/interconf.19-20.01.2022.018>
6. Krauze, J. (2020). Game influence in judo lessons on moral education for preschool age children. *European Journal of Humanities and Social Sciences*, (5), 85–91. https://ppublishing.org/media/uploads/journals/journal/EJH-5_2020_TL.pdf
7. Krauze, J. (2021). Educational situations in judo lessons as a means of moral education of preschoolers. *InterConf*. <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/interconf/article/view/13547>

Ziņojumi un tēzes:

1. Integrated Learning of Fundamental Movements and Values through Judo-Philosophy-Based Physical Activities. Rīga Stradiņš University International Research Conference on Medical and Health Care Sciences “Knowledge for Use in Practice” 2025-05-26.
2. The Impact of Judo Activities on the Development of Values in Preschool Children. XV international scientific and practical conference “Modern problems and Prospects for the Development of Physical Education, Health and Professional Training of Future Specialists in Physical Culture and Sports”, 2025-05-27, Kiiv, Ukraine.
3. Actualization of dzigoro kano's judo philosophy for virtue education in preschool children. The 18th International Scientific Conference. Society. Integration. Education – SIE2024. May 24–25, 2024, Rēzekne, Latvija.
4. Pupil personality building during judo classes. The 12th conference of Baltic Society of Sport Sciences. 2019. gada 25.–26. aprīlī, Viļņa, Lietuva.

Citi publikāciju veidi:

1. Krauze, J. (2020). Mazajiem par džudo. Krāsojamā grāmatiņa ar uzdevumiem (no 4 gadiem). Red. S. L. Zariņa. Rīga: 77 lpp. ISBN 978-9934-23-159-9.

Studējošo ziņojumi un tēzes:

1. The impact of judo philosophy on the personal and social development of 5–6-year-old children. Rīgas Tehniskās universitātes 66. Starptautiskās zinātniskās konferences. 2025. gada 17. oktobrī, Rīga, Latvija.

2. Džudo treniņu līdzekļu ietekme uz 5–6 gadus vecu bērnu tikumiskās audzināšanas attīstību. LSPA starptautiskā doktorantu un maģistrantu 13. Zinātniskā konference sporta zinātnē SPORTAM BŪT! 2020. gada 21. decembrī, Rīga, Latvija.
3. Džudo treniņu līdzekļu ietekme uz pirmsskolēnu tikumiskās audzināšanas attīstību 5–6 gadus veciem bērniem. LSPA starptautiskā doktorantu un maģistrantu 12. Zinātniskā konference sporta zinātnē “Sports 2020: dzīve ir kustība, kustība ir sports”. 2020. gada 16. martā, Rīga, Latvija.
4. Bērna personības veidošanās džudo cīņas aspektu ietekmē. LSPA starptautiskā doktorantu un maģistrantu 11. Zinātniskā konference sporta zinātnē “Sports 2019: darām šodien, domājot par rītdienu”. 2019. gada 18. martā, Rīga, Latvija.

Literatūras un avotu saraksts

1. Ābele, A. (2018). *Sporta psiholoģija: Teorija un prakse*. Raka.
2. Adriana, N., & Mircea, I. E. (2011). The emotional education of preschoolers through judo. *Annals of the University "Dunarea de Jos" of Galati: Fascicle XV: Physical Education & Sport Management*, (1).
3. Akdemir, S., & Gölge, Z. B. (2020). Cruelty to animals in Turkish children: Connections with aggression and empathy. *Anthrozoös*, 33(2), 285–299.
4. Alexander, H. A. (2016). Assessing virtue: Measurement in moral education at home and abroad. *Ethics and Education*, 11(3), 310–325. <https://doi.org/10.1080/17449642.2016.1240385>
5. Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). The effects of media violence on society. *Science*, 295(5564), 2377–2379.
6. Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives* (Complete ed.). Longman.
7. Anderson-Butcher, D., Bates, S., Amorose, A., Wade-Mdivanian, R., & Lower-Hoppe, L. (2021). Social-emotional learning interventions in youth sport: What matters in design? *Child and Adolescent Social Work Journal*, 38(4), 367–379.
8. Arda Tuncdemir, T. B., Burroughs, M. D., & Moore, G. (2022). Effects of philosophical ethics in early childhood on preschool children's social-emotional competence and theory of mind. *International Journal of Child Care and Education Policy*, 16(1), Article 5.
9. Aristotle. (2009). *Nicomachean ethics* (W. D. Ross, Trans.). Oxford University Press.
10. Aronfreed, J. (1969). The problem of imitation. In *Advances in child development and behavior* (Vol. 4, pp. 209–319). JAI Press.
11. Badhwar, N. K. (2022). Virtue ethics. In *The Routledge companion to libertarianism* (pp. 68–81). Routledge.
12. Balodis, K. (2007). *Ievads civiltiesībās*. Zvaigzne ABC.
13. Bamkin, S. (2024). *Enacting moral education in Japan: Between state policy and school practice*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003125471>
14. Bandeira, A., de Oliveira, V. M., & Brasil, M. R. (2022). Production of knowledge on the theme of judo in scientific journals of physical education. *Cadernos de Educação Física e Esporte*, 20, 28168. <https://doi.org/10.36453/cefe.2022.28168>
15. Bandura, A. (2014). Social cognitive theory of moral thought and action. In *Handbook of moral behavior and development* (pp. 45–103). Psychology Press.
16. Beļickis, I., Blūma, D., Koķe, T., & Blinkena, A. (2000). *Pedagoģijas terminu skaidrojošā vārdnīca* (Skujņa, Ed.). Zvaigzne.
17. Bennett, A., & Kano Sensei Biographic Editorial Committee. (2009). *Jigoro Kano and the Kodokan: An innovative response to modernisation*.
18. Berg, A. (2021). Kant on moral respect. *Archiv für Geschichte der Philosophie*, 103(4), 730–760. <https://doi.org/10.1515/agph-2019-0022>
19. Bernhard, A. (2017). *Pädagogisches Denken: Einführung in allgemeine Grundlagen der Erziehungs- und Bildungswissenschaft* (8th ed.). Schneider Verlag Hohengehren.
20. Biddle, S. J., Ciaccioni, S., Thomas, G., & Vergeer, I. (2019). Physical activity and mental health in children and adolescents: An updated review of reviews and an analysis of causality. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 146–155. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.011>
21. Bierman, K. L., & Motamedi, M. (2015). SEL programs for preschool children. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, & T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice* (pp. 135–150). Guilford Press.

22. Biggs, J. B., & Collis, K. F. (1982). *Evaluating the quality of learning: The SOLO taxonomy (Structure of the Observed Learning Outcome)*. Academic Press.
23. Bilavych, H., Savchuk, B., Bilavych, I., Pantiuk, M., & Khalo, Z. (2020, May). Formation of younger pupils' sustainable interest in physical culture in outdoor education institutions. In *Society. Integration. Education: Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 3, pp. 73–84).
24. Birhan, W., Shiferaw, G., Amsalu, A., Tamiru, M., & Tiruye, H. (2021). Exploring the context of teaching character education to children in preprimary and primary schools. *Social Sciences & Humanities Open*, 4(1), 100171. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2021.100171>
25. Birnbacher, D. (1999). The Socratic method in teaching medical ethics: Potentials and limitations. *Medicine, Health Care and Philosophy*, 2, 219–224.
26. Blair, C., & Raver, C. C. (2021). Child development in the context of adversity: Experiential canalization of brain and behavior. *American Psychologist*, 67(4), 309–318.
27. Bliznevsky, A., Kudryavtsev, M. D., Iermakov, S. S., & Jagiełło, W. (2016). Formation of active-effective attitude of 12–13 years' judo athletes to sports functioning in competition period. *Archives of Budo*, 12.
28. Blum, J. (2017). Introduction. In *The end of the old order in rural Europe* (pp. 1–8). Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400885770-003>
29. Böhm, M. S. W., & Soëtard, M. (2012). *Jean-Jacques Rousseau, der Pädagoge*. Verlag Ferdinand Schöningh.
30. Bradić, S. (2023). *Judo as a method of moral and psychological development* (Doctoral dissertation, University of Hertfordshire). UH Research Archive. <https://doi.org/10.18745/th.27290>
31. Brousse, M. (2021). The judo moral code or the Western “re-Japanisation” of modern judo. *The Arts and Sciences of Judo*, 1(1), 21–29.
32. Brousse, M., & Matsumoto, D. R. (1999). *Judo: A sport and a way of life*. International Judo Federation.
33. Bruner, J. (2004). A short history of psychological theories of learning. *Daedalus*, 133(1), 13–20.
34. Brush, K. E., Jones, S. M., Bailey, R., Nelson, B., Raisch, N., & Meland, E. (2022). Social and emotional learning: From conceptualization to practical application in a global context. In J. DeJaeghere & E. Murphy-Graham (Eds.), *Life skills education for youth* (Young People and Learning Processes in School and Everyday Life, Vol. 5). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-85214-6_3
35. Budzei, S. V. (2011). Spiritual and moral education of children in the general secondary education system. In N. A. Lobanov & V. N. Skvortsov (Eds.), *Lifelong learning: Continuous education for sustainable development* (Vol. 9, p. 214). LSU named after A. S. Pushkin.
36. Bukowski, W. M., Laursen, B., & Rubin, K. H. (Eds.). (2018). *Handbook of peer interactions, relationships, and groups* (2nd ed.). Guilford Press.
37. Bula-Biteniece, I. (2011). *Holistiskā pieeja ģimenes sportā pirmsskolas izglītībā* (Promocijas darbs, Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija).
38. Callan, M. (2018). Judo as a physical, intellectual and moral education. In *The science of judo* (pp. 14–18). Routledge.
39. Callan, M., & Bradić, S. (2018). Historical development of judo. In *The science of judo* (pp. 7–13). Routledge.
40. Carden, L., & Wood, W. (2018). Habit formation and change. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 20, 117–122. <https://doi.org/10.1016/j.cobeha.2017.12.009>
41. Carney, S. (2022). Reimagining our futures together: A new social contract for education (Review of the book *Reimagining our futures together: A new social contract for education*, by UNESCO). *Comparative Education*, 58(4), 568–569. <https://doi.org/10.1080/03050068.2022.2102326>

42. UNESCO. (2021). *Reimagining our futures together: A new social contract for education*. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000379707>
43. Cereda, F. (2023). A modern pedagogical approach in the subject of physical education. *Physical Education and Sports: Studies and Research*, 2(2), 126–141.
44. Ciaccioni, S., Condello, G., Guidotti, F., & Capranica, L. (2019). Effects of judo training on bones: A systematic literature review. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 33(10), 2882–2896.
45. Cicero, M. T. (1855). *Three books of offices, or moral duties: Also his Cato Major; an essay on old age; Laelius, an essay on friendship; Paradoxes; Scipio's dream; and letter to Quintus on the duties of a magistrate*. Harper & Brothers.
46. Coe, R., Waring, M., Hedges, L. V., & Ashley, L. D. (Eds.). (2025). *Research methods and methodologies in education*. SAGE Publications.
47. Comenius, J. A. (1910). *The great didactic*. A. & C. Black.
48. Comte-Sponville, A. (2021). *Dictionnaire philosophique*. PUF.
49. Cornelli, G. (2013). *In search of Pythagoreanism: Pythagoreanism as an historiographical category* (Vol. 4). Walter de Gruyter.
50. Cosco, N. G. (2007). Developing evidence-based design: Environmental interventions for healthy development of young children in the outdoors. In *Open space: People space* (pp. 145–156). Taylor & Francis.
51. Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2024). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (6th ed.). SAGE.
52. Culclasure, B. T., Fleming, D. J., & Riga, G. (2023). Montessori education and social-emotional development in early childhood: A systematic review. *Early Childhood Research Quarterly*, 64, 85–98. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2023.02.004>
53. Dale, E. (1969). *Audiovisual methods in teaching*. Dryden Press.
54. Dapp, L. C., Gashaj, V., & Roebers, C. M. (2021). Physical activity and motor skills in children: A differentiated approach. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101916. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101916>
55. Darwall, S. (2009). *The second-person standpoint: Morality, respect, and accountability*. Harvard University Press.
56. Davenport, B. R., & Bourgeois, N. M. (2008). Play, aggression, the preschool child, and the family: A review of literature to guide empirically informed play therapy with aggressive preschool children. *International Journal of Play Therapy*, 17(1), 2–19.
57. De Cremer, D., & Mulder, L. B. (2007). A passion for respect: On understanding the role of human needs and morality. *Gruppe. Interaktion. Organisation. Zeitschrift für Angewandte Organisationspsychologie*, 38, 439–449.
58. de Souza, B. G., & Franco, N. (2022). Dança e pessoas com deficiência em periódicos brasileiros da Educação Física (1979–2019). *Linhas Críticas*, 28, e40833. <https://doi.org/10.26512/lc28202240833>
59. Decety, J., & Ickes, W. (Eds.). (2011). *The social neuroscience of empathy*. MIT Press.
60. Denham, S. A., Bassett, H. H., & Zinsser, K. (2012). Early childhood teachers as socializers of young children's emotional competence. *Early Childhood Education Journal*, 40(3), 137–143.
61. Dewey, J. (1968). *Experience and nature*. Open Court Publishing.
62. Diananda, A. (2025). Fostering moral and emotional character in early childhood toward society 5.0. *International Journal of Early Childhood Education Studies*, 14(1). <https://doi.org/10.15294/ijeces.v14i1.23698>
63. Diderot, D. (1762). *De l'éducation publique*. University of Chicago Press.

64. Dillon, R. S. (2022). Respect. In E. N. Zalta & U. Nodelman (Eds.), *The Stanford encyclopedia of philosophy* (Fall 2022 ed.). Stanford University. <https://plato.stanford.edu/archives/fall2022/entries/respect/>
65. Dravnieks, J. (2004). *Matemātiskās statistikas metodes sporta zinātnē: Mācību grāmata LSPA studentiem, maģistrantiem, doktorantiem*. Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija.
66. Durkheim, E. (2012). *Moral education*. Courier Corporation.
67. Eiropas Komisija. (2008). *Balta grāmata par sportu* [White paper on sport]. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LV/TXT/?uri=CELEX:52007DC0391>
68. Elias, M. J., Parker, S. J., & Kash, V. M. (2008). Social and emotional learning, moral education, and character education: A comparative analysis and a view toward convergence. In L. Nucci & D. Narvaez (Eds.), *Handbook of moral and character education* (pp. 264–282). Routledge.
69. Ellonen, N., & Pösö, T. (2011). Children's experiences of completing a computer-based violence survey: Ethical implications. *Children & Society*, 25(6), 470–481.
70. Eryong, X., & Li, J. (2021). What is the ultimate education task in China? Exploring “strengthen moral education for cultivating people” (“Li De Shu Ren”). *Educational Philosophy and Theory*, 53(2), 128–139.
71. Espartero, J., Villamón, M., & González, R. (2011). Artes marciales japonesas: Prácticas corporales representativas de su identidad cultural. *Movimento*, 17(3), 39–55.
72. Ettrich, C., & Ettrich, K. U. (2006). *Verhaltensauffällige Kinder und Jugendliche*. Springer.
73. Fernández González, M. J. (2020). Tikumiskā audzināšana, lai ilgtermiņā dzīvotu vērtīgu dzīvi. Latvijas Universitāte. <https://www.lu.lv/par-mums/lu-mediji/zinas/zina/t/61749/>
74. Fernández González, M. J. (2019a). *Rakstura un tikumiskās audzināšanas kultūrvēsturiskā izpēte Latvijā un pasaulē: Pētījuma ziņojums*. Latvijas Universitāte. https://www.lu.lv/fileadmin/user_upload/LU.LV/LV_WP2_petijuma_zinojums_FINAL.pdf
75. Fernández González, M. J. (2019b). *Skolēnu morālā audzināšana Latvijas skolās: Vecāku, skolotāju, topošo skolotāju un skolu un izglītības pārvaldes vadītāju viedokļi* (Doctoral dissertation, Latvijas Universitāte). LU DSpace. <https://dspace.lu.lv/server/api/core/bitstreams/b49dce26-39e1-40c2-9eea-a83fb40a467b/content>
76. Ferr, H. (2025). The normal distribution is not normal in psychological data: Moving beyond parametric dogma. *PLOS Mental Health*, 2(8), e0000403. <https://doi.org/10.1371/journal.pmen.0000403>
77. Field, A. P. (2024). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics*. SAGE Publications.
78. Fleer, M., & Veresov, N. (2018). *Dialectical pedagogy and the development of play*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-981-10-3059-0>
79. Franchini, E., Sterkowicz, S., Meira Jr, C. M., Gomes, F. R. F., & Tani, G. (2008). Technical variation in a sample of high-level judo players. *Perceptual and Motor Skills*, 106(3), 859–869.
80. Franke-Meyer, D. (2011). *Kleinkindererziehung und Kindergarten im historischen Prozess: Ihre Rolle im Spannungsfeld zwischen Bildungspolitik, Familie und Schule*. Julius Klinkhardt.
81. Freiberga, I. (2013). *Literārais darbs kā līdzeklis pirmsskolas vecuma bērna personības attīstības sekmēšanai pedagogiskajā procesā* (Promocijas darbs). Liepājas Universitāte.
82. Friedman, M. (2013). *Kant's construction of nature: A reading of the metaphysical foundations of natural science*. Cambridge University Press.
83. Froebel, F. (1885). *The education of man* (J. Jarvis, Trans.). A. Lovell & Co. <https://www.froebelweb.org/web7000.html>
84. Fu, Q., Li, L., Li, Q., & Wang, J. (2025). The effects of physical activity on the mental health of typically developing children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25(1), 1514.

85. Fukuda, D. H., Stout, J. R., Burris, P. M., & Fukuda, R. S. (2011). Judo for children and adolescents: Benefits of combat sports. *Strength & Conditioning Journal*, 33(6), 60–63.
86. Fung, A. L. C., Tsang, E. Y. H., Zhou, G., Low, A. Y. T., Ho, M. Y., & Lam, B. Y. H. (2019). Relationship between peer victimization and reactive-proactive aggression in school children. *Psychology of Violence*, 9(3), 350–358. <https://doi.org/10.1037/vio0000125>
87. Fushimi, K. (1992). *Cultural and historical transformation of judo in the United States and Japan: Is sport dependent on the dominant culture?* (Doctoral dissertation, Oregon State University).
88. Garbeloto, F., Miarka, B., Guimarães, E., Gomes, F. R. F., Tagusari, F. I., & Tani, G. (2023). A new developmental approach for judo focusing on health, physical, motor, and educational attributes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2260. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032260>
89. Gardner, B., Rebar, A. L., & Lally, P. (2022). How does habit form? Guidelines for tracking real-world habit formation. *Cogent Psychology*, 9(1).
90. Gardner, H. (1996). *Intelligence: Multiple perspectives*. Library of Congress.
91. Gardner, H. (2007). *Five minds for the future*. Harvard Business School Press.
92. Geske, A., & Grīnfelds, A. (2006). *Izglītības pētniecība*. LU Akadēmiskais apgāds. <https://dspace.lu.lv/server/api/core/bitstreams/2c5386f5-d680-4b7b-b3b3-1474e76411ba/content>
93. Sugiura, Y., & Gillespie, J. K. (1993). *Nihon bunka o Eigo de shokaisuru jiten: Traditional Japanese culture & modern Japan*. Natsumesha.
94. Gottlieb, P. (2022). *Aristotle's ethics: Nicomachean and Eudemian themes*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108588034>
95. Grava, J. (2018). *Bērncentrētās pedagoģiskās pieejas īstenošana bērnu pašrealizācijai pirmsskolā* (Promocijas darbs). Liepājas Universitāte.
96. Grazzani, I., Ornaghi, V., Conte, E., Pepe, A., & Caprin, C. (2018). The relation between emotion understanding and theory of mind in children aged 3 to 8: The key role of language. *Frontiers in Psychology*, 9, 724. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00724>
97. Guļevska, D. (Ed.). (2013). *Latviešu valodas vārdnīca*. Avots.
98. Gülseven, Z., Yu, M. V. B., Zarrett, N., Vandell, D. L., & Simpkins, S. D. (2021). Self-control and cooperation in childhood as antecedents of less moral disengagement in adolescence. *Development and Psychopathology*, 35(1), 290–300. <https://doi.org/10.1017/S0954579421000584>
99. Habermas, J. (2019). Noch einmal: Zum Verhältnis von Moralität und Sittlichkeit: Vortrag an der Universität Frankfurt, 19. Juni 2019. *Deutsche Zeitschrift für Philosophie*, 67(5), 729–743.
100. Hata, T. (2024). Japanese philosophy of sport. In V. Girginov & F. J. L. Frias (Eds.), *Routledge encyclopedia of sport philosophy*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780367766924-RESS153-1>
101. Hegel, G. W. F. (1988). *Hegel's system of ethical life and first philosophy of spirit*. State University of New York Press.
102. Hegel, G. W. F. (2022). *Dissertatio philosophica de orbitis planetarum: Philosophische Dissertation über die Planetenbahnen* (Vol. 749). Felix Meiner Verlag.
103. Helminga, H. (2006). *Montessori pedagoģija*. Jumava.
104. Hill, T. E., Jr. (2022). Four conceptions of conscience. In *Integrity and conscience* (pp. 13–52). New York University Press. <https://doi.org/10.18574/nyu/9780814739617.003.0006>
105. Hoare, S. (2008). *A history of judo*. Yamagi.
106. Hosaka, M. (1997, July). Japan's coban system. *Japan Currents*, 1(7), 27–28.
107. Hryban, H., & Filina, V. (2022). The influence of judo on the moral and voluntary education of senior school students. *Zhytomyr Ivan Franko State University Journal. Pedagogical Sciences*, 2(109), 64–77. <https://doi.org/10.1080/23311908.2022.2041277>

108. Ministru kabinets. (1998). *Izglītības likums*. <https://likumi.lv/doc.php?id=50759>
109. Harvard University Center on the Developing Child. (2021). *3 principles to improve outcomes for children and families*. https://harvardcenter.wpenginpowered.com/wp-content/uploads/2017/10/3Principles_Update2021v2.pdf
110. Harvard University Center on the Developing Child. (2022). *Stress and resilience: How toxic stress affects us, and what we can do about it*. <http://www.developingchild.net/>
111. Latviešu valodas institūts. (1996). *Latviešu literārās valodas vārdnīca* (8 sēj.). Zinātne.
112. International Judo Federation. (2013). *Code of ethics*. <https://www.ijf.org/documents>
113. International Judo Federation. (2017). *Swiss association* (Translated from the French original). <https://www.ijf.org/documents>
114. International Judo Federation. (2024). *Children commission documents*. <https://www.ijf.org/ijf/documents/7>
115. International Judo Federation. (2023a). *Seiryoku-zenyo: Ultimately, there is simplicity*. <https://www.ijf.org/history/judo-culture/2300>
116. International Judo Federation. (2023b). *Jita kyoei: Let's raise the flag of mutual aid*. <https://www.ijf.org/history/judo-culture/2290>
117. Izglītības kvalitātes valsts dienests. (2024). *Izglītojamo audzināšanas vadlīnijas un informācijas, mācību līdzekļu, materiālu un mācību un audzināšanas metožu izvērtēšanas kārtība*. <https://www.ikvd.gov.lv/lv/media/71/download?attachment>
118. Izglītības un zinātnes ministrija. (2024). *Profesionālās ievirzes sporta izglītības iestāžu dati 2023./2024. mācību gadā*. <https://www.izm.gov.lv/lv/profesionalas-ievirzes-sporta-izglitibas-iestazu-dati>
119. Izumi-Taylor, S., & Ito, Y. (2015). Japanese preschoolers rule the classroom through play. In J. Roopnarine, M. Patte, J. Johnson, & D. Kuschner (Eds.), *International perspectives on children's play* (pp. 134–145). Open University Press.
120. Jadwiszczak, M., Wawrzyniak, S., & Pezdek, K. (2025). More than movement: A systematic review of moral and social development in adolescents' physical education. *BMC Public Health*, 25, 2076. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-23169-2>
121. Jansone, R., & Bula-Biteniece, I. (2008). Vai tiešām fiziskās aktivitātes pirmskolā tik svarīgas? Mīts vai realitāte. *Pirmsskolas Izglītība*, (2), 17–20.
122. Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 7(1), 40. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>
123. Jarilkapovich, M. A. (2025). Program technology for choosing an effective educational methodology based on modern pedagogical research in the educational system. *Current Research Journal of Pedagogics*, 6(2), 30–33.
124. Jones, S. M., & Kahn, J. (2021). *The evidence base for how we learn: Supporting students' social, emotional, and academic development*. Aspen Institute.
125. Jurgena, I. (2010). *Vispārīgā pedagogija*. N.I.M.S.
126. Kaiser, S. & Fröhlich-Gildhoff, K. (2022). *Resilienzförderung in Krippe und Kindertagespflege*. W. Kohlhammer GmbH. <https://doi.org/10.17433/978-3-17-038801-7>
127. Kanaros, D., & Bourdaniotis, P. (2025). Adolescents' Sport Participation and Socioemotional Learning. *Futurity Education*, 5(2), 147–159. <https://doi.org/10.57125/FED.2025.06.25.08>
128. Kano, J. (1922, July 29). Judo as physical and mental culture. *Japan Advertiser*.
129. Kano, J. (1932). The contribution of judo to education. *The Journal of Health and Physical Education*, 3(9), 37–58.
130. Kano, J. (2009). *Kodokan judo*. Kodansha International.

131. Kano, J. (2013). *Mind over muscle: Writings from the founder of judo*. Kodansha USA.
132. Kano, J., & Martínez-Villasante, L. G. (1989). *Judo Kodokan*. Eyra.
133. Kant, I. (2012). *Groundwork of the metaphysics of morals*. Cambridge University Press.
134. Killen, M., & Dahl, A. (2021). Moral reasoning enables developmental and societal change. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1209–1225. <https://doi.org/10.1177/1745691620964076>
135. King, P., & Newstead, S. (Eds.). (2022). *Play across childhood: International perspectives on diverse contexts of play*. Palgrave Macmillan.
136. Kolb, D. A. (2014). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. FT Press.
137. Kon, I. S. (1989). Independence and participation. *Soviet Education*, 31(9), 28–42.
138. Kowalczyk, M., Zgorzalewicz-Stachowiak, M., Błach, W., & Kostrzewa, M. (2022). Principles of judo training as an organised form of physical activity for children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(4), 1929. <https://doi.org/10.3390/ijerph19041929>
139. Krauze, J. (2020). Game influence in judo lessons on moral education for preschool-age children. *European Journal of Humanities and Social Sciences*, (5), 85–91.
140. Krauze, J. (2021). Educational situations in judo lessons as a means of moral education of preschoolers. *InterConf*.
141. Krauze, J. (2022). Historical analysis of the evolution of ideas of morality education within European and Japanese society. *InterConf*, 95, 191–197. <https://doi.org/10.51582/interconf.19-20.01.2022.018>
142. Krauze, J., Ābele, A., & Bula-Biteniece, I. (2024). Interrelations between the morals of 5–6-year-old children and balance exercises in judo physical activities. *LASE Journal of Sport Science*, 15(1–2), 41–48. https://doi.org/10.25143/lase_joss.v15i1-2.04
143. Krauze, J., Ābele, A., Bula-Biteniece, I., & Rajevska, O. (2025b). Comprehensive analysis of the perception of virtues in 5–6-year-old preschoolers with different judo experience based on an authorial scale. *Physical Education Theory and Methodology*, 25(5), 1146–1152. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2025.5.14>
144. Krauze, J., Ābele, A., Bula-Biteniece, I., & Rajevska, O. (2026). Assessing the development of virtues in preschool children through physical activity based on judo philosophy: A structured observation. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*.
145. Krauze, J., Bula-Biteniece, I., & Ābele, A. (2024). Actualization of Jigoro Kano's judo philosophy for virtue education in preschool children. *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*, 2, 27–36. <https://doi.org/10.17770/sie2024vol2.7825>
146. Krettenauer, T. (2021). Moral sciences and the role of education. *Journal of Moral Education*, 50(1), 77–91.
147. Kristjánsson, K. (2015). *Aristotelian character education*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315752747>
148. Križalkovičová, Z., Szabó, P., Kumli, K., Štefanovský, M., Makai, A., & Szentpéteri, J. (2024). Neurodevelopmental benefits of judo training in preschool children: A multinational mixed-methods follow-up study. *Frontiers in Psychology*, 15, 1457515. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1457515>
149. Kropotkin, P. A. (2021). *Mutual aid: A factor of evolution*. Black Rose Books.
150. Kurita, I. (1987). *Setsugetsuka no kokoro*. Shōdensha.
151. Khandaker, R. (2021). Moral-value based curriculum through playful learning in preschool: Requirement for societal development of Bangladesh. *International Journal of Early Childhood Special Education*, 13(2), 77–87.

152. Kiope, M. (2015). *Klātbūtne: Latviešu un brazīliešu filozofa jezuīta Staņislava Ladusāna dzīve un darbs*. LU FSI.
153. Kohlberg, L. (1994). Stage and sequence: The cognitive–developmental approach to socialization. In B. Puka (Ed.), *Defining perspectives in moral development* (pp. 1–134). Garland Publishing. (Original work published 1969)
154. König, R. (2021). Versuch einer Definition der Familie (1946/1974). In *Familiensoziologie* (pp. 73–95). Springer Fachmedien Wiesbaden.
155. Kozdraś, G. (2019). Education in moral values of judo school students. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 19(1S), 50–54.
156. Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(3), 283–302. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2004.04.002>
157. Lasmane, S. (2006). *Rietumeiropas morāles filozofija: Antoloģija*. LU Akadēmiskais apgāds.
158. Lasmane, S. (2024, March 20). Ētika: Filozofiska morāles un tikumu teorija. *Nacionālā enciklopēdija*. <https://enciklopedija.lv/skirklis/66472>
159. Latvijas Džudo federācija. (2021, May 6). *Kontroles normatīvi džudo cīņā (SSG–MT–3)*.
160. Lee, J. Y., Ham, O. K., Oh, H. S., Lee, E. J., Ko, Y., & Kim, B. (2022). Effects of life skill training on school violence attitudes and behavior among elementary school children. *The Journal of School Nursing*, 38(4), 336–346. <https://doi.org/10.1177/10598405211067821>
161. Lickona, T. (1992). *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. Bantam.
162. Līduma, A. (2016). Facilitation of child creativity through musical activity at preschool. *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*, 2, 426–435. <https://doi.org/10.17770/sie2016vol2.1413>
163. Līduma, A. (2023). Scientific analysis of 21st century preschool education reform terminology. *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference*, 2, 79–88. <https://doi.org/10.17770/sie2023vol2>
164. Lieģeniece, D. (1997). *Veseluma pieeja 5–7 gadus veca bērna audzināšanā* (Habilitācijas darba kopsavilkums). Liepājas Pedagoģiskā augstskola.
165. Liepa-Liepiņa, L., & Vronska, N. (2020). Cooperation as a form of communication between parents and preschool teachers. In *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 3, pp. 689–699).
166. Lindell-Postigo, D., Zurita-Ortega, F., Melguizo-Ibáñez, E., González-Valero, G., Ortiz-Franco, M., & Ubago-Jiménez, J. L. (2023). Effectiveness of a judo intervention programme on the psychosocial area in secondary school education students. *Sports*, 11(8), 140. <https://doi.org/10.3390/sports11080140>
167. Lo, W. L. A., Liang, Z., Li, W., Luo, S., Zou, Z., Chen, S., & Yu, Q. (2019). The effect of judo training on set-shifting in school children. *BioMed Research International*, 2019, 2572016. <https://doi.org/10.1155/2019/2572016>
168. Locke, J. (1922). *The educational writings of John Locke*. Cambridge University Press.
169. Ministru kabinets. (1998). *Izglītības likums*. <https://likumi.lv/doc.php?id=50759>
170. Ministru kabinets. (2018). *Noteikumi Nr. 716 par valsts pirmsskolas izglītības vadlīnijām un pirmsskolas izglītības programmu paraugiem*. <https://likumi.lv/ta/id/303371>
171. Ludwig, B. (2020). *Aufklärung über die Sittlichkeit*. Klostermann. <https://doi.org/10.5771/9783465144113>
172. Lukanova, V. (2019). Research of the application of games in teaching judo to children from 7 to 10 years of age. *Trakia Journal of Sciences*, 17, 797–801. <https://doi.org/10.15547/tjs.2019.s.01.131>

173. Malliaropoulos, N., Callan, M., & Pluim, B. (2013). Judo, the gentle way. *British Journal of Sports Medicine*, 47(18), 1137.
174. Malti, T., & Buchmann, M. (2010). Socialization and individual antecedents of adolescents' and young adults' moral motivation. *Journal of Youth and Adolescence*, 39, 138–149.
175. Masenko, L. (2015). Discussion of the research results of judo games at the initial stage of long-term training. *Central European Journal of Sport Sciences and Medicine*, 10(2), 109–115.
176. Masunaga, R. (1964). Buddhism and peace. *Journal of Indian and Buddhist Studies (Indogaku Bukkyogaku Kenkyu)*, 12(1), 335–340.
177. Maussier, N., Pierantozzi, E., Manno, R., et al. (2025). Judo and karate in primary school as a means for the improvement of social inclusion for autistic children. *Sport Sciences for Health*, 21, 2325–2332. <https://doi.org/10.1007/s11332-025-01461-3>
178. Mertens, D. M. (2023). *Research and evaluation in education and psychology: Integrating diversity with quantitative, qualitative, and mixed methods* (6th ed.). SAGE.
179. Metodiskie materiāli. (2022). *Veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma*. <https://www.metodiskiedargumi.lv/jomas.php?id=7&mp=24>
180. Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology. (2018). *Course of study for kindergarten*. <https://www.mext.go.jp/en/policy/education/elsec/title02/detail02/sdetail02/1384661.htm>
181. Montessori, M. (2004). *The Montessori method: The origins of an educational innovation: Including an abridged and annotated edition of Maria Montessori's The Montessori method*. Bloomsbury Publishing.
182. Murata, N. (2020). Transitions within Kodokan judo etiquette. In *International Budo Symposium* (pp. 60–64).
183. Narvaez, D. (2010). Moral complexity: The fatal attraction of truthiness and the importance of mature moral functioning. *Developmental Review*, 30(2), 125–153. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2010.02.001>
184. Nastevičs, U. (2017). *Tikumu audzināšanas sistēma japāņu un latviešu dievestības tekstos*. Latvijas Universitāte.
185. Newman, B. M., & Newman, P. R. (2012). *Development through life: A psychosocial approach*. Cengage Learning.
186. Nolte, L., & Roux, C. J. (2023). Judo as a tool to reinforce value-based education in South African primary schools' physical education and school sport programmes. *Journal of Physical Education and Sport*, 23(1), 24–31. <https://doi.org/10.7752/jpes.2023.01003>
187. Oberdorfer, B. (2020). *Geselligkeit und Realisierung von Sittlichkeit: Die Theorieentwicklung Friedrich Schleiermachers bis 1799* (Vol. 69). Walter de Gruyter.
188. Oja, P., Titze, S., Kokko, S., Kujala, U. M., Heinonen, A., Kelly, P., & Foster, C. (2015). Health benefits of different sport disciplines for adults: Systematic review of observational and intervention studies with meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 49(7), 434–440. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2014-093885>
189. Özbay, A., Asagidag, R., & Eker, E. (2024). The effects of child physical abuse on children's mental health. *Deneysel ve Klinik Tıp Dergisi*, 41(1), 192–200.
190. Parry, J., Martínková, I., & Reppold Filho, A. R. (2024). Sport ethics around the globe. *Movimento*, 30, e30051. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.143568>
191. Pellegrini, A. D., & Smith, P. K. (1998). Physical activity play: The nature and function of a neglected aspect of play. *Child Development*, 69(3), 577–598.
192. Peperzak, A. T. (2001). *Modern freedom: Hegel's legal, moral, and political philosophy* (Vol. 1). Springer.

193. Pereira, M. P., Folle, A., Nascimento, R. K., Cirino, C., Milan, F. J., & Farias, G. O. (2021). Judo teaching through games: Systematic organization according to the principles of complex games networks. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 21(3), 1–8.
194. Piaget, J. (2003). Part I: Cognitive development in children – Piaget development and learning. *Journal of Research in Science Teaching*, 40, 8–18.
195. Pimenovs, E. (2022). *Džudo sarežģīto un daudzveidīgo stāvus cīņas pamattehnikas paņēmieni mācīšanās optimizācija 7–12 gadus veciem džudistiem* (Promocijas darbs). Latvijas Sporta pedagoģijas akadēmija. [https://lspa.lv/files/2022/PhD_Einārs_Pimenovs_Fināls_01.07.2022%20\(1\).pdf](https://lspa.lv/files/2022/PhD_Einārs_Pimenovs_Fināls_01.07.2022%20(1).pdf)
196. Pippin, R. (2010). Hegel's practical philosophy. *Graduate Faculty Philosophy Journal*, 31(2), 423–441.
197. Profesionālās ievirzes izglītības iestādes Vsevoloda Zeļonija sporta skolas nolikums. (2019, September 26). <http://www.sportaskola.org/dokumenti/>
198. Raaijmakers, M. A. J., Posthumus, J. A., Maassen, G. H., van Hout, B., van Engeland, H., & Matthys, W. (2008). *The evaluation of a preventive intervention for 4-year-old children at risk for disruptive behavior disorders: Effects on parenting practices and child behavior* (Unpublished doctoral dissertation). University Medical Center Utrecht.
199. Roesgaard, M. (2016). *Moral education in Japan: Values in a global context*. Routledge.
200. Rousseau, J.–J. (1978). *On the social contract, with Geneva manuscript and political economy* (R. D. Masters & J. R. Masters, Eds.). St. Martin's Press.
201. Samuseviča, A., & Vikmane, B. (2017). Trends of child's upbringing difficulties in family and pre-school. In *Society. Integration. Education. Proceedings of the International Scientific Conference* (Vol. 2, pp. 330–341).
202. Sánchez-García, R. (2016). The development of Kano's judo within Japanese civilizing/decivilizing processes. *Asia Pacific Journal of Sport and Social Science*, 5(2), 108–119. <https://doi.org/10.1080/21640599.2016.1197214>
203. Sapp, J. (1994). *Evolution by association: A history of symbiosis*. Oxford University Press.
204. Sato, S. (2013). The sportification of judo: Global convergence and evolution. *Journal of Global History*, 8(2), 299–317.
205. Schulz, R. (2006). *The encyclopedia of aging*. Springer Publishing Company.
206. Schwenzfeuer, S. (2019). Zwischen Moralität und Sittlichkeit. In *Sittlichkeit: Eine Kategorie moderner Staatlichkeit?* (Vol. 14, p. 71).
207. Selman, R. L., Levitt, M. Z., & Schultz, L. H. (1997). The friendship framework: Tools for the assessment of psychosocial development. In R. L. Selman (Ed.), *Fostering friendship* (pp. 31–52). Routledge.
208. Shen, Y., Ross, S., & Dyson, B. (2022). Social and emotional learning for underserved children through a sports-based youth development program grounded in teaching personal and social responsibility. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 29(2), 1–12. <https://doi.org/10.1080/17408989.2022.2039614>
209. Shishida, F. (2012). A judo that incorporates kendo: Jigoro Kano's ideas and their theoretical development. *Archives of Budo*, 8(4), 225–233. <https://doi.org/10.12659/AOB.883619>
210. Simenko, J. (2022). Youth judokas competing in higher age groups leads to a short-term success. *Children*, 9(11), 1737. <https://doi.org/10.3390/children9111737>
211. Skinner, B. F. (1974). *About behaviorism*. Alfred A. Knopf.
212. Skola2030. (2019a). *Kompetenču pieeja mācību saturā*. <https://www.skola2030.lv>
213. Skola2030. (2022). *Pirmsskola: Atbalsta materiāli*. <https://skola2030.lv/lv/skolotajiem/izglitiba-pakapes/pirmsskola>

214. Skola2030. (2019b). *Vērtības un tikumi mācību saturā*. <https://www.skola2030.lv/lv/vertibas-un-tikumi>
215. Skolas Vārds. (2024). *Mācību līdzekļi pirmsskolām: Veselība un fiziskā aktivitāte*. <https://skolasvardis.lv/methodical/metodiskie-materiali-pirmsskolam>
216. Smaruj, M., Orkwiszewska, A., Adam, M., Jeżyk, D., Kostrzewa, M., & Laskowski, R. (2019). Changes in anthropometric traits and body composition over a four-year period in elite female judoka athletes. *Journal of Human Kinetics, 70*(1), 145–155.
217. Sobirjonovich, S. I. (2022). Spiritual and moral education in a preschool educational institution: Objectives, principles, content, technologies. *International Journal of Discoveries and Innovations in Applied Sciences, 2*(4), 69–74.
218. Song, I. (2022). A study on the teaching method of judo subjects as practical personality self-reflection and martial arts. *International Journal of Martial Arts, 7*(1), 1–12.
219. Speck, O. (1996). *Erziehung und Achtung vor dem Anderen: Zur moralischen Dimension der Erziehung*. E. Reinhardt.
220. Špona, A. (2001). *Audzināšanas teorija un prakse*. RaKa.
221. Špona, A. (2014). Jauni principi audzināšanā. In *Teorija un prakse mūsdienu sabiedrības izglītībā: VII starptautiskās zinātniskās konferences rakstu krājums* (pp. 188–193). RPIVA.
222. Špona, A. (2022). *Pedagoģija: Pārdomas. Atziņas*. Raka.
223. Stangaine, I. (2014). *Pirmsskolas vecuma bērnu dialogrunas attīstība rotaļās* (Promocijas darbs). Latvijas Universitāte.
224. Sterkowicz-Przybycień, K., Kłys, A., & Almansba, R. (2014). Educational judo benefits on the preschool children's behaviour. *Journal of Combat Sports and Martial Arts, 5*, 23–26.
225. Stevens, J. (2013). *The way of judo: A portrait of Jigoro Kano and his students*. Shambhala Publications.
226. Sticker, R. M., Christner, N., Pletti, C., & Paulus, M. (2021). The moral self-concept in preschool children: Its dimensions and relation to prosocial behaviors. *Cognitive Development, 58*, 101033.
227. Stucke, N. J., & Doebel, S. (2024). Early childhood executive function predicts concurrent and later social and behavioral outcomes: A review and meta-analysis. *Psychological Bulletin, 150*(10), 1178–1205.
228. Sugimura, K. (2020). Adolescent identity development in Japan. *Child Development Perspectives, 14*(2), 71–77. <https://doi.org/10.1111/cdep.12359>
229. Supinski, J., Obminski, Z., Kubacki, R., Kosa, J., & Moska, W. (2014). Usefulness of the psychomotor tests for distinguishing the skill levels among older and younger judo athletes. *Archives of Budo, 10*, 93–101.
230. Suzuki, D. T. (2019). *Zen and Japanese culture* (Vol. 334). Princeton University Press.
231. Świder, P. (2018). Aikido and judo in teaching of shihan Wojciech J. Cynarski. *Ido Movement for Culture: Journal of Martial Arts Anthropology, 18*(1), 8–14.
232. Taggart, G., & Zenor, J. (2022). Evaluation as a moral practice: The case of virtue ethics. *Evaluation and Program Planning, 94*, 102140. <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2022.102140>
233. Takizawa, Y., Bambling, M., Matsumoto, Y., Ishimoto, Y., & Edirippulige, S. (2023). Effectiveness of universal school-based social-emotional learning programs in promoting social-emotional skills, attitudes towards self and others, positive social behaviors, and improving emotional and conduct problems among Japanese children: A meta-analytic review. *Frontiers in Education, 8*, 1228269. <https://doi.org/10.3389/educ.2023.1228269>
234. Takšić, V. (2003). Skala emocionalne regulacije i kontrole (ERIK): Provjera faktorske strukture. *Psihologijske teme, 12*(1), 43–54.

235. Tani, G., Corrêa, U. C., Basso, L., Benda, R. N., Ugrinowitsch, H., & Choshi, K. (2014). An adaptive process model of motor learning: Insights for the teaching of motor skills. *Nonlinear Dynamics, Psychology, and Life Sciences*, 18(1), 47–65.
236. Tauginienė, L., Ojsteršek, M., Foltýnek, T., Marino, F., Cosentino, M., Gaižauskaitė, I., Trevisiol, O., et al. (2018). *Akadēmiskā godīguma vispārējās vadlīnijas*. European Network for Academic Integrity (ENAI).
237. Theeboom, M., & De Knop, P. (1999). Asian martial arts and approaches of instruction in physical education. *European Journal of Physical Education*, 4(2), 146–161.
238. Thompson, R. A. (2018). *Social-emotional development in the first three years: Establishing the foundations*. Edna Bennett Pierce Prevention Research Center, Pennsylvania State University.
239. Thümmler, R., Engel, E. M., & Bartz, J. (2022). Strengthening emotional development and emotion regulation in childhood – As a key task in early childhood education. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(7), 3978. <https://doi.org/10.3390/ijerph19073978>
240. Tobin, J. (1992). Japanese preschools and the pedagogy of selfhood. In N. Rosenberger (Ed.), *Japanese sense of self* (pp. 21–39). Cambridge University Press.
241. Tomey, K. L. (2017). *Effects of a modified judo program on psychosocial factors in typically developing children and children with autism spectrum disorder: A mixed-methods study* (Honors thesis, University of Central Florida). STARS. <https://stars.library.ucf.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1264&context=honorsthesis>
242. Trout, N. J. (2008). *Building character education in the preschool* (Doctoral dissertation, Capella University).
243. Tūna, A. (2018). Pilsoniskās audzināšanas būtība. In *Atbalsta materiāli pilsoniskās audzināšanas un pilsoniskās līdzdalības sekmēšanai* (pp. 9–10). Latvijas Kultūras kanons.
244. Umesao, T., & Tada, M. (1972). *Nihon bunka no kozo* (Vol. 1). Kodansha.
245. Upeniece, I., Līduma, A., Ābele, A., & Onzevs, O. (2022). Interaction of parents and primary school pupils (Grades 1–4) in the process of physical activities. *LASE Journal of Sport Science*, 13(1), 50–66.
246. Vallon, A. (1967). *Mental development of a child*. Izglītība.
247. Valsts izglītības informācijas sistēma. (2023). *Interesu izglītības programmas īstenojošo izglītības iestāžu skaits pēc iestādes veida 2023./2024. mācību gadā*. <https://www.viis.gov.lv/dati/interesu-izglitibas-programmas-istenojoso-izglitibas-iestazu-skaits>
248. Valsts izglītības satura centrs. (2019). *Mācību un metodiskais līdzeklis pārejai uz mācībām valsts pamatizglītības standartā ietvarā (Skola2030)*. <https://dom.lndb.lv/data/obj/file/35809919.pdf>
249. Valsts izglītības satura centrs. (2022). *Veselības un fiziskās aktivitātes mācību joma: mācību un metodiskais līdzeklis*. Pieejams: <https://mape.gov.lv/catalog/materials/83200B5E-632C-488B-BBDF-AB14C6D135D8/view>
250. Vecenāne, H. (2016). *Studentu veselīga dzīvesveida izpratnes un paradumu veidošanās mīļsakarības* (Promocijas darbs). Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija. https://www.lspa.lv/files/students/Promotion/VECENANE_HELENA_Promocijas_darbs.pdf
251. Veraksa, N. E., Veresov, N. N., & Sukhikh, V. L. (2023). Cultural actions in the play of preschool children. *Cultural-Historical Psychology*, 19(1), 54–61.
252. Veresov, N. (2022). Cultural-historical research methodology for studying child development: Concepts and principles. *Psicologia da Educação*, 54, 96–106.
253. Wallace, G., & Walker, A. D. M. (Eds.). (2020). *The definition of morality*. Routledge.
254. Warchoń, K., Korobeynikov, G., Osiel, C., & Cynarski, W. J. (2021). Martial arts as a form of physical activity for children and young people in the opinion of adult inhabitants of Podkarpackie Voivodeship. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology*, 21(1), 28–37.
255. Watson, B. N. (2008). *Judo memoirs of Jigoro Kano*. Trafford Publishing.

256. Watson, J. B. (1913). Psychology as the behaviorist views it. *Psychological Review*, 20(2), 158–177. <https://doi.org/10.1037/h0074428>
257. Weinrich, M. (2024). Providence and promise. In *T&T Clark handbook of the doctrine of creation* (p. 297). T&T Clark.
258. Wood, W., Mazar, A., & Neal, D. T. (2022). Habits and goals in human behavior: Separate but interacting systems. *Perspectives on Psychological Science*, 17(2), 590–605. <https://doi.org/10.1177/1745691621994226>
259. Woods, C. B., Tannehill, D., & Walsh, J. (2010). *The children's sport participation and physical activity study (CSPPA)* (Research report No. 1). Dublin City University. https://doras.dcu.ie/21335/1/CCLSP_Study_Report1.pdf
260. Woodward, W. H., & Rice, E. F. (1996). *Vittorino da Feltre and other humanist educators* (Vol. 5). University of Toronto Press.
261. World Health Organization. (2024, June 26). *Physical activity*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
262. World Health Organization. (2019). *Global action plan on physical activity 2018–2030: More active people for a healthier world*. World Health Organization.
263. Wright, P. M., & Richard, K. A. R. (2022). Social and emotional learning as an integrated part of physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 93(2), 5–7. <https://doi.org/10.1080/07303084.2022.2020048>
264. Xu, Y., & He, Z. (2025). Integrating culturally inspired practices in health and physical education in China's higher education: A Yin–Yang approach. *Sport, Education and Society*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/13573322.2024.2448249>
265. Zechner, N. (2018). *Auswirkungen von Bewegung und Sport auf die kognitiven Funktionen bei Kindern und Jugendlichen* (Doctoral dissertation, Karl–Franzens–Universität Graz).
266. Zehbe, K. (2019). *Individuelle Förderung als pädagogisches Programm der frühkindlichen institutionellen und inklusiven Bildung* (Unveröffentlichte Dissertation).
267. Zelmenis, V. (2000). *Pedagógijas pamati*. RaKa.
268. Zosh, J. M., Gaudreau, C., Golinkoff, R. M., & Hirsh-Pasek, K. (2022). The power of playful learning in the early childhood setting. *YC Young Children*, 77(2), 6–13.
269. Белобрыкина, О. А. (2018). Категория «честность» как социально-психологический феномен: Краткий очерк историогенеза научных и общественных представлений о содержании понятия (сообщение 2). *Вестник по педагогике и психологии Южной Сибири*, (3), 43–63.
270. Вонсович, Л. В. (2019). Роль христианских ценностей в духовно–нравственном воспитании личности. В В. В. Старостенко & О. В. Дьяченко (ред.), *Религия и общество – 13: Сборник научных статей XIII Международной научно–практической конференции (Могилев, 18–23 марта 2019 г.)* (с. 251–253). Могилевский государственный университет им. А. А. Кулешова.
271. Выготский, Л. С. (2010). *Педагогическая психология* (В. В. Давыдов, ред.). АСТ; Астрель.
272. Гильгенберг, И. В. (2002). *Педагогические условия приобщения младших школьников к духовным ценностям в процессе нравственного воспитания* (Кандидатская диссертация). Челябинский государственный педагогический университет.
273. Гольбах, П. (1940). Система природы. В *Избранные произведения* (т. 2).
274. Дерманова, И. Б. (Ред.). (2002). *Диагностика эмоционально-нравственного развития: Методика «Сюжетные картинки»*.
275. Дыбина, О. В. (2020). Воспитание уважения к старшим у детей 6–7 лет в условиях семьи и дошкольной образовательной организации. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология*, (4), 15–19. <https://doi.org/10.18323/2221-5662-2020-4-15-19>

276. Запорожец, А. В. (2006). Особенности различных видов детской деятельности и их роль в психическом развитии ребенка. *Вопросы психического здоровья детей и подростков*, 6(1), 108–117.
277. Ильин, Е. П. (2021). *Психология воли* (2-е изд.). Питер.
278. Калинина, Р. Р. (2011). *Психолого-педагогическая диагностика в детском саду*. Речь.
279. Болотина, Л. Р., Комарова, Т. С., & Баранов, С. П. (2026). *Теоретические основы дошкольного образования* (2-е изд., перераб. и доп.). Юрайт. <https://urait.ru/bcode/586531>
280. Императорская Академия наук. (1789). *Словарь Академии Российской* (Ч. 1: От А до Г). При Императорской Академии наук.
281. Кошелева, А. Д. (2003). *Эмоциональное развитие дошкольников*. Академия.
282. Крайг, Г., & Бокум, Д. (2004). *Психология развития*. Питер.
283. Кротова, В. Ю., & Лотоненко, А. В. (2017). Модель физического воспитания дошкольников. *Современные тенденции развития науки и технологий*, (2–4), 113–116.
284. Ларионова, С. О., & Дзацило, Ю. А. (2018). *Нравственное воспитание дошкольников в детском саду*. Уральский государственный педагогический университет.
285. Монгуш, В. Ш., & Монгуш, Ш. С. (2018). Духовно-нравственное воспитание детей младшего школьного возраста. *Мир науки, культуры, образования*, 5(72), 285–286.
286. Мурыгина, А. Д. (2022). *Этическая беседа как метод нравственного воспитания детей старшего дошкольного возраста* (Doctoral dissertation, Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет).
287. Никитин, Б. П., & Никитина, Л. А. (1989). *Мы, наши дети и внуки*. Молодая гвардия.
288. Нордстет, И. (2014). *Российский, с немецким и французским переводами словарь* (Original work published 1780). Directmedia.
289. Платонов, Р. С. (2019). Основные проблемы этики Аристотеля в историко-философском исследовании. *Философская мысль*, (10), 54–72.
290. Реан, А. (Ed.). (2022). *Психология человека от рождения до смерти*. Litres.
291. Смит, А. (2022). *Теория нравственных чувств*. АСТ.
292. Ушаков, Д. Н. (2014). *Толковый словарь современного русского языка: 100 000 слов и словосочетаний*. Эксмо.
293. Шталь, И. В. (1966). Понятие «дружба» и эволюция эстетического идеала человека в римской литературе I в. до н.э. (по произведениям Цицерона и Катутлла). In *Вопросы античной литературы и классической филологии* (pp. 281–292).
294. Штольц, Х., & Рудольф, Р. (1986). *Как воспитывать нравственное поведение*. Просвещение.
295. Эльконин, Д. Б. (2017). Игра и психическое развитие. *Альманах Института коррекционной педагогики*, 28, 32–66.

Pateicības

Īpašus pateicības vārdus vēlos veltīt savai zinātniskajai vadītājai *Dr. paed.* profesorei Agitai Ābelei par profesionālu vadību, atbalstu, vērtīgiem padomiem un iedvesmu visos disertācijas izstrādes posmos. Jūsu pieredze, gudrie norādījumi un laipnība spēlēja izšķirošu lomu šī pētījuma īstenošanā. Jūsu kompetence, uzmanība detaļām un praktiskie ieteikumi būtiski bagātināja darba saturu un palīdzēja nodrošināt pētījuma kvalitāti.

Vēlos izteikt pateicību arī *Dr. paed.* asociētajai profesorei Intai Bulai-Biteniecei, kura palīdzēja darba izvēlē un saturā, izrādot sapratni un ticību.

Liels paldies kolēģiem no Vsevoloda Zeļonija sporta skolas, V. Zeļonijam par sadarbību, piedalīšanos diskusijās, ideju apmaiņu un pastāvīgu atbalstu pētījuma procesā.

Patiesi pateicos ekspertiem Rīgas pirmsskolas izglītības iestādē Nr. 252 (Rīgas PII 252), kuri piedalījās pētījuma rezultātu novērtēšanā, par profesionālo vērtējumu, konstruktīvajiem komentāriem un ieteikumiem, kas veicināja disertācijas kvalitātes uzlabošanu.

Izsaku sirsnīgu pateicību īpašam cilvēkam – manam mentoram, iedvesmotājam un gudram kritiķim, kurš bija mans atbalsta stabs visā disertācijas izstrādes ceļā. Viņa ticība man, dziļā gudrība, prasīgums un nenovērtējamie padomi kļuva par nenovērtējamu atbalstu, kas palīdzēja pārvarēt visas grūtības un veiksmīgi pabeigt pētījumu. Viņa prasība pēc augstākajiem standartiem un neatlaidīgā vēlme redzēt mani attīstāties kā pētniecei ievērojami bagātināja manu izpratni par pētījuma procesu. Bez viņa ticības un pastāvīgā atbalsta šis ceļš nebūtu bijis iespējams. Viņa iesaiste katrā darba posmā, uzmanība detaļām un konstruktīvie komentāri ļāva ne tikai uzlabot darba kvalitāti, bet arī attīstīt prasmes, kas būs noderīgas manā turpmākajā profesionālajā karjerā.

No sirds pateicos savai ģimenei par viņu pacietību, sapratni, mīlestību un atbalstu visā disertācijas izstrādes laikā. Pateicoties jūsu ticībai man, šis darbs kļuva iespējams.

Pateicos visiem, kas dažādos posmos sniedza palīdzību, atbalstu un ticēja šī darba veiksmi.

Pielikumi

Ētiskie apsvērumi
(kopija)

Latvijas Sporta pedagogijas akadēmija
Ētikas komisijas
Atzinums

2024.gada 31.maijā

Nr. 3/51813

Akadēmiskā doktora augstākās izglītības programmas „SPORTA ZINĀTNE” (kods 51813) studentes **Jekaterinas KRAUZES** pētījums “**5-6 GADU VECU BĒRNU TIKUMU AUDZINĀŠANA DŽUDO FILOZOFIJĀ BALSTĪTĀS FIZISKAJĀS AKTIVITĀTĒS PIRMSKOLĀ**” tiek veikts saskaņā ar normatīvajiem aktiem par ētikas normu ievērošanu zinātniskajos pētījumos.

Pamats: Ētikas komisijas sēdes protokols Nr. 9, atzinuma Nr.3 /51813,
2024.gada 31.maijā

Komisijas locekle



Monta Jakovļeva

Tikumiskās audzināšanas vēsturiskais apskats (autores izstrāde)

Laikmets un tā raksturojums (ieskats)	Filozofu viedokļi	Tikumu audzināšanas idejas dzūdo fiziskajās aktivitātēs
<u>SENĀ GRIEKIJA</u> Izstrādāja pedagoģiskās metodes, veidoja tikumiskos orientierus cilvēkam. Saistīja tikumību ar zināšanām, bet labo ar patiesību.	Priesteris rūpējās par bērnu tikumisko audzināšanu (<i>Pifagor</i>)	Bērna pašizzināšanas audzināšana, pasaules un citu cilvēku iepazīšana.
	Tikumībā sevis pilnveidošana ir katra paša ziņā (<i>Sokrat</i>)	Pedagoga uzdevums ir stimulēt bērnu jautāt un meklēt atbildes
	Vienota bērnu audzināšanas sistēma: fiziski, garīgi un morāli (<i>Aristotel</i>)	Veidot vienotu audzinošu sistēmu bērnam: fizisku, garīgu, tikumisku.
<u>SENĀ ROMA</u> Ģimenes audzināšana veidoja tikumisku skatījumu. Reliģiskā audzināšana sludināja vienlīdzības idejas, atteikšanos no īpašuma un cieņu pret darbu	Bērnām tiek piemērots viegls sods (<i>Kvintilian M.</i>)	Saudzīga attieksme pret bērnu. Pedagogam ir svarīgi atcerēties, ka pati vērtīgākā ir laikus saņemta uzslava.
<u>KRISTIETĪBA</u> Cilvēkam svarīga ir viņa dvēseles glābšana. Cilvēks ir Dieva dēls, viņu līdzība kā cilvēces ideāls ir attēlota Jēzus Kristus tēlā	Tikumības audzināšanas procesā veidojas pozitīvi paradumi, cienot vecākus, skolotājus un biedrus. Instrukcijas, sarunas ar bērniem. (<i>Komenskis</i>)	Pedagogs audzina tikumiskās īpašības savos skolēnos, ar personisko pozitīvo paraugu ievērojot tikumiskās uzvedības normas.
<u>16. GS. RENESANSES LAIKMETS</u> Eiropas garīgā krīze. Kari, noziegumi, amorālisms un necilvēcība, jo cilvēks kļuvis par 'cilvēku-graudiņu'.	Uzskatīja par nepieciešamu modināt audzēkņos interesi pret mācību priekšmetu un ņemt vērā viņu individuālās spējas. (<i>Vittorino da Feltre</i>)	Audzināšanas mērķis ir ne tikai attīstīt bērna kustību prasmes un fiziskās īpašības, bet arī attīstīt prātu, gribu un raksturu.
<u>18.–19. GS. APGAISMĪBAS LAIKMETS</u> Eiropas atdzimšana zinātnes tehniskajā progresā. Cilvēka labklājība, prāta, kultūras, zinātnes un tehnikas attīstība.	Bērnu ietekmē trīs izglītības faktori: daba, cilvēki un sabiedrība. (<i>Jean-Jacques Rousseau</i>)	Atkārtošana paredz vairāku ideju, situāciju vai rīcības vairākkārtēju atveidošanu tikumu audzināšanas procesā ģimenē, grupā, pulciņos.
<u>19. –20. GS. MODERNAIS LAIKMETS</u> Reformpedagoģija. Uzsvārs uz dabaszinātnēm.	Bērnām nepieciešama speciāla attīstoša vide, kurā viņam jāiziet civilizācijas ceļš pirmsskolas vecumā. (<i>Montesori</i>)	Tiek meklēti jauni pirmsskolas izglītības modernizācijas ceļi un individuālās mācīšanās sistēmas.
<u>JAPĀNA</u> Tikumiskās audzināšanas sistēma balstās tradicionālajās japāņu vērtībās.	Tikumisko vērtību audzināšanas stundas, speciālās mācības, ģimenes un skolas sadarbība. (<i>Dzenbudisms</i>)	Tikumu audzināšanā svarīgs ir pedagoga paša tikumiskais paraugs, kurš rada optimālos apstākļus bērna tikumiskajai izaugsmei.

Pāctecība bērnu tikumu audzināšanā pirmsskolas vidē
(Krauze, 2024 pēc *SKOLA 2030*)

Vecums	Tikumu audzināšanas paņēmieni
<i>Agrie gadi</i> 1,5–3	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pieaugušais rāda paraugu, bērni novēro un mācās atveidot. 2. Kustību rotaļas veido līdzsvaram un motorikai, pamatkustību apguvei. 3. Pedagoģiskās situācijas, kurā bērns vingrinās patstāvīgi darboties un sadarboties. 4. Sadarbībā vērtē paveikto darbu.
<i>Agrā bērniība</i> 3–5	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pieaugušo stimuls: iekārto vidi, izskaidro, virza bērnu fiziskās aktivitātes. 2. Bērni veic kustību koordinācijas uzdevumus individuāli, pāros, mazās grupās (VISC, 2019, 80. lpp.). 3. Bērni mācās skaidrot savu un citu rīcību, literāru personāžu darbību. 4. Pedagoģs vērtē, prognozē un iesaka.
<i>Agrā bērniība pirmsskola</i> 5–6	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sarunās pieaugušie rosina bērnu patstāvīgu stāstījumu. 2. Bērni vingrinās noturēt līdzsvaru, pārvarēt šķēršļus, apgūst kustību rotaļas ar noteikumiem, praktizē uzvedību pāros un grupās. 3. Pedagoģs rosina bērnu iniciatīvu patstāvīgi veidot kustību uzdevumus, sarežģīt tos, ievērojot individuālu pieeju.

Tikumu un paradumu apguve 5–6 gadus vecu bērnu patstāvīgā darbībā
(autores izstrāde)

N.p.k.	Paradumi	Bērna patstāvīga darbība	Tikumi (vērtības)
1.	Veido cieņpilnas attiecības	Saziņas kultūra	Cilvēka cieņa, laipnība
2.	Paradums sadarboties	Darbojas kopā, palīdz	Cilvēka cieņa, solidaritāte, taisnīgums
3.	Kontrolē un vada savu uzvedību, emocijas	Apgūst emocijas, vērtē savu rīcību	Kultūra, savaldība, atbildība
4.	Uztur kārtībā savas lietas, darbības vidi	Sakārto treniņu vidi, paņem un noliek ekipējumu	Darba tikums, kārtība, pašvadība
5.	Ievēro noteikumus (drošību un kārtību)	Izvērtē noteikumus kopā ar citiem	Dzīvība, gudrība, atbildība
6.	Plāno un virza savu treniņu, īsteno uzdevumu darbībā, Izvērtē sasniegumu	Iepazīst uzdevumu, problēmu Izvēlas materiālu, veidu Cenšas izpildīt uzdevumu Reflektē par rezultātu	Patstāvība, drosme, centība
7.	Saudzē vidi, lietas	Rūpējas par sporta piederumiem, ekipējumu	Vide, mērenība
8.	Ciena džudo simbolus	Apgūst džudo cīņas mākslas simbolus u. c.	Godīgums, cieņa
9.	Rūpējas par savām un citu aktivitātēm džudo	Piedalās pats un iesaista citus aktivitātēs	Līdzdalība
10.	Patstāvīgi pieņem lēmumu	Izvērtē paveikto un plāno jaunu uzdevumu	Pašvadība
11.	Respektē cita paveikto	Kopā īsteno ieceri	Sadarbība

Tikumu kritēriji, rādītāji un līmenis

Tikums	Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti	
Draudzība	1. Labvēlība	1) mierina vai uzmundrina	Mierina vai uzmundrina citus jebkurā situācijā Atsevišķās situācijās mierina vai uzmundrina citus Neitrāli izturas pret citiem/izvairās mierināt vai uzmundrināt	3 2 1	
		2) dāsni dalās ar savu inventāru	Labprāt dalās ar savu inventāru Pēc pedagoga lūguma dalās ar savu inventāru Nedalās ar savu inventāru	3 2 1	
		3) savstarpēji palīdz vingrinājumos	Savstarpēji palīdz vingrinājumos patstāvīgi Palīdz citiem vingrinājumos pēc pedagoga lūguma Nepalīdz citiem vingrinājumos	3 2 1	
	2. Interese izzināt	4) zinātkāre acu kontaktā	Izrāda interesi acu kontaktā Reizēm izrāda interesi acu kontaktā Izvairās izrādīt interesi acu kontaktā	3 2 1	
		5) zinātkāre runas kontaktā	Jautā un atkārtoti pārjautā saunas laikā Jautā sarunas laikā dažkārt Nejautā sarunas laikā	3 2 1	
	3. Emociju izpausme	6) satraukums apgūt prasmes	Aizrautīgi apgūt jaunu prasmi Izrāda interesi apgūt jaunu prasmi Bez intereses apgūt jaunu prasmi	3 2 1	
		7) prieks par sasniegumu	Priecājas par sasnieguma nozīmību Priecājas par sasniegumu apvaldīti Ir neitrāls par sasniegumu	3 2 1	
		8) izbrīns par pēkšņu notikumu	Vienmēr brīnās par negaidītu notikumu Apvaldīti izrāda izbrīnu par notikumu Notikumi reti izraisa izbrīnu	3 2 1	
	4. Prasme komunicēt	9) prasme vienoties ar partneri	Prot vienoties ar visiem komandas biedriem Prot vienoties ar saviem draugiem Izrāda vēlmi vienoties, bet reti tas izdodas	3 2 1	
		10) darbs komandā ar kopīgu mērķi	Apzinās kopīgu mērķi un darbojas komandā Apzinās kopīgu mērķi un cenšas darboties komandā Apzinās kopīgu mērķi, bet reti darbojas komandā	3 2 1	
	Cieņa	5. Piekļājība saziņā	11) sasveicinās, paklanoties rei	Sasveicinās ar paklanīšanos visas nodarbības laikā Reizēm izlaiž kādu sasveicināšanos paklanoties Ne visas nodarbības laikā sasveicinās paklanoties	3 2 1
			12) pieklājīgas sarunas	Pieklājīgi sarunājas ar visiem sporta zālē un ārpus tās Pieklājīgi sarunājas ar pedagogu un treniņa biedriem Reizēm neievēro pieklājību sarunās ar biedriem	3 2 1
13) prasme klausīties un nepārtraukt			Prot pacietīgi klausīties un nepārtraukt runātāju Reizēm ir nepacietīgs un pārtrauc runātāju Reti klausās pacietīgi un bieži pārtrauc runātāju	3 2 1	
6. Atbildība par uzticēto		14) saudzē inventāru	Saudzē inventāru un zāli pats un aizrāda citiem Saudzē inventāru un zāli pēc pedagoga atgādinājuma Reizēm bojā inventāru un zāles aprīkojumu	3 2 1	
		15) cenšas izpildīt uzdevumu	Izpilda uzdevumu atkārtoti patstāvīgi Cenšas izpildīt uzdevumu pēc pedagoga norādījuma Pavirši izpilda uzdevumu un reizēm nepabeidz	3 2 1	
7. Līdzjūtība		16) izsaka līdzjūtību mutiski	Neizdošanās gadījumā izsaka līdzjūtību citiem Neizdošanās gadījumā izsaka līdzjūtību draugiem Neizdošanās gadījumā līdzjūtību neizsaka nevienam	3 2 1	
		17) izrāda līdzjūtību ar žestu	Izrāda līdzjūtību ar nomierinošu žestu katram Izrāda līdzjūtību ar nomierinošu žestu dažiem Līdzjūtību ar nomierinošu žestu neizrāda	3 2 1	

5. pielikuma turpinājums

Tikums	Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti	
Godīgums	8. Patiesums	18) attieksmi izrāda aktivitātē	Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda patstāvīgi	3	
			Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda pēc viena uzaicinājuma	2	
	Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda pēc vairākiem atgādinājumiem		1		
	9. Noteikumu izpilde	19) pateicība par atbalstu	Vienmēr pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā	3	
			Reizēm pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā	2	
	10. Atklātums	20) ievēro noteikumus vingrinājumos	Reti pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā	1	
			21) ievēro noteikumus spēlēs	3	
			Spēles noteikumus ievēro pats un prasa ievērot citiem	2	
	Līdzdalība	11. Piedalās aktivitātēs	22) spriež par redzēto un dzirdēto	Spēles noteikumus cenšas ievērot	1
				Raksturo redzēto un dzirdēto	3
Raksturo tikai redzēto vai dzirdēto				2	
23) runā pārliecinoši			Izvairās raksturot redzēto un dzirdēto	1	
			Emocionāli pārliecinoši runā par visām lietām	3	
			Emocionāli pārliecinoši runā par zināmu lietu	2	
24) daudzveidīgi raksturo notikumu	Izvairīgi runā par zināmu lietu	1			
	Jebkuru notikumu raksturo argumentēti	3			
	Zināmu notikumu raksturo argumentēti	2			
25) iesaistās aktivitātēs	Reti raksturo kādu notikumu	1			
	Iesaistās aktivitātēs patstāvīgi	3			
	Iesaistās aktivitātēs pēc pedagoga uzaicinājuma	2			
26) iesaista aktivitātēs citus	Iesaistās aktivitātēs pēc atkārtota uzaicinājuma	1			
	Patstāvīgi iesaista aktivitātēs citus	3			
	Zināmās aktivitātēs iesaista citus	2			
		Neiesaista aktivitātēs citus	1		

Tikuma draudzība kritēriji, rādītāji un līmenis

Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti
1. Labvēlība	1) mierina vai uzmundrina	Mierina vai uzmundrina citus jebkurā situācijā Atsevišķās situācijās mierina vai uzmundrina citus Neitrāli izturas pret citiem /izvairās mierināt vai uzmundrināt	3 2 1
	2) dāsni dalās ar savu inventāru	Labprāt dalās ar savu inventāru Pēc pedagoga lūguma dalās ar savu inventāru Nedalās ar savu inventāru	3 2 1
	3) savstarpēji palīdz vingrinājumos	Savstarpēji palīdz vingrinājumos patstāvīgi Palīdz citiem vingrinājumos pēc pedagoga lūguma Nepalīdz citiem vingrinājumos	3 2 1
2. Interese izzināt	4) zinātkāre acu kontaktā	Izrāda interesi acu kontaktā Reizēm izrāda interesi acu kontaktā Izvairās izrādīt interesi acu kontaktā	3 2 1
	5) zinātkāre runas kontaktā	Jautā un atkārtoti pārjautā sarunas laikā Jautā sarunas laikā dažkārt Nejautā sarunas laikā	3 2 1
3. Emociju izpausme	6) satraukums apgūt prasmes	Aizrautīgi apgūst jaunu prasmi Izrāda interesi apgūt jaunu prasmi Bez intereses apgūst jaunu prasmi	3 2 1
	7) prieks par sasniegumu	Priecājas par sasnieguma nozīmību Priecājas par sasniegumu apvaldīti Ir neitrāls par sasniegumu	3 2 1
	8) izbrīns par pēkšņu notikumu	Vienmēr brīnās par negaidītu notikumu Apvaldīti izrāda izbrīnu par notikumu Notikumi reti izraisa izbrīnu	3 2 1
4. Prasme komunicēt	9) prasme vienoties ar partneri	Prot vienoties ar visiem komandas biedriem Prot vienoties ar saviem draugiem Izrāda vēlmi vienoties, bet reti tas izdodas	3 2 1
	10) darbs komandā ar kopīgu mērķi	Apzinās kopīgu mērķi un darbojas komandā Apzinās kopīgu mērķi un cenšas darboties komandā Apzinās kopīgu mērķi, bet reti darbojas komandā	3 2 1

Otrā tikuma *cieņa* kritēriji, rādītāji un līmenis

Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti
1. Pieklājība saziņā	11) sasveicinās, paklanoties rei	Sasveicinās paklanoties visas nodarbības laikā Reizēm izlaiž kādu sasveicināšanos paklanoties Ne visas nodarbības laikā sasveicinās paklanoties	3 2 1
	12) pieklājīgas sarunas	Pieklājīgi sarunājas ar visiem sporta zālē un ārpus tās Pieklājīgi sarunājas ar pedagogu un treniņa biedriem Reizēm neievēro pieklājību sarunās ar biedriem	3 2 1
	13) prasme klausīties un nepārtraukt	Prot pacietīgi klausīties un nepārtraukt runātāju Reizēm ir nepacietīgs un pārtrauc runātāju Reti klausās pacietīgi un bieži pārtrauc runātāju	3 2 1
2. Atbildība par uzticēto	14) saudzē inventāru	Saudzē inventāru un zāli pats un aizrāda citiem Saudzē inventāru un zāli pēc pedagoga atgādinājuma Reizēm bojā inventāru un zāles aprīkojumu	3 2 1
	15) cenšas izpildīt uzdevumu	Izpilda uzdevumu atkārtoti patstāvīgi Cenšas izpildīt uzdevumu pēc pedagoga norādījuma Pavirši izpilda uzdevumu un reizēm nepabeidz	3 2 1
3. Līdzjūtība	16) izsaka līdzjūtību mutiski	Neizdošanās gadījumā izsaka līdzjūtību citiem Neizdošanās gadījumā izsaka līdzjūtību draugiem Neizdošanās gadījumā līdzjūtību neizsaka nevienam	3 2 1
	17) izrāda līdzjūtību ar žestu	Izrāda līdzjūtību ar nomierinošu žestu katram Izrāda līdzjūtību ar nomierinošu žestu dažiem Līdzjūtību ar nomierinošu žestu neizrāda	3 2 1

Tikuma *godīgums* kritēriji, rādītāji un līmenis

Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti
1. Patiesums	18) attieksmi izrāda aktivitātē	Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda patstāvīgi Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda pēc viena uzaicinājuma Attieksmi pret uzdevumu aktivitātē darīt izrāda pēc vairākiem atgādinājumiem	3 2 1
	19) pateicība par atbalstu	Vienmēr pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā Reizēm pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā Reti pateicas pedagogam par atbalstu nodarbībā	3 2 1
2. Noteikumu izpilde	20) ievēro noteikumus vingrinājumos	Ievēro noteikumus vingrinājumos Cenšas ievērot noteikumus vingrinājumos Ar grūtībām cenšas ievērot noteikumus vingrinājumos	3 2 1
	21) ievēro noteikumus spēlēs	Spēles noteikumus ievēro pats un prasa ievērot citiem Spēles noteikumus cenšas ievērot Spēles noteikumus izvairās ievērot	3 2 1
3. Atklātums	22) spriež par redzēto un dzirdēto	Raksturo redzēto un dzirdēto Raksturo tikai redzēto Izvairās raksturot redzēto un dzirdēto	3 2 1
	23) runā pārlicinoši	Emocionāli pārlicinoši runā par visām lietām Emocionāli pārlicinoši runā par zināmu lietu Izvairīgi runā par zināmu lietu	3 2 1
	24) daudzveidīgi raksturo notikumu	Jebkuru notikumu raksturo argumentēti Zināmu notikumu raksturo argumentēti Reti raksturo kādu notikumu	3 2 1

Tikuma līdzdalība kritērijs, rādītāji un līmenis

Kritēriji	Rādītāji	Līmenis	Punkti
11. Piedalās aktivitātēs	25) iesaistās aktivitātēs	Iesaistās aktivitātēs patstāvīgi	3
		Iesaistās aktivitātēs pēc pedagoga uzaicinājuma	2
		Iesaistās aktivitātēs pēc atkārtota uzaicinājuma	1
	26) iesaista aktivitātēs citus	Patstāvīgi iesaista aktivitātēs citus	3
		Zināmās aktivitātēs iesaista citus	2
		Neiesaista aktivitātēs citus	1

Pārrunu jautājumi

Pārrunās tika noskaidrota bērnu interese izzināt, zināšanas un izpratne par tikumiem un tikumu saskaņā ar tikumu audzināšanas modeli atbilstīgi MK noteikumiem (LR MK, 2018) un “Skola 2030” (VISC, 2019) reformas vajadzībām.

1. Kuri vingrinājumi nodarbībā bija interesanti, kuri bija mazāk interesanti, un kāpēc? (interese izzināt)
2. Ko jaunu uzzināji, veicot vingrinājumus? (zināšanas)
3. Kas izdevās un ko sasniedzi, izpildot vingrinājumus? (izpratne)
4. Ko plāno uzlabot nākamajā nodarbībā? (patstāvība).

R. Kaļiņina "Sižetiskās bildes"



1. draudzība



2. cieņa



3. godīgums



4. līdzdalība

Protokols pēc metodikas “Sižetiskās bildes” emocionālās reakcijas (R. Kaļiņina)

Bērns	Sižetiskās bildes (punkti)			
	draudzība	cieņa	godīgums	savstarpējā palīdzība
1.	3	3	3	3
2.	2	2	2	2
3.	1	1	1	1
4.	0	0	0	0

Protokols metodikai “Pabeidz teikumu” (I. Dermanova)

Bērns	Teikums			
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...	2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...	3. Draudzīgi spēlētis nozīmē ...	4. Būt godīgam nozīmē ...
1.				
2.				
3.				
...				

Pirmsskolas vecuma bērnu emocionālo reakciju skala (I. Dermanova)

Punkti		Bērna darbība	Emocionālā reakcija
0	Kurš grib; Nekas; Nevajag krāpties;	Bērnam nav skaidru tikumu vadlīniju. Attieksme pret tikumiem ir nestabila. Nepareizi izskaidro darbības (tās neatbilst viņa nosauktajām īpašībām)	Neatbilstoša vai iztrūkstoša (nav)
1	Es; ES eju prom; Nebūt viltīgām; Dalīties	Tikumu orientieri pastāv, bet bērns necenšas tos ievērot vai uzskata to par nesasniedzamu sapni. Adekvāti novērtē rīcību, bet attieksme pret tikumiem ir nestabila un pasīva	Neatbilstoša
2	Vecāki; Es skatos; Nekrāpies; Kopā	Ir tikumu izpratne	Adekvāta, bet attieksme pret tikumu normām nepietiekami noturīga
3	Skolotājs; Es palīdzēšu; Runāt patiesību; Nestrīdēties	Bērns savu izvēli pamato ar tikumu skaidrojumu	Ir adekvāta, attieksme pret tikumu normām ir aktīva un noturīga

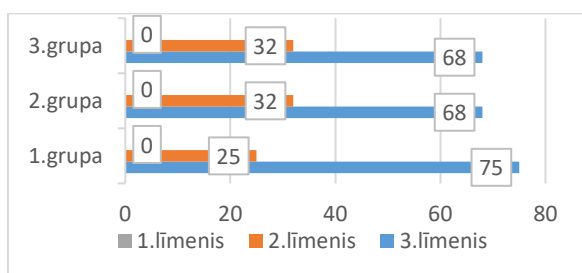
**Bērnu emocionālās izpausmes un viņu emociju verbalizācijas
spējas attīstības līmenis DFBFA (A. Košeļeva)**

Nr. p. k.	Darbīgie kritēriji			
	Prasme noteikt palīdzības nepieciešamības situācijas partnerim	Prasme piedāvāt palīdzību	Prasme noteikt palīdzības veidu atbilstoši partnera situācijai un īpatnībām	Prasme sniegt palīdzību, izmantojot dažādus paņēmienus: praktisks
1.				
2.				
3.				
4.				

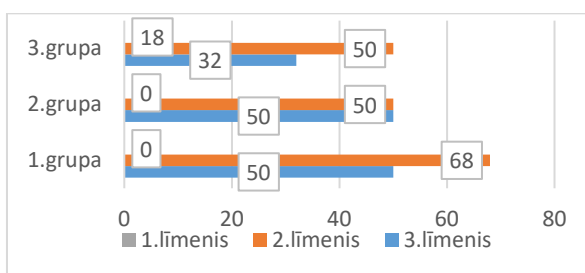
Tikumu attīstības līmenis (A. Košeļeva)

1*	2*	3*
Praktiska (veikt pašu darbību)	Verbālais (izstāstīt, paskaidrot, kas un kā jāizdara)	Uzskatāmais (rādīt pareizo rīcības paraugu identiskajā materiālā)

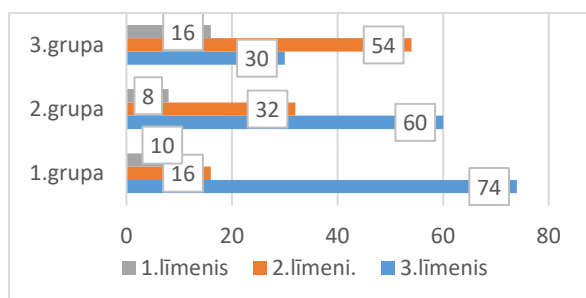
VZSS pilotpētījuma grupu emocionālās reakcijas rezultāti
 (pēc R. Kaļiņinas metodikas "Sižetiskās bildes"), kas attēlo četrus tikumu sākotnējo līmeni



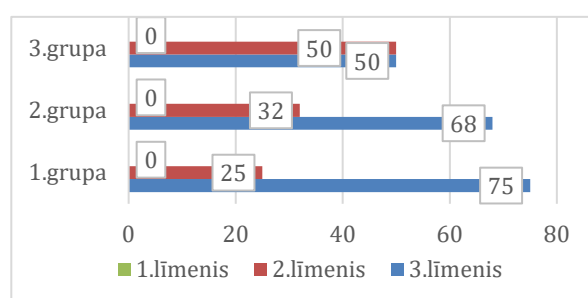
Draudzība (1. tikums)



Cieņa (2. tikums)



Godīgums (3. tikums)



Līdzdalība (4. tikums)

**VZSS-1 pilotpētījuma grupās grupas (1 gada pieredze džudo nodarbībās) rezultāti
pēc I. Dermanovas metodikas “Pabeidz teikumu”**

Parametri	Teikuma sākums											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Draudzīgi spēlētis nozīmē ...			4. Būt godīgam nozīmē ...		
Līmenis	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
Resp.	1	4	25	0	5	25	0	7	23	0	9	21
%	3	13	83	–	1	83	–	23	76	–	30	70

**VZSS-2 pilotpētījuma grupās grupas (2 gadu pieredze džudo nodarbībās) rezultāti
pēc I. Dermanovas metodikas “Pabeidz teikumu”**

Parametri	Teikuma sākums											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Draudzīgi spēlētis nozīmē ...			4. Būt godīgam nozīmē ...		
Līmenis	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
Resp.	1	7	22	1	9	20	0	12	18	1	16	13
%	3	23	74	3	30	67	–	40	60	3	55	43

**VZSS-3 pilotpētījuma grupās grupas (iesācēji) rezultāti
pēc I. Dermanovas metodikas “Pabeidz teikumu”**

Parametri	Teikuma sākums											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Draudzīgi spēlētis nozīmē ...			4. Būt godīgam nozīmē ...		
Līmenis	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
Resp.	2	13	15	3	11	16	1	18	11	4	21	5
%	6	44	50	10	36	4	4	60	36	14	70	16

**Visu VZSS pilotpētījuma grupās grupu kopējais punktu skaits tikumu līmeņos
(Dermanovas tests)**

Parametri	1. teikums			2. teikums			3. teikums			4. teikums		
Tikums	Cieņa			Līdzdalība			Draudzība			Godīgums		
Līmenis	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
VZSS-1 (punkti)	1	8	75	–	10	75	–	14	69	–	18	63
VZSS-2 (punkti)	1	14	66	1	18	60	–	24	54	1	32	39
VZSS-3 (punkti)	2	26	45	3	22	48	1	36	33	4	42	15

Pedagoģiskā pilotpētījuma rezultāti VZSS-1 grupā
(pēc I. Dermanovas testa "Pabeidz teikumu")

Bērns	Teikumu sākumi											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Būt godīgam nozīmē ...			4. Draudzīgi spēlēties nozīmē ...		
	Līmenis			Līmenis			Līmenis			Līmenis		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1.			x			x			x			x
2.			x			x			x			x
3.			x			x			x			x
4.		x				x		x			x	
5.			x			x			x			x
6.			x			x			x			x
7.			x			x			x			x
8.			x			x			x			x
9.			x			x		x			x	
10.			x			x		x			x	
11.			x			x			x			x
12.			x			x			x			x
13.			x			x			x			x
14.			x		x				x			x
15.			x			x			x			x
16.		x			x			x			x	
17.			x			x			x			x
18.			x			x			x			x
19.			x			x			x		x	
20.			x			x			x			x
21.			x			x			x			x
22.			x			x			x			x
23.		x				x		x			x	
24.			x			x			x			x
25.	x				x			x			x	
26.			x			x			x			x
27.			x		x				x			x
28.			x			x			x			x
29.		x			x			x			x	
30.			x			x			x		x	
Σ	1	4	25	0	5	25	0	7	23	0	9	21
%	4	13	83	–	17	83	–	24	76	–	30	70

Pedagoģiskā pilotpētījuma rezultāti VZSS-2 grupā
(pēc I. Dermanovas testa "Pabeidz teikumu")

Bērns	Teikumu sākumi											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Būt godīgam, tas nozīmē...			4. Draudzīgi spēlēties nozīmē ...		
	Līmenis			Līmenis			Līmenis			Līmenis		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1.			x			x			x		x	
2.		x				x		x			x	
3.			x			x			x			x
4.		x			x			x			x	
5.			x		x				x		x	
6.			x			x			x			x
7.			x			x		x				x
8.			x			x			x		x	
9.			x			x			x			x
10.			x			x			x			x
11.			x		x				x		x	
12.		x			x			x			x	
13.			x			x			x			x
14.			x			x			x			x
15.			x			x		x			x	
16.		x			x			x			x	
17.			x			x			x		x	
18.			x			x			x			x
19.			x			x			x			x
20.			x		x				x		x	
21.		x			x			x			x	
22.			x			x			x		x	
23.		x			x			x			x	
24.			x			x			x			x
25.			x			x			x			x
26.			x			x		x				x
27.			x			x		x			x	
28.		x			x			x			x	
29.			x			x			x			x
30.	x			x				x		x		
Σ	1	7	22	1	9	20	0	12	18	1	16	13
%	3	23	74	3	30	67	–	40	60	3	55	42

Pedagoģiskā pilotpētījuma rezultāti VZSS-3 grupā
(pēc I. Dermanovas testa "Pabeidz teikumu")

Bērns	Teikumu sākumi											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Būt godīgam nozīmē ...			4. Draudzīgi spēlēties nozīmē ...		
	Līmenis			Līmenis			Līmenis			Līmenis		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1.			x		x			x			x	
2.	x				x			x		x		
3.			x			x		x			x	
4.		x			x			x			x	
5.			x			x			x			x
6.			x		x				x		x	
7.			x			x		x			x	
8.			x			x			x			x
9.			x		x			x			x	
10.		x			x				x		x	
11.			x			x			x		x	x
12.		x			x			x			x	
13.		x		x				x			x	
14.			x			x			x			x
15.		x			x				x		x	
16.		x				x			x		x	
17.	x					x		x			x	
18.		x			x			x			x	
19.			x			x	x				x	
20.		x				x		x			x	
21.		x		x				x		x		
22.			x			x		x		x		
23.		x		x				x		x		
24.			x			x		x			x	
25.		x				x		x				x
26.		x			x			x			x	
27.			x			x			x		x	
28.		x				x		x			x	
29.			x		x				x		x	
30.			x			x			x		x	
Σ	2	13	15	3	11	16	1	18	11	4	21	5
%	6	44	50	10	37	53	3	60	37	13	70	17

5–6 gadus vecu bērnu tikumu rādītāji VZSS pilotpētījuma grupās
(pēc A. Košeļevas metodikas)

Parametri	Tikumisko īpašību rādītāji un līmenis					
	Prasme piedāvāt palīdzību			Prasme palīdzēt		
	VZSS-1	VZSS-2	VZSS-3	VZSS-1	VZSS-2	VZSS-3
Σ	66	60	57	78	71	65
μ	2,2	2,0	1,9	2,6	2,36	2,16
%	73	67	63	87	79	72

Tikumu izvērtēšanas novērošanas skalas (TINS) rezultāti VZSS pilotpētījuma grupās

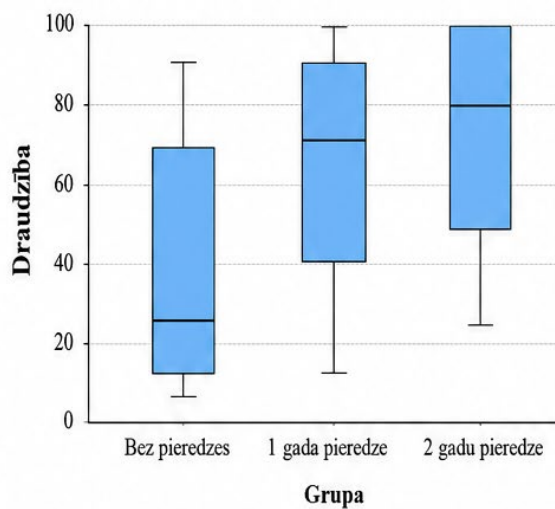
Tikumi	Kritēriji	Rādītāji	Līmenis VZSS-1			Līmenis VZSS-2			Līmenis VZSS-3		
			1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1. Draudzība	1. Labvēlība	1) mierina vai uzmundrina	6	6	0	4	6	2	3	4	5
		2) dāsni dalās ar savu inventāru	7	5	0	4	5	3	2	5	5
		3) savstarpēji palīdz vingrinājumos	7	3	2	3	5	4	1	5	6
	2. Interese izziņāt	4) zinātkāre acu kontaktā	7	5	1	4	5	3	3	4	5
		5) zinātkāre runas kontaktā	5	5	2	3	5	4	2	4	6
	3. Emociju izpausme	6) satraukums apgūt prasmes	3	4	5	1	4	7	0	3	9
		7) prieks par sasniegumu	3	5	4	1	3	8	0	3	9
		8) izbrīns par pēkšņu notikumu	2	6	4	2	4	6	2	2	8
	4. Prasme komunicēt	9) prasme vienoties ar partneri	4	4	4	2	5	5	2	3	7
		10) darbs komandā ar kopīgu mērķi	4	5	3	1	3	8	0	2	10
2. Cieņa	5. Piekļājība saziņā	11) sasveicinās, paklanoties rei	6	4	2	0	2	10	0	0	12
		12) pieklājīgas sarunas	5	4	3	2	2	8	0	2	10
		13) prasme klausīties un nepārtraukt	6	2	4	3	3	6	2	2	8
	6. Atbildība par uzticēto	14) saudzē inventāru	2	7	3	0	2	10	0	0	12
		15) cenšas izpildīt uzdevumu	3	7	2	1	3	8	0	1	11
	7. Līdzjūtība	16) izsaka līdzjūtību mutiski	6	4	2	2	2	8	0	2	10
		17) izrāda līdzjūtību ar žestu	7	3	2	0	2	10	0	0	12
3. Godrums	8. Patiesums	18) attieksmi izrāda aktivitātē	7	3	2	0	3	9	0	1	11
		19) pateicība par atbalstu	5	4	3	0	2	10	0	0	12
	9. Noteikumu izpilde	20) ievēro noteikumus vingrinājumos	7	4	1	2	2	8	0	1	11
		21) ievēro noteikumus spēlēs	7	3	2	2	2	8	0	1	11
	10. Atklātums	22) spriež par redzēto un dzirdēto	9	2	1	2	3	7	0	2	10
		23) runā pārliecinoši	8	2	2	2	4	6	0	2	10
4. Līdzdalība	11. Piedalās aktivitātēs	24) daudzveidīgi raksturo notikumu	7	3	2	3	2	7	0	3	9
		25) iesaistās aktivitātēs	5	5	2	0	2	10	0	0	12
		26) iesaista citus aktivitātēs	6	5	1	1	2	9	0	1	11

VZSS-1 grupa (2 gadu pieredze džudo);

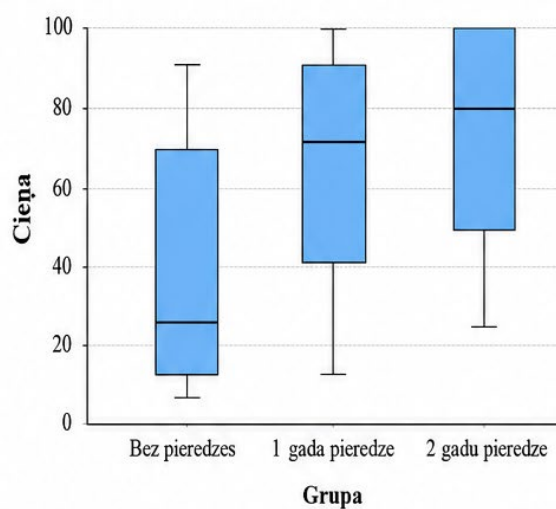
VZSS-2 grupa (1 gada pieredze džudo);

VZSS-3 grupa (bez pieredzes – iesācēji).

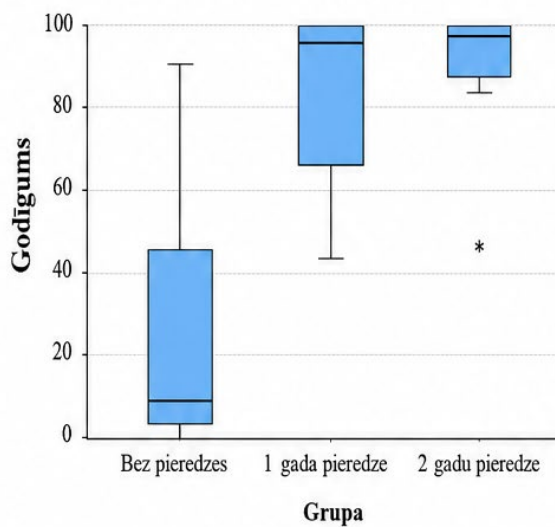
1.–4. attēls. Tikumu (draudzība, cieņa, godīgums, līdzdalība) punktu sadalījums grupās



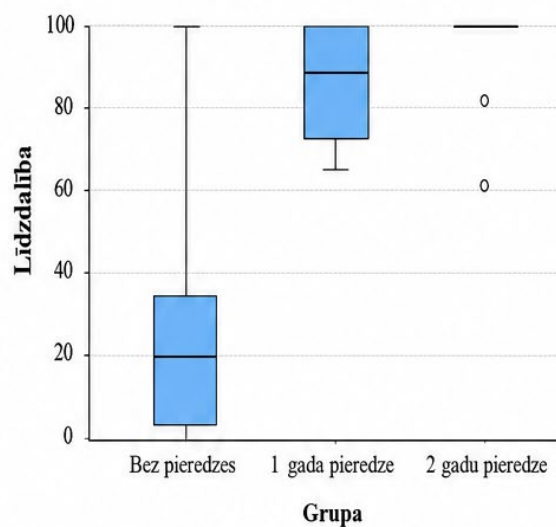
Draudzības punktu sadalījums bērnu grupās ar atšķirīgu pieredzi džudo nodarbībās.



Cieņas punktu sadalījums bērnu grupās ar atšķirīgu pieredzi džudo nodarbībās.



Godīguma punktu sadalījums bērnu grupās ar atšķirīgu pieredzi džudo nodarbībās.



Līdzdalības punktu sadalījums bērnu grupās ar atšķirīgu pieredzi džudo nodarbībās.

Stjudenta tests pamatgrupā (PG PII-4)

Independent Samples Test

			Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
			F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
										Lower	Upper
1)	mierina vai uzmundrina	Equal variances assumed	,896	,354	-1,636	22	,116	-,500	,306	-1,134	,134
		Equal variances not assumed			-1,636	20,771	,117	-,500	,306	-1,136	,136
2)	dāsni dalās ar savu inventāru	Equal variances assumed	,423	,522	-2,532	22	,019	-,750	,296	-1,364	-,136
		Equal variances not assumed			-2,532	21,509	,019	-,750	,296	-1,365	-,135
3)	savstarpēji palīdz vingrinājumos	Equal variances assumed	1,517	,231	-2,367	22	,027	-,750	,317	-1,407	-,093
		Equal variances not assumed			-2,367	20,752	,028	-,750	,317	-1,409	-,091
4)	zinātkāre acu kontaktā	Equal variances assumed	,035	,853	-2,345	22	,028	-,667	,284	-1,256	-,077
		Equal variances not assumed			-2,345	21,914	,028	-,667	,284	-1,256	-,077
5)	zinātkāre runas kontaktā	Equal variances assumed	,057	,814	-2,783	22	,011	-,750	,269	-1,309	-,191
		Equal variances not assumed			-2,783	21,985	,011	-,750	,269	-1,309	-,191
6)	satraukums apgūt prasmes	Equal variances assumed	,008	,930	-,752	22	,460	-,250	,332	-,939	,439
		Equal variances not assumed			-,752	21,942	,460	-,250	,332	-,939	,439
7)	prieks par sasniegumu	Equal variances assumed	,006	,937	-,528	22	,603	-,167	,316	-,822	,488
		Equal variances not assumed			-,528	21,944	,603	-,167	,316	-,822	,488
8)	izbrīns par pēkšņu notikumu	Equal variances assumed	,212	,649	-,752	22	,460	-,250	,332	-,939	,439
		Equal variances not assumed			-,752	21,942	,460	-,250	,332	-,939	,439
9)	prasmē vienoties ar partneri	Equal variances assumed	,006	,937	-1,239	22	,228	-,417	,336	-1,114	,280
		Equal variances not assumed			-1,239	21,885	,228	-,417	,336	-1,114	,281
10)	darbs komandā ar kopīgu mērķi	Equal variances assumed	,168	,686	-1,030	22	,314	-,333	,324	-1,005	,338
		Equal variances not assumed			-1,030	22,000	,314	-,333	,324	-1,005	,338
11)	sasveicinās ar paklanīšanos rei	Equal variances assumed	,397	,535	-2,532	22	,019	-,750	,296	-1,364	-,136
		Equal variances not assumed			-2,532	21,200	,019	-,750	,296	-1,366	-,134
12)	pieklājīgas sarunas	Equal variances assumed	,420	,524	-1,865	22	,076	-,583	,313	-1,232	,065
		Equal variances not assumed			-1,865	20,814	,076	-,583	,313	-1,234	,068

24. pielikuma turpinājums

13) prasme klausīties un nepārtraukt	Equal variances assumed	4,000	,058	-2,256	22	,034	-750	,332	-1,439	-,061
	Equal variances not assumed			-2,256	19,890	,035	-750	,332	-1,444	-,056
14) saudzē inventāru	Equal variances assumed	1,410	,248	-1,387	22	,179	-,417	,300	-1,040	,206
	Equal variances not assumed			-1,387	21,348	,180	-,417	,300	-1,041	,208
15) cenšas izpildīt uzdevumu	Equal variances assumed	,346	,563	-2,443	22	,023	-,667	,273	-1,233	-,101
	Equal variances not assumed			-2,443	22,000	,023	-,667	,273	-1,233	-,101
16) izsaka līdzjūtību mutiski	Equal variances assumed	,139	,712	-2,111	22	,046	-,667	,316	-1,322	-,012
	Equal variances not assumed			-2,111	21,944	,046	-,667	,316	-1,322	-,012
17) izrāda līdzjūtību ar žestu	Equal variances assumed	,802	,380	-3,340	22	,003	-1,000	,299	-1,621	-,379
	Equal variances not assumed			-3,340	21,389	,003	-1,000	,299	-1,622	-,378
18) attieksmi izrāda aktivitātē	Equal variances assumed	,009	,923	-2,338	22	,029	-,750	,321	-1,415	-,085
	Equal variances not assumed			-2,338	21,993	,029	-,750	,321	-1,415	-,085
19) pateicība par atbalstu	Equal variances assumed	,823	,374	-2,429	22	,024	-,750	,309	-1,390	-,110
	Equal variances not assumed			-2,429	20,997	,024	-,750	,309	-1,392	-,108
20) ievēro noteikumus vingrinājumos	Equal variances assumed	1,100	,306	-3,924	22	,001	-1,167	,297	-1,783	-,550
	Equal variances not assumed			-3,924	21,154	,001	-1,167	,297	-1,785	-,549
21) ievēro noteikumus spēlēs	Equal variances assumed	1,422	,246	-3,657	22	,001	-1,083	,296	-1,698	-,469
	Equal variances not assumed			-3,657	21,200	,001	-1,083	,296	-1,699	-,468
22) spriež par redzēto un dzirdēto	Equal variances assumed	,223	,642	-1,967	22	,062	-,667	,339	-1,370	,036
	Equal variances not assumed			-1,967	21,831	,062	-,667	,339	-1,370	,037
23) runā pārliecinoši	Equal variances assumed	,000	1,000	-2,590	22	,017	-,833	,322	-1,501	-,166
	Equal variances not assumed			-2,590	21,987	,017	-,833	,322	-1,501	-,166
24) daudzveidīgi raksturo notikumu	Equal variances assumed	,223	,642	-1,967	22	,062	-,667	,339	-1,370	,036
	Equal variances not assumed			-1,967	21,831	,062	-,667	,339	-1,370	,037
25) iesaistās aktivitātēs	Equal variances assumed	,000	1,000	-1,000	22	,328	-,333	,333	-1,025	,358
	Equal variances not assumed			-1,000	21,820	,328	-,333	,333	-1,025	,358
26) iesaista aktivitātēs citus	Equal variances assumed	,000	1,000	-1,414	22	,171	-,500	,354	-1,233	,233
	Equal variances not assumed			-1,414	22,000	,171	-,500	,354	-1,233	,233

Stūdentu testa rezultāti salīdzinošajā grupā (PG PII-5)

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
1) mierina vai uzmundrina	Equal variances assumed	,031	,861	-1,670	22	,109	-,500	,299	-1,121	,121
	Equal variances not assumed			-1,670	21,389	,110	-,500	,299	-1,122	,122
2) dāsnī dalās ar savu inventāru	Equal variances assumed	,035	,853	-2,345	22	,028	-,667	,284	-1,256	-,077
	Equal variances not assumed			-2,345	21,914	,028	-,667	,284	-1,256	-,077
3) savstarpēji palīdz vingrinājumos	Equal variances assumed	,262	,614	-1,332	22	,196	-,417	,313	-1,065	,232
	Equal variances not assumed			-1,332	20,814	,197	-,417	,313	-1,068	,234
4) zinātkāre acu kontaktā	Equal variances assumed	,786	,385	-1,593	22	,125	-,500	,314	-1,151	,151
	Equal variances not assumed			-1,593	21,871	,125	-,500	,314	-1,151	,151
5) zinātkāre runas kontaktā	Equal variances assumed	,057	,814	2,783	22	,011	,750	,269	,191	1,309
	Equal variances not assumed			2,783	21,985	,011	,750	,269	,191	1,309
6) satraukums apgūt prasmes	Equal variances assumed	,032	,860	-5,06	22	,618	-,167	,330	-,850	,517
	Equal variances not assumed			-5,06	21,893	,618	-,167	,330	-,850	,517
7) prieks par sasniegumu	Equal variances assumed	,032	,860	-5,06	22	,618	-,167	,330	-,850	,517
	Equal variances not assumed			-5,06	21,893	,618	-,167	,330	-,850	,517
8) izbrīns par pēkšņu notikumu	Equal variances assumed	,120	,732	-8,44	22	,408	-,250	,296	-,864	,364
	Equal variances not assumed			-8,44	21,200	,408	-,250	,296	-,866	,366
9) prasme vienoties ar partneri	Equal variances assumed	,121	,732	-2,240	22	,813	-,083	,347	-,803	,637
	Equal variances not assumed			-2,240	21,970	,813	-,083	,347	-,804	,637

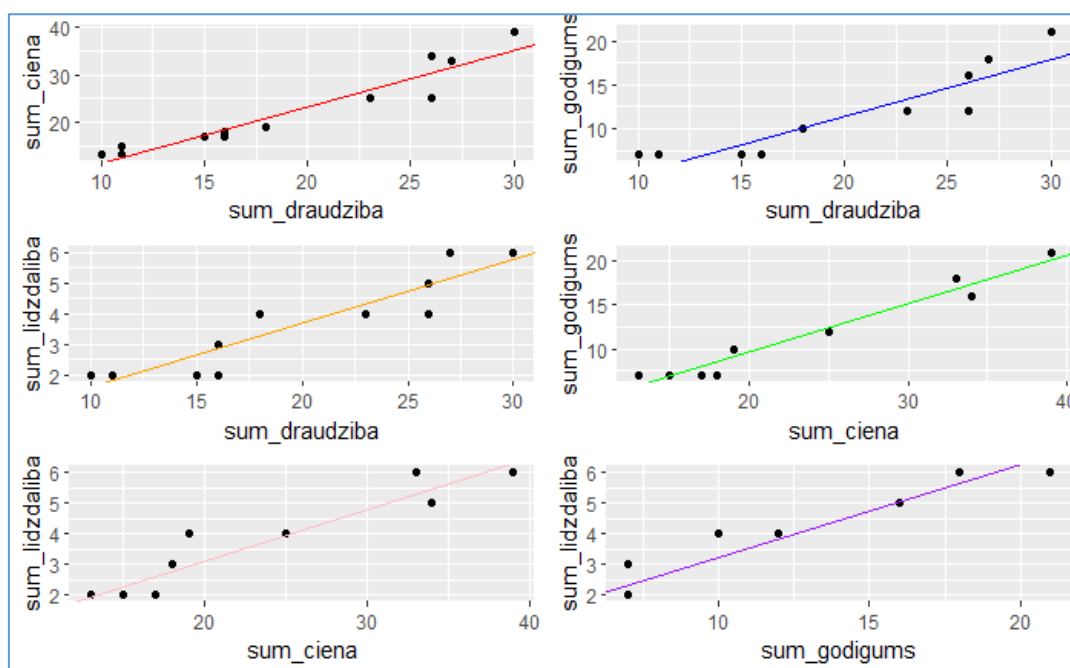
25. pielikuma turpinājums

10) darbs komandā ar kopīgu mērķi	Equal variances assumed	,022	,882	-484	22	,633	-167	,345	-881	,548
	Equal variances not assumed			-484	21,990	,633	-167	,345	-881	,548
11) sasveicinās, paklanoties rei	Equal variances assumed	1,037	,319	-1,735	22	,097	-583	,336	-1,280	,114
	Equal variances not assumed			-1,735	21,437	,097	-583	,336	-1,282	,115
12) pieklājīgas sarunas	Equal variances assumed	,108	,745	-779	22	,444	-250	,321	-915	,415
	Equal variances not assumed			-779	21,993	,444	-250	,321	-915	,415
13) prasme klausīties un nepārtraukt	Equal variances assumed	1,463	,239	-1,131	22	,270	-417	,368	-1,181	,347
	Equal variances not assumed			-1,131	21,552	,271	-417	,368	-1,182	,348
14) saudzē inventāru	Equal variances assumed	,621	,439	-810	22	,427	-250	,309	-890	,390
	Equal variances not assumed			-810	21,785	,427	-250	,309	-891	,391
15) cenšas izpildīt uzdevumu	Equal variances assumed	1,736	,201	-1,113	22	,278	-333	,299	-954	,288
	Equal variances not assumed			-1,113	21,389	,278	-333	,299	-955	,289
16) izsaka līdzjūtību mutiski	Equal variances assumed	1,520	,231	-1,797	22	,086	-583	,325	-1,257	,090
	Equal variances not assumed			-1,797	20,385	,087	-583	,325	-1,260	,093
17) izrāda līdzjūtību ar žestu	Equal variances assumed	1,375	,253	-1,421	22	,169	-500	,352	-1,230	,230
	Equal variances not assumed			-1,421	21,282	,170	-500	,352	-1,231	,231
18) attieksmi izrāda aktivitātē	Equal variances assumed	,494	,489	-1,636	22	,116	-500	,306	-1,134	,134
	Equal variances not assumed			-1,636	21,856	,116	-500	,306	-1,134	,134
19) pateicība par atbalstu	Equal variances assumed	,647	,430	-983	22	,336	-333	,339	-1,036	,370
	Equal variances not assumed			-983	21,831	,336	-333	,339	-1,037	,370
20) ievēro noteikumus vingrinājumos	Equal variances assumed	,451	,509	-2,183	22	,040	-750	,344	-1,463	-,037
	Equal variances not assumed			-2,183	21,726	,040	-750	,344	-1,463	-,037
21) ievēro noteikumus spēlēs	Equal variances assumed	,530	,474	-2,419	22	,024	-833	,345	-1,548	-,119
	Equal variances not assumed			-2,419	21,754	,024	-833	,345	-1,548	-,118
22) spriež par redzēto un dzirdēto	Equal variances assumed	,846	,368	-2,152	22	,043	-667	,310	-1,309	-,024
	Equal variances not assumed			-2,152	20,575	,043	-667	,310	-1,312	-,022
23) runā pārliecinoši	Equal variances assumed	1,832	,190	-1,545	22	,137	-500	,324	-1,171	,171
	Equal variances not assumed			-1,545	20,302	,138	-500	,324	-1,175	,175
24) daudzveidīgi raksturo notikumu	Equal variances assumed	,000	1,000	-1,000	22	,328	-333	,333	-1,025	,358
	Equal variances not assumed			-1,000	21,820	,328	-333	,333	-1,025	,358
25) iesaistās aktivitātēs	Equal variances assumed	,000	1,000	-978	22	,339	-333	,341	-1,040	,373
	Equal variances not assumed			-978	22,000	,339	-333	,341	-1,040	,373
26) iesaista aktivitātēs citus	Equal variances assumed	,384	,542	-1,213	22	,238	-417	,344	-1,129	,296
	Equal variances not assumed			-1,213	21,551	,238	-417	,344	-1,130	,297

Tikumu korelācija PG PII-5 pedagoģiskās intervences sākumā

	sum_draudzība	sum_cieņa	sum_godīgums	sum_līdzdalība
sum_draudzība	1	0,954	0,917	0,929
sum_cieņa	0,954	1	0,977*	0,947
sum_godīgums	0,917	0,977*	1	0,961
sum_līdzdalība	0,929	0,947	0,961	1

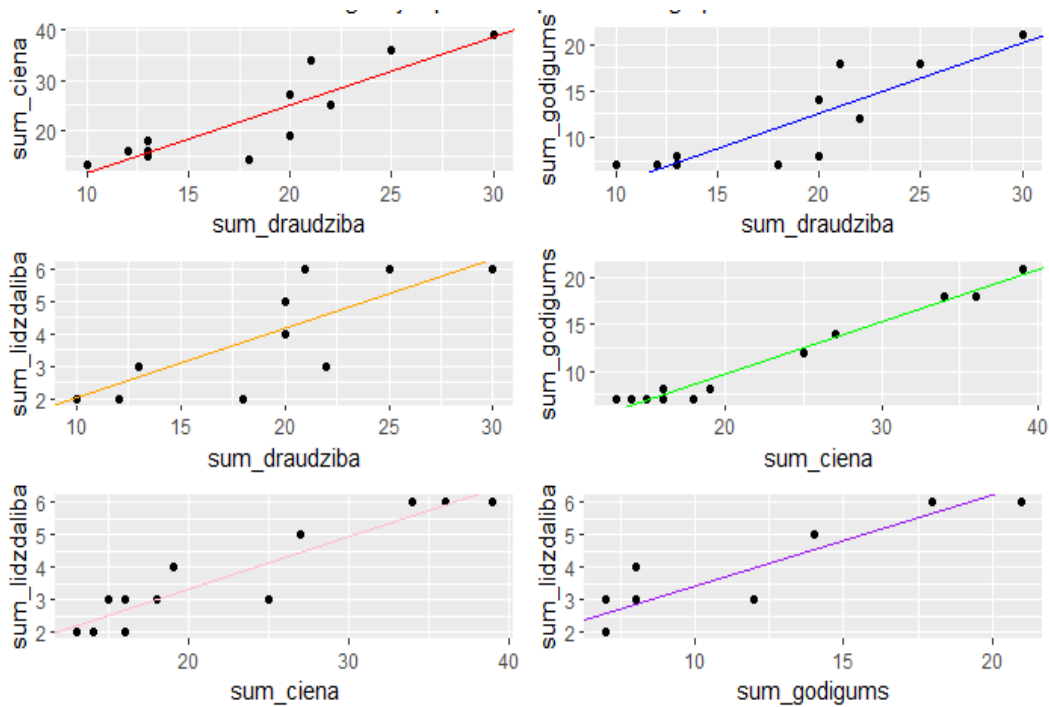
Regresijas PG PII-4 (DFBFA 2 reizes ned.) pedagoģiskās intervences sākumā
 PG PII-4 regresijas pedagoģiskās intervences sākumā (DFBFA 2 reizes nedēļā)



Tikumu korelācija SG PII-5 pedagoģiskās intervences sākumā

	sum_draudzība	sum_cieņa	sum_godīgums	sum_līdzdalība
sum_draudzība	1	0,886	0,871	0,801
sum_cieņa	0,886	1	0,987	0,935
sum_godīgums	0,871	0,987	1	0,92
sum_līdzdalība	0,801	0,935	0,92	1

Regresijas SG PII-5 (DFBFA 1 reizi ned.) pedagoģiskās intervences sākumā
 SG PII-5 regresijas pedagoģiskās intervences sākumā (DFBFA 1 reizi nedēļā)



Determinācijas koeficienti PG PII-4 un SG PII-5 pedagoģiskās intervences sākumā

Tikumi	determinācijas koeficients, 1. grupa PG	determinācijas koeficients, 2. grupa SG
draudzība→ cieņa	0,910	0,784
draudzība→godīgums	0,841	0,758
draudzība→līdzdalība	0,863	0,641
cieņa→godīgums	<u>0,954</u>	<u>0,974</u>
cieņa→līdzdalība	0,896	0,873
godīgums→līdzdalība	0,923	0,846

**Tikumu rādītāju atšķirība PG PII-4 un SG PII-5 grupām ar atšķirīgu nodarbību skaitu
(DFBFA 2 reizes un 1 reizi nedēļā)**

	vid_draudzība	vid_cieņa	vid_godīgums	vid_līdzdalība
PG	22,917	17,917	17,083	4,583
SG	21,25	16	14,833	4,25

**PII intervences grupu (PG PII-4 un SG PII-5) emocionālo reakciju un
tikumu diagnostikas rezultāti (A. Kaļiņinas "Sižetiskās bildes")**

Parametri	Sižetiskās bildes							
	<i>draudzība</i>		<i>cieņa</i>		<i>godīgums</i>		<i>līdzdalība</i>	
	PG	SG	PG	SG	PG	SG	PG	SG
Σ	27	19	31	24	26	19	30	24
μ	2,2	1,6	2,6	2,0	2,1	1,6	2,5	2,0
%	75	52	86	66	72	52	83	66

Σ = punktu summa

μ = nozīme punktos

% = kopējo punktu %

PG PII-4 bērnu rezultāti testā "Pabeidz teikumu" (pēc I. Dermanovas)

Bērns	Teikuma sākums											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Būt godīgam nozīmē ...			4. Draudzīgi spēlēties nozīmē ...		
	Līmenis			Līmenis			Līmenis			Līmenis		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1.			X		X			X		X		
2.			X			X			X			X
3.		X			X		X				X	
4.		X				X		X				X
5.			X			X		X				X
6.		X			X				X		X	
7.	X			X			X				X	
8.			X			X		X			X	
9.			X			X		X			X	
10.		X			X			X				X
11.			X		X		X				X	
12.			X	X			X					X
Σ	1	4	7	2	5	5	4	6	2	1	6	5
%	8	34	58	16	42	42	34	50	16	8	50	42

SG PII-5 bērnu rezultāti testā "Pabeidz teikumu" (pēc I. Dermanovas)

Bērns	Teikuma sākums											
	1. Kad visa grupa stāv durvju priekšā, tad pirmais ienāk ...			2. Ja manā klātbūtnē aizskar cilvēku, es ...			3. Būt godīgam nozīmē ...			4. Draudzīgi spēlēties nozīmē ...		
	Līmenis			Līmenis			Līmenis			Līmenis		
	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1.			X	X				X			X	
2.		X			X		X				X	
3.		X				X						X
4.	X			X			X				X	
5.			X			X	X			X		
6.		X			X				X		X	
7.			X		X			X				X
8.		X				X		X			X	
9.		X				X			X		X	
10.			X			X		X			X	
11.	X					X			X			X
12.			X		X			X			X	
Σ	2	5	5	2	4	6	3	6	3	1	8	3
%	16	41	41	16	34	50	25	50	25	9	66	25

PG PII-4 un SG PII-5 kopējais punktu skaits tikumu līmeņos (Dermanovas tests)

Parametri	1. teikums			2. teikums			3. teikums			4. teikums		
<i>Tikums</i>	<i>Cieņa</i>			<i>Līdzdalība</i>			<i>Draudzība</i>			<i>Godīgums</i>		
Līmenis	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
PG PII-4 (punktu sk.)	1	8	21	2	10	15	4	12	6	1	12	15
SG PII-5 (punktu sk.)	2	10	15	2	8	18	3	12	9	1	12	15

Tikumu attīstības līmenis (pēc A. Košeļevas) PG PII-4 un SG PII-5

Bērns	Tikumu rādītāji			
	<i>Prasme piedāvāt palīdzību</i>		<i>Prasme sniegt palīdzību</i>	
	SG PII-5	PG PII-4	SG PII-5	PG PII-4
1.	1	1	2	2
2.	2	2	3	3
3.	2	3	3	3
4.	1	2	2	2
5.	2	1	2	2
6.	3	3	2	2
7.	2	2	2	2
8.	1	1	1	1
9.	2	2	2	2
10.	1	1	2	2
11.	2	3	3	3
12.	1	1	2	2
Σ	20	22	26	26
μ	1,6	1,8	2,1	2,1
%	55	61	72	72

PG PII-4 UN SG PII-5 bērnu tikumu rādītāji (A. Košeļevas diagnostikas tests)

Parametri	Tikumu rādītāji			
	<i>Prasme piedāvāt palīdzību</i>		<i>Prasme sniegt palīdzību</i>	
	PG	SG	PG	SG
Σ	24	22	28	27
μ	2,0	1,8	2,3	2,2
%	66	61	77	75

Σ = punktu summa

μ = nozīme punktos

% = kopējo punktu %

**Pedagoģiskās intervences rezultāti PII grupās (PG PII-4 UN SG PII-5):
DFBFA tikumu kritēriju un rādītāju līmeņa izvērtējums**

TIKUMI	KRITĒRIJI	RĀDĪTĀJI	Līmenis pirms SG PII-5			Līmenis pēc SG PII-5			Līmenis pirms PG PII-4			Līmenis pēc PG PII-4		
			1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.	1.	2.	3.
1. Draudzība	1. Labvēlība	1) mierina vai uzmundrina	6	5	1	3	5	4	5	6	1	3	4	5
		2) dāsni dalās ar savu inventāru	7	4	1	2	6	4	6	5	1	2	4	6
		3) savstarpēji palīdz vingrinājumos	6	5	1	4	4	4	7	4	1	3	3	6
	2. Interese izziņāt	4) zinātkāre acu kontaktā	7	3	2	3	6	3	7	4	1	2	5	5
		5) zinātkāre runas kontaktā	6	5	1	4	5	3	6	5	1	1	6	5
	3. Emociju izpausme	6) satraukums apgūt prasmes	2	5	5	2	4	6	3	4	5	2	3	7
		7) prieks par sasniegumu	3	4	5	2	4	6	3	5	4	2	5	5
		8) izbrīns par pēkšņu notikumu	3	5	4	2	6	4	4	5	3	3	4	5
	4. Prasme komunicēt	9) prasme vienoties ar partneri	3	4	5	3	3	6	4	4	4	2	3	7
		10) darbs komandā ar kopīgu mērķi	4	4	4	3	4	5	3	5	4	2	5	5
2. Cieņa	5. Pieklājība saziņā	11) sasveicinās, paklanoties rei	5	5	2	3	2	7	4	5	3	3	4	5
		12) pieklājīgas sarunas	3	5	4	2	4	6	4	4	4	2	3	7
		13) prasme klausīties un nepārtraukt	5	4	3	4	1	7	6	2	4	1	4	7
	6. Atbildība par uzticēto	14) saudzē inventāru	2	6	4	2	3	7	2	7	3	2	2	8
		15) cenšas izpildīt uzdevumu	2	7	3	2	3	7	3	7	2	1	3	8
	7. Līdzjūtība	16) izsaka līdzjūtību mutiski	7	4	1	4	3	5	5	5	2	2	3	7
		17) izrāda līdzjūtību ar žestu	6	4	2	4	2	6	7	3	2	2	2	8
3. Godīgums	8. Patiesums	18) attieksmi izrāda aktivitātēs	6	4	2	2	6	4	7	3	2	2	4	6
		19) pateicība par atbalstu	6	3	3	2	4	6	5	4	3	1	3	8
	9. Noteikumu izpilde	20) ievēro noteikumus vingrinājumos	7	3	2	2	3	7	8	2	2	1	2	9
		21) Ievēro noteikumus spēlēs	8	2	2	3	2	7	7	3	2	1	2	9
	10. Atklātums	22) spriež par redzēto un dzirdēto	9	2	1	4	4	4	7	3	2	3	3	6
		23) runā pārliecinoši	8	3	1	3	5	4	8	2	2	2	4	6
		24) daudzveidīgi raksturo notikumu	6	4	2	4	4	4	7	3	2	3	3	6
4. Līdzdalība	11. Piedalās aktivitātēs	25) iesaistās aktivitātēs.	5	4	3	3	4	5	4	4	4	2	4	6
		26) iesaista citus aktivitātēs	6	4	2	4	3	5	6	3	3	3	3	6

Satura izklāsts

Pamatojoties uz “Skola 2030” (VISC, 2018) pirmsskolas vadlīnijām un fiziskās izglītības metodiku, ir veidots DFBFA spēļu kopums. Pētījumam adaptētās spēles, stafetes, cīņas mākslas uzdevumi un simulācijas ir interpretētas atbilstīgi pamatkustību un tikumu integrētai apguvei DFBFA sporta nodarbībām veselības un fiziskās aktivitātes mācību jomai pirmsskolas izglītībā un interešu izglītības džudo sporta programmai pirmsskolai.

PEDAGOGISKĀS SITUĀCIJAS

Komandu spēles ar priekšmetu

I. Draudzības bumbiņas

Mērķis: pilnveidot prasmi veikt vingrinājumus ar bumbām (priekšmetiem), pilnveidot dažādus kustības parametrus (laika, spēka, telpiskos), attīstīt pārvietošanos, attīstīt veiklību; sekmēt tikumu – draudzība un līdzdalība – attīstību.

Aprīkojums: bumbiņas (švammes u. c.).

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Zāle dalās divās zonās (piemēram, konusus), kurā ir brīvi izvietotas bumbas (vai citi priekšmeti). Bērni tiek sagrupēti divās komandās. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pēc pedagoga signāla bērni met bumbiņas (priekšmetus) uz otras komandas pretējo zonu.

Noteikumi. Pēc noteikta laika (2–3 minūtes) pēc pedagoga signāla spēle apstājas, tiek noteikts uzvarētājs – DRAUDZĪGA MIJEDARBĪBA KOMANDĀ ar vismazāko bumbu skaitu savā zonā. Pēc spēles dalībnieki viens otram pateicas par spēli (paklanās, paspiež roku u. c.).

Vingrinājuma modifikācija: A –1,2,3; B –4,5,6.

II. Futbols ar tenisa bumbu

Mērķis: pilnveidot prasmi pārvietoties ar bumbu, attīstīt veiklību; sekmēt tikumu – draudzība, līdzdalība, cieņa – attīstību.

Aprīkojums: tenisa bumba.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Noteikumi. Spēle pēc tiem pašiem futbola noteikumiem, tikai tiek izmantota mazāka bumba, piemēram, tenisa. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pēc spēles (paklanās, paspiež roku u. c.). DRAUDZĪGA ATMOSFĒRA UN AR CIENU PIENĒM REZULTĀTU.

Vingrinājuma modifikācija: A –1,2,3; B –4,5,6; C –7,8,9.

Komandu spēles bez priekšmetiem

III. Saulīte un Vējš

Mērķis: pilnveidot dažādus kustības parametrus (laika, spēka, telpiskos); sekmēt tikumu – draudzība, līdzdalība, cieņa – attīstību.

Aprīkojums: bumbas (pēc dalībnieku skaita pirmajā komandā), mīksti vingrošanas paklāji vai ar konusiem atzīmēts aplis.

Norises vieta: sporta zāle.

Bērni tiek iedalīti divās komandās. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pēc spēles (paklanās, paspiež roku u. c.).

Bērni tiek sadalīti divās vienādās komandās.

1. Pirmā komanda (“Saulīte”) apsēžas ar muguru pret centra pusi, plecu pie pleca, veidojot ciešu apli.
Katram dalībniekam rokās ir bumba, kuru viņš tur priekšā sev.
2. Otrā komanda (“Vējš”) nostājas ap apli. Tās uzdevums – mēģināt paņemt bumbu no “Saulītes” spēlētājiem vai nedaudz sagraut apli, taču bez rupjības un spēcīgiem grūdieniem.
3. “Saulīte” cenšas noturēt apli un saglabāt savas bumbas, sadarbojoties un aizsargājot citam citu.

Pēc aptuveni 1 minūtes komandas mainās lomām.

Noteikumi.

- Nedrīkst grūstīties, raustīt vai sist.
- Drīkst pieskarties tikai bumbai, nevis spēlētāju ķermenim.
- Punktus iegūst komanda, kas rīkojusies draudzīgi, godīgi un prasmīgi.

Uzvar komanda, kas rīkojās SAUDZĪGI, DRAUDZĪGI, GODĪGI un PRASMĪGI, saglabājot vairāk bumbu vai demonstrējot labāku SADARBĪBU un stratēģiju.

Vingrinājuma modifikācija: A –10,11,12; B –13,14,15.

Komandu stafetes ar priekšmetiem

IV. Stafetes ar jostu

Mērķis: pilnveidot prasmi veikt vingrinājumus ar virvi, attīstīt veiklību, attīstīt spēju vadīt kustības izpildes laiku; tikuma draudzība attīstīšana.

Aprīkojums: džudo josta.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Komandas sarindojas kā pretstafetes skrējienā – pretējās laukuma pusēs 5 m attālumā. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.).

Pēc pedagoga signāla divi pirmie spēlētāji no katras komandas skrien uz priekšu, turot jostu tā, lai pretim stāvošie otrās kolonnas spēlētāji varētu pārkāpt pāri jostai. Pēc pēdējā pāra pārkāpšanas pāri jostai pirmie nodod jostu priekšā stāvošajam pārim, bet paši nostājas kolonnas galā.

Noteikumi. Spēle beidzas, kad visi spēlētāji ir izpildījuši uzdevumu un josta atkal nonākusi pirmajā pāri. Uzvar komanda, kuras spēlētāji spēja izpildīt uzdevumu un piedalījās GODĪGI un DRAUDZĪGI. Stafetes ātrums ir atkarīgs no džudo jostu turošo spēlētāju darbību koordinācijas un nākamo spēlētāju spējas to pārņemt.

Vingrinājuma modifikācija: A –16,17,18; B –19,20,21; C –22,23,24.

V. Stafetes ar fitbumbu

Mērķis: pilnveidot prasmi veikt vingrinājumus ar fitbumbu, attīstīt veiklību, attīstīt spēju vadīt kustības izpildes laiku; attīstīt tikumus draudzība un cieņa.

Aprīkojums: fitbumba.

Norises vieta: sporta zāle.

Komandas sarindojas kā pretstafetes skrējienā – pretējās laukuma pusēs 5 m attālumā. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.).

Pirmie pāri vienā pusē tur fitbumbu. Pēc signāla pāri, skrienot pie komandas, nodod fitbumbu nākamajam pārim. Tad nākamais pāris atkārtoti uzdevumu un nostājas kolonas beigās.

Noteikumi. Spēle beidzas, kad katrs pāris uzdevumu veic divas reizes un ir atpakaļ savā vietā.

Uzvar komanda, kuras spēlētāji izpilda uzdevumu GODĪGI, DRAUDZĪGI LĪDZDALĪBĀ.

Vingrinājuma modifikācija: A –16,17,18; B –19,20,21; C –22,23,24.

VI. Stafetes ar pildbumbu

Mērķis: pilnveidot prasmi veikt vingrinājumus ar pildbumbu, attīstīt veiklību, attīstīt spēju vadīt kustības izpildes laiku; attīstīt tikumus draudzība un cieņa.

Aprīkojums: pildbumba.

Norises vieta: sporta zāle.

Bērni tiek iedalīti komandās, stāv 1 metra attālumā viens no otra savai komandai. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.).

Bumba atrodas uz grīdas blakus pirmajam dalībniekam. Pēc pedagoga signāla viņš paceļ bumbu un iedod aizmugurē stāvošajam rokās. Tā bumbu tālāk pārvieto visi komandas dalībnieki. Pēdējais dalībnieks, saņēmis bumbu, noliek to uz grīdas.

Noteikumi. Bumbu nedrīkst mest un bumba nedrīkst nokrist (bumbai jāpaliek spēlē).

Uzvar komanda, kura spēja izpildīt uzdevumu GODĪGI, DRAUDZĪGI LĪDZDALĪBĀ.

Vingrinājuma modifikācija: A –16,17,18; B –19,20,21; C –22,23,24.

Komandu stafetes bez priekšmetiem

VII. Rāpošana

Mērķis: pilnveidot veiklību, attīstīt spēju pielāgoties mainīgai situācijai un nestandarta uzdevumam; audzināt tikumus draudzība un cieņa.

Aprīkojums: nav.

Norises vieta: sporta zāle.

Bērni tiek iedalīti komandās. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pirmais dalībnieks nostājas ar seju pret kustības virzienu stājā ar plati ieplestām kājām. Otrais dalībnieks rāpjas uz vēdera starp pirmā kājām un nostājas viņa priekšā tā, lai pirmais varētu uzlikt rokas viņam uz pleciem. Izpilda tik reizes, kamēr sasniedz finiša atzīmi.

Noteikumi. Netraucēt dalībniekam, kas rāpjas.

Uzvar komanda, kura izpilda uzdevumu DRAUDZĪGI UN AR CIENŪ LĪDZDALĪBĀ.

Vingrinājuma modifikācija: A –25,26,27; B –28,29,30; C –31,32,33.

VIII. Pārvēlieni

Mērķis: pilnveidot veiklību, attīstīt spēju pielāgoties mainīgai situācijai un nestandarta uzdevumam; audzināt tikumus draudzība un cieņa.

Aprīkojums: nav.

Norises vieta: sporta zāle.

Bērni tiek iedalīti komandās. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pirmais apguļas uz vēdera, otrs pārveļas tam pāri un apguļas blakus. Arī izpilda visi komandas dalībnieki līdz finiša atzīmei.

Noteikumi. Gulties nepieciešams ļoti tuvu viens otram.

Uzvar komanda, kura spēja izpildīt uzdevumu GODĪGI, DRAUDZĪGI AR CIENŪ LĪDZDALĪBĀ.

Vingrinājuma modifikācija: A –25,26,27; B –28,29,30; C –31,32,33.

IX. Lēcieni

Mērķis: pilnveidot prasmi veikt lēcienus, attīstīt veiklību; attīstīt tikumus draudzība un cieņa.

Aprīkojums: nav.

Norises vieta: sporta zāle.

Bērni tiek sadalīti komandās un sakārtoti kolonnās cits aiz cita. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pēc pedagoga signāla katras komandas dalībnieki izpilda lēcieni, ar abām kājām atsperoties no vietas. Pirmais lec, otrs nostājas vietā, līdz kurai ir aizlēcis pirmais, un lec tālāk. Kad visi dalībnieki lec, pedagogs ievēro un spēles beigās izmēra visu pirmās un otrās komandas lēcieni garumu.

Noteikumi. Atsperties ar abām kājām no vietas.

Uzvar tā komanda, kura lēcienus IZPILDA DRAUDZĪGI, AR CIENŪ.

Vingrinājuma modifikācija: A –25,26,27; C –31,32,33.

CĪŅAS UN DIVCĪŅAS IMITĀCIJA

X. Ar lenti

Mērķis: attīstīt veiklību, attīstīt orientēšanos telpā, pilnveidot prasmes apvienot (kombinēt) kustības, pilnveidot prasmes paredzēt kustības; iepazīstināt bērnus ar jēdzienu “godīga divcīņa”; mācīt atpazīt cita cilvēka emocionālo stāvokli, ievērot noteikumus; attīstīt tikumus cieņa, pacietība, žēlsirdība, godīgums.

Aprīkojums: lentītes.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Katram spēles dalībniekam iedod īsu lentīti, kuru viņš piestiprina sev aizmugurē (ieliek aiz bikšu siksnas vai šortu gumijas tā, lai būtu redzama tikai neliela lentītes daļa “astīte”). Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pēc pedagoga komandas katram jāsavāc pēc iespējas vairāk “astīšu”, atņemot tās citiem spēles dalībniekiem. Spēlētājs, kurš ir pazaudējis “astīti”, atstāj spēles laukumu.

Noteikumi. Nedrīkst radīt sāpes savam partnerim.

Uzvar pēdējais spēlē palikušais dalībnieks GODĪGI, AR SAVU EMOCIJU PAŠKONTROLI.

Vingrinājuma modifikācija: A –34,35; B –37,38,39.

XI. Ar fitbumbu

Mērķis: attīstīt orientēšanos telpā, attīstīt veiklību, attīstīt spēku dažādās kustībās, pilnveidot prasmes apvienot (kombinēt) kustības, pilnveidot prasmes paredzēt kustības; iepazīstināt bērnus ar jēdzienu “godīga divcīņa”; mācīt atpazīt cita cilvēka emocionālo stāvokli, ievērot noteikumus; attīstīt tikumus cieņa, pacietība, patstāvība, žēlsirdība, godīgums.

Aprīkojums: fitbumba.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

“Cīņa par fitbumbu”. Bērni pa pāriem stāv viens pret otru. Starp viņiem atrodas fitbumba (rokas bumbā). Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pēc pedagoga signāla jāpaspēj satvert fitbumbu un ripināt to savā pusē aiz līnijas (vai vingrošanas riņķī Nr. 36).

Noteikumi. Nenodarīt sāpes savam partnerim. Necelt bumbu no grīdas, negriezties ar muguru pret otru dalībnieku.

Uzvar tas, kurš aizripiņa bumbu savā pusē AR CIENU, GODĪGI, PAŠKONTROLĒJOT SAVAS EMOCIJAS. *Vingrinājuma modifikācija:* A –34,35,36; B –37,38,39.

XII. Ar pildbumbu

Mērķis: attīstīt spēku dažādās kustībās, pilnveidot prasmes apvienot (kombinēt) kustības, pilnveidot prasmes paredzēt kustības; iepazīstināt bērnus ar jēdzienu “godīga divcīņa”; iepazīstināt bērnus ar jēdzienu “godīga divcīņa”; mācīt atpazīt cita cilvēka emocionālo stāvokli; attīstīt tikumus cieņa, pacietība, patstāvība, žēlsirdība, godīgums.

Aprīkojums: pildbumba.

Norises vieta: sporta zāle.

“Cīņa par pildbumbu”. Bērni pa pāriem sēž uz ceļiem 1 metra attālumā viens no otra, un starp viņiem atrodas pildbumba. Dalībnieki viens otru sveicina ar paklanīšanos cīņas sākumā un beigās. Pēc pedagoga signāla jāpieliecas un jāpaspēj pirmajam nogulties uz vēdera uz pildbumbas, nevis dot iespēju otrajam, kurš 10 sekunžu laikā mēģina pildbumbu atņemt.

Noteikumi. Nedrīkst radīt sāpes savam partnerim.

Uzvar tas, kurš patur bumbu vai paņēma bumbu vairāk reižu GODĪGI, AR CIENU UN EMOCIJU PAŠKONTROLI.

Vingrinājuma modifikācija: A –34,35; B –37,38,39.

XIII. Kurš ātrāks

Mērķis: attīstīt veiklību, attīstīt spēju paredzēt kustības; iepazīstināt bērnus ar jēdzienu “godīga divcīņa”; mācīt atpazīt cita cilvēka emocionālo stāvokli; attīstīt tikumus cieņa, pacietība, patstāvība, žēlsirdība, godīgums.

Aprīkojums: konuss, bumba, smilšu maisiņš.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Bērni pa pāriem stāv tuvāk, pret viņiem atrodas konuss, bumba, smagmaisniņš. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pedagoģs nosauc ķermeņa daļas, un bērni tām pieskaras (deguns, galva, ceļi...). Kādā brīdī pedagogs nosauc priekšmetu, kas ir jāpaņem.

Noteikumi. Nedrīkst atņemt otram priekšmetu, būt nesavaldīgam pret partneri.

Uzvar tas, kurš pirmais paņem nosaukto priekšmetu AR CIENU UN EMOCIJU PAŠKONTROLI.

Vingrinājuma modifikācija: A –40,41.

VINGRINĀJUMI PA PĀRIEM

XIV. Līdzsvars uz vietas

Mērķis: attīstīt veiklību, attīstīt līdzsvaru un balansu; attīstīt tikumu godīgums.

Aprīkojums: nav.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

“Cimdiņš”. Bērni pārī stāv viens pret otru, kājas kopā, rokas izstieptas ar plaukstām pret partneri. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Pēc pedagoga signāla dalībnieki viens otram sasiņ plaukstas, vienlaikus cenšoties izvairīties no līdzsvara zaudēšanas.

Noteikumi. Nevar ar spēku sist partnerim pa rokām. Atrasties vietā un neizkustēties no tās.

Uzvar tas dalībnieks, kurš saglabā līdzsvaru vairāk reižu, darbojas AR CIENU UN EMOCIJU PAŠKONTROLI.

Vingrinājuma modifikācija: A –42,43,44; B –45,46,47.

XV. Līdzsvars kustībā

Mērķis: attīstīt veiklību, attīstīt līdzsvaru un balansu; attīstīt tikumu godīgums.

Aprīkojums: baļķis.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Viens dalībnieks pārvietojas pa baļķi, bet otrs dalībnieks tur viņa roku, lai viņš nezaudētu līdzsvaru. Pēc tam abi dalībnieki apmainās vietām. Uzdevumu var sarežģīt – dalībnieks pārvietojas pa baļķi ar aizvērtām acīm.

Noteikumi. Nesteigties, nevilkt aiz rokas.

Uzvar tas pāris, kuram ir mazāk kļūdu, darbojas AR CIENŪ UN EMOCIJU PAŠKONTROLI.

Vingrinājuma modifikācija: A –48,49, 50.

XVI. Ar jostu

Mērķis: attīstīt veiklību, attīstīt līdzsvaru un balansu; attīstīt tikumu godīgums.

Aprīkojums: džudo josta.

Norises vieta: sporta zāle, sporta laukums.

“Ragavas”. Bērni tiek sadalīti pa pāriem ar vienu džudo jostu. Dalībnieki viens ar otru sasveicinās sākumā un pateicas viens otram beigās (paklanās, paspiež roku u. c.). Viens bērns sēž un tur jostas galu, otrs stāv un tur otru jostas galu. Pēc pedagoga signāla otrais dalībnieks skrien un velk pirmo dalībnieku, jostu abi dalībnieki stipri tur rokās.

Noteikumi. Jostu nedrīkst izlaist no rokām.

Uzvar pāris, kurš pirmais sasniedz finiša līniju, DRAUDZĪGI IESAISTOTIES.

Vingrinājuma modifikācija: A –51,52,53; B –54,55,56.

**PG PII-4 grupas DFBFA vingrinājumu kopuma īstenošanas plāns
pedagoģiskā intervence, nodarbības 2 reizes nedēļā
(48 nodarbības)**

Mēnesis	Oktobris	Novembris	Decembris	Janvāris	Februāris	Marts
Nodarbības						
1.	VII/VIII/IX. 25/III.10	VII/VIII/IX. 33/I.3	XV.49/X.35/ II.2	VII/VIII/IX. 25/III.10	VII/VIII/IX. 33/I.3	XV.49/X.35/ II.2
2.	VII/VIII/IX. 26/III.11	XIV.42/XI.3 7/I.4	XV.50/X.36/ II.3	VII/VIII/IX. 26/III.11	XIV.42/XI.3 7/I.4	XV.50/X.36/ II.3
3.	VII/VIII/IX. 27/III.12	XIV.43/ XI.38/I.5	XIII.40/XVI. 51/II.4	VII/VIII/IX. 27/III.12	XIV.43/ XI.38/I.5	XIII.40/XVI. 51/II.4
4.	VII/VIII/IX. 28/III.13	XIV.44/ XI.39/I.6	XIII.40/XVI. 52/II.5	VII/VIII/IX. 28/III.13	XIV.44/ XI.39/I.6	XIII.40/XVI. 52/II.5
5.	VII/VIII/IX. 29/III.14	XIV.45/XII. 37/I.7	XIII.41/XVI. 53/II.6	VII/VIII/IX. 29/III.14	XIV.45/XII. 37/I.7	XIII.41/XVI. 53/II.6
6.	VII/VIII/IX. 30/III.15	XV.46/ XII.38/I.8	XIII.40/XVI. 54/II.7	VII/VIII/IX. 30/III.15	XV.46/ XII.38/I.8	XIII.40/XVI. 54/II.7
7.	VII/VIII/IX. 31/I.1	XV.47/ XII.39/I.9	XIII.41/XVI. 55/II.8	VII/VIII/IX. 31/I.1	XV.47/ XII.39/I.9	XIII.41/XVI. 55/II.8
8.	VII/VIII/IX. 32/I.2	XV.48/X.34/ II.1	Sasaldētāji (atsaldēt ar paklonēšanu)	VII/VIII/IX. 32/I.2	XV.48/X.34/ II.1	Sasaldētāji (atsaldēt ar paklonēšanu)

**SG PII-5 grupa DFBFA vingrinājumu kopuma īstenošanas plāns
pedagoģiskā intervence, nodarbības 2 reizes nedēļā
(24 nodarbības)**

Mēnesis	Oktobris	Novembris	Decembris	Janvāris	Februāris	Marts
Nodarbības						
1.	<u>VII/VIII/IX.</u> <u>25/III.10</u>	<u>VII/VIII/IX.</u> <u>33/I.3</u>	<u>XV.49/X.35/</u> <u>II.2</u>			
2.				<u>VII/VIII/IX.</u> <u>26/III.11</u>	<u>XIV.42/XI.3</u> <u>7/I.4</u>	<u>XV.50/X.36/</u> <u>II.3</u>
3.	<u>VII/VIII/IX.</u> <u>27/III.12</u>	<u>XIV.43/</u> <u>XI.38/I.5</u>	<u>XIII.40/XVI.</u> <u>51/II.4</u>			
4.				<u>VII/VIII/IX.</u> <u>28/III.13</u>	<u>XIV.44/</u> <u>XI.39/I.6</u>	<u>XIII.40/XVI.</u> <u>52/II.5</u>
5.	<u>VII/VIII/IX.</u> <u>29/III.14</u>	<u>XIV.45/XII.</u> <u>37/I.7</u>	<u>XIII.41/XVI.</u> <u>53/II.6</u>			
6.				<u>VII/VIII/IX.</u> <u>30/III.15</u>	<u>XV.46/</u> <u>XII.38/I.8</u>	<u>XIII.40/XVI.</u> <u>54/II.7</u>
7.	<u>VII/VIII/IX.</u> <u>31/I.1</u>	<u>XV.47/</u> <u>XII.39/I.9</u>	<u>XIII.41/XVI.</u> <u>55/II.8</u>			
8.				<u>VII/VIII/IX.</u> <u>32/I.2</u>	<u>XV.48/X.34/</u> <u>II.1</u>	Sasaldētāji (atsaldēt ar paklonēšanu)

**Pamatprasmju sasniedzamais rezultāts 5–6 gadus vecu bērnu patstāvīgā darbībā
džudo filozofijā balstītās fiziskajās aktivitātēs**

Džudo filozofijā balstītās fiziskās aktivitātes	Sasniedzamā rezultāta apguves līmeņu apraksti Pamatots SOLO taksonomijā (Biggs&Collis, 1982)			
	1. Sācis apgūt vienu struktūrelementu	2. Turpina apgūt vairākus struktūrelementus	3. Apguvis Veido struktūrelementus kopējā struktūrā	4. Padziļināti Paplašināta patstāvīga darbība
Līdzsvara vingrinājumi	Pirms vingrinājuma veikšanas pievērst uzmanību uzdevuma sarežģītībai, novērtējiet situāciju un savas spējas.	Pārvietojas dažos virzienos, izvēlas vingrinājumu veikšanas metodes atbilstoši situācijai kopā ar partneri.	Atbilstoši situācijai sabalansē vairākus vingrinājumus sev un citiem droši un izvēlas izpildījuma veidu.	Virzās dažādos virzienos, patstāvīgi izvēlas un kombinē pārvarēšanas metodes dažādās situācijās, vienlaikus saglabā līdzsvaru.
Vingrojumi pāros	Izpilda vienu ar pedagogu saskaņotu vingrinājumu par kādu tikumu: līdzdalību, draudzību, cieņu, godīgumu.	Izpilda ar pedagogu saskaņotu vingrinājumu, apvienojot dažus tikumus: līdzdalība, draudzība, cieņa.	Patstāvīgi izpilda vingrinājumu dažādos veidos, elastīgi saskaņojot darbību ar otru bērnu atbilstīgi situācijai.	Patstāvīgi iesaista citus sarežģītāku vingrinājumu izpildē atbilstīgi visiem tikumiem: līdzdalība, draudzība, cieņa, godīgums.
Spēles konfrontācijā (cīņa par bumbu, astēm,...)	Ar pedagoga ieteikumu tiek atrasts pāris, ar ko kopā veic uzdevumu samazinātā zonā.	Pēc pedagoga mutiska aicinājuma atrod pāri uzdevumu veikšanai kādā zāles daļā drošā attālumā no citiem pāriem.	Patstāvīgi atrod pāri uzdevuma izpildei, ņemot vērā drošu attālumu no citiem pāriem.	Vingrinājuma izpildē iesaista citus, uztur drošu attālumu no citiem pāriem un raugās, lai to ievēro visi pāri.

Pedagoģiskā pilotpētījuma posms. Pārrunu protokols

Jautājumi	1. Kuri vingrinājumi nodarbībā Tev bija interesanti, kuri bija mazāk interesanti, un kāpēc? (interese izzināt)	2. Ko jaunu Tu uzzināji, veicot vingrinājumus? (zināšanas)	3. Kas Tev izdevās un ko Tu sasniedzi, izpildot vingrinājumus? (izpratne)	4. Ko Tu gribētu (plāno) izdarīt nākamajā nodarbībā? (patstāvība)
Respond.				
1. bērns				
2. bērns				
3. bērns				
4. bērns				
5. bērns				
6. bērns				
7. bērns				
8. bērns				
9. bērns				
10. bērns				
11. bērns				
12. bērns				

1. līmenis – zems
2. līmenis – vidējs
3. līmenis – augsts

**Pedagoģiskā pilotpētījuma posma pamatgrupas PG PII-4 (DFBFA 2 reizes nedēļā)
Pārrunu rezultātu protokols**

Jautājumi	1. Kuri vingrinājumi nodarbībā Tev bija interesanti, kuri bija mazāk interesanti, un kāpēc? (interese izzināt)		2. Ko jaunu Tu uzzināji, veicot vingrinājumus? (zināšanas)		3. Kas Tev izdevās un ko Tu sasniedzi, izpildot vingrinājumus? (izpratne)		4. Ko Tu plāno izdarīt nākamajā nodarbībā? (patstāvība)	
	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB
1. bērns	3	2	3	2	3	2	2	2
2. bērns	3	3	3	3	3	3	3	3
3. bērns	3	1	3	2	3	1	2	1
4. bērns	1	1	1	1	1	1	1	1
5. bērns	2	1	2	1	2	1	2	1
6. bērns	3	3	3	3	3	3	3	3
7. bērns	3	3	3	3	3	3	3	3
8. bērns	3	2	2	2	3	2	1	1
9. bērns	3	1	2	1	1	1	1	1
10. bērns	3	3	3	2	3	2	2	2
11. bērns	2	1	1	1	1	1	2	1
12. bērns	3	1	2	2	2	1	3	2

Jautājumi	1. jautājums		2. jautājums		3. jautājums		4. jautājums	
	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB
1. līmenis	1	6	2	4	3	6	3	6
2. līmenis	2	2	4	5	2	3	5	3
3. līmenis	9	4	6	3	7	3	4	3

Pedagoģiskā pilotpētījuma posma salīdzinošajā grupa SG PII-5 (DFBFA 1 reizi nedēļā)

Pārrunu rezultātu protokols

Jautājumi	1. Kuri vingrinājumi nodarbībā Tev bija interesanti, kuri bija mazāk interesanti, un kāpēc? (interese izzināt)		2. Ko jaunu Tu uzzināji, veicot vingrinājumus? (zināšanas)		3. Kas Tev izdevās un ko Tu sasniedzi, izpildot vingrinājumus? (izpratne)		4. Ko Tu gribētu (plāno) izdarīt nākamajā nodarbībā? (patstāvība)	
	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB
1. bērns	1	1	1	1	1	1	1	1
2. bērns	2	2	1	1	1	1	2	1
3. bērns	3	3	2	2	3	2	2	2
4. bērns	3	3	3	3	3	2	3	3
5. bērns	3	3	3	2	1	1	2	2
6. bērns	3	3	2	2	3	2	3	3
7. bērns	3	3	3	3	3	2	3	3
8. bērns	3	3	2	2	3	3	2	2
9. bērns	2	1	1	1	2	1	1	1
10. bērns	3	2	2	1	2	1	1	2
11. bērns	3	3	2	2	2	2	3	3
12. bērns	3	3	3	3	3	3	2	3

Jautājumi	1. jautājums		2. jautājums		3. jautājums		4. jautājums	
	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB	VES	VEB
1. līmenis	1	2	3	4	3	5	3	3
2. līmenis	2	2	5	5	3	5	5	4
3. līmenis	9	8	4	3	6	2	4	5

**Ar programmu spss apstrādes rezultāti. Pamatgrupā (PG PII-4) rezultāti
pēc Manna–Vitnija un Vilkoksona testiem**

Test Statistics^b

	Mierinājums	Dāsnums	Palīdzība	Zinātkāre acu kontaktā	Zinātkāre runas uztverē	Satraukums	Prieks	Izbrīns
Mann–Vitnija U	46,500	37,000	52,000	45,000	32,500	64,000	64,000	59,500
Wilcoxon W	124,500	115,000	130,000	123,000	110,500	142,000	142,000	137,500
Z	-1,581	-2,170	-1,240	-1,682	-2,452	-,498	-,498	-,784
Asymp. Sig. (2-tailed)	,114	,030	,215	,093	,014	,618	,618	,433
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,143 ^a	,045 ^a	,266 ^a	,128 ^a	,020 ^a	,671 ^a	,671 ^a	,478 ^a

Test Statistics^b

	Prasme vienoties	Darbs komandā	Sasveicinās paklanoties	Pieklājīgas sarunas	Prasme klausīties	Saudzība	Izpilda uzdevumu	Līdzjūtība mutiski
Mann–Vitnija U	67,500	64,000	44,500	59,000	53,500	57,000	52,000	45,500
Wilcoxon W	145,500	142,000	122,500	137,000	131,500	135,000	130,000	123,500
Z	-,279	-,490	-1,686	-,806	-1,147	-,941	-1,251	-1,645
Asymp. Sig. (2-tailed)	,780	,624	,092	,420	,251	,347	,211	,100
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	,799 ^a	,671 ^a	,114 ^a	,478 ^a	,291 ^a	,410 ^a	,266 ^a	,128 ^a

Test Statistics^b

	Līdzjūtība žestos	Attieksme aktivitātē	Pateicība par atbalstu	Noteikumi vingrinā- jumos	Ievēro noteikumus spēlēs	Spriež par redzēto un dzirdēto	Runā parliecinoši	Daudz- veidīgi raksturo notikumu	Iesaistās aktivitātēs	Iesaista aktivitātes citus
Mann– Vitnija U	50,000	46,000	55,500	39,500	37,000	40,000	49,500	56,000	56,000	53,000
Wilcoxon W	128,000	124,000	133,500	117,500	115,000	118,000	127,500	134,000	134,000	131,000
Z	-1,357	-1,603	-1,012	-2,015	-2,195	-2,043	-1,436	-,987	-,979	-1,170
Asymp. Sig. (2- tailed)	,175	,109	,312	,044	,028	,041	,151	,324	,328	,242
Exact Sig. [2*(1- tailed Sig.)]	,219 ^a	,143 ^a	,347 ^a	,060 ^a	,045 ^a	,068 ^a	,198 ^a	,378 ^a	,378 ^a	,291 ^a

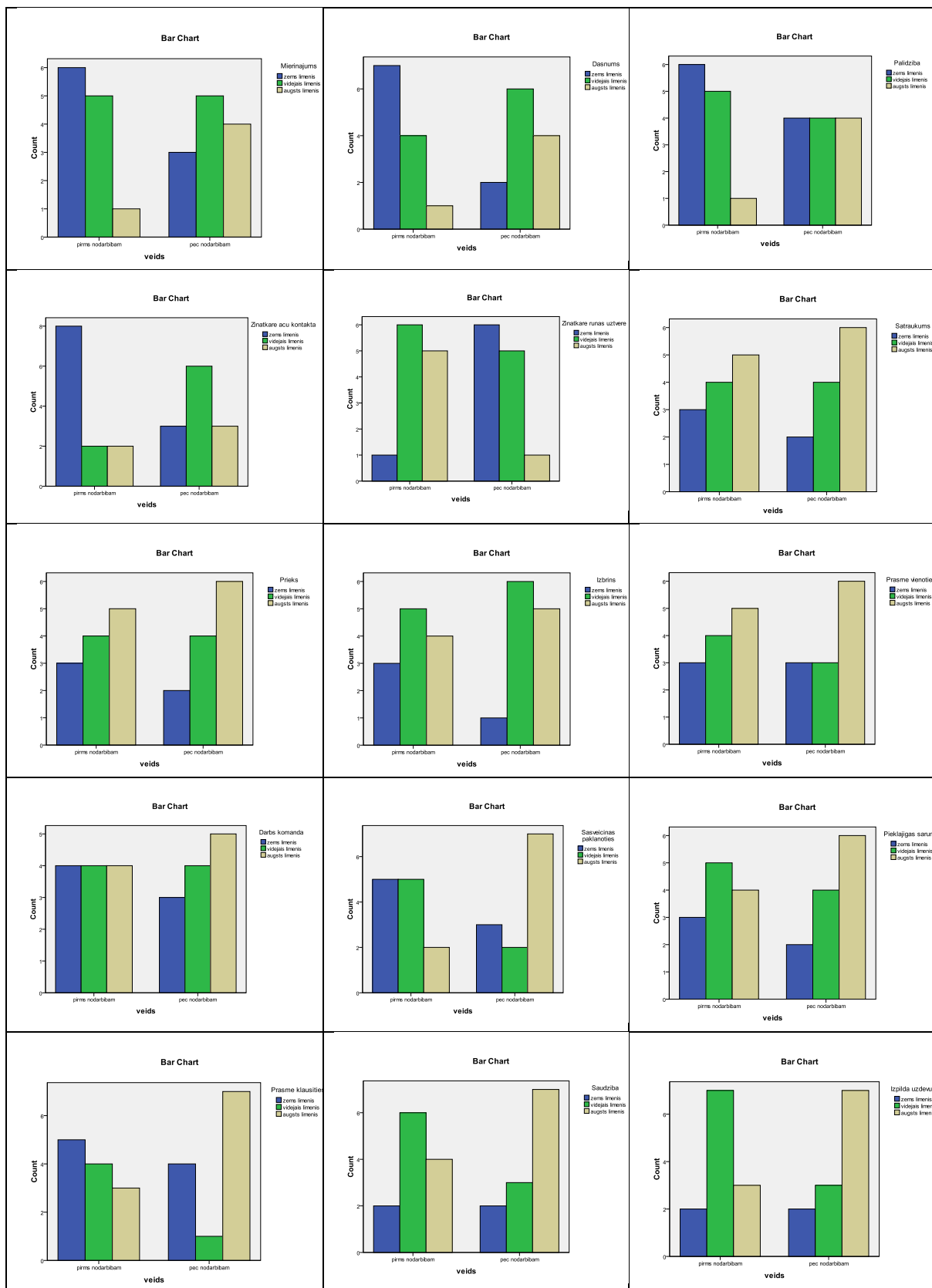
PG PII-4 rādītāji pēc Manna–Vitnija testa un Kolmogorova–Smirnova testa

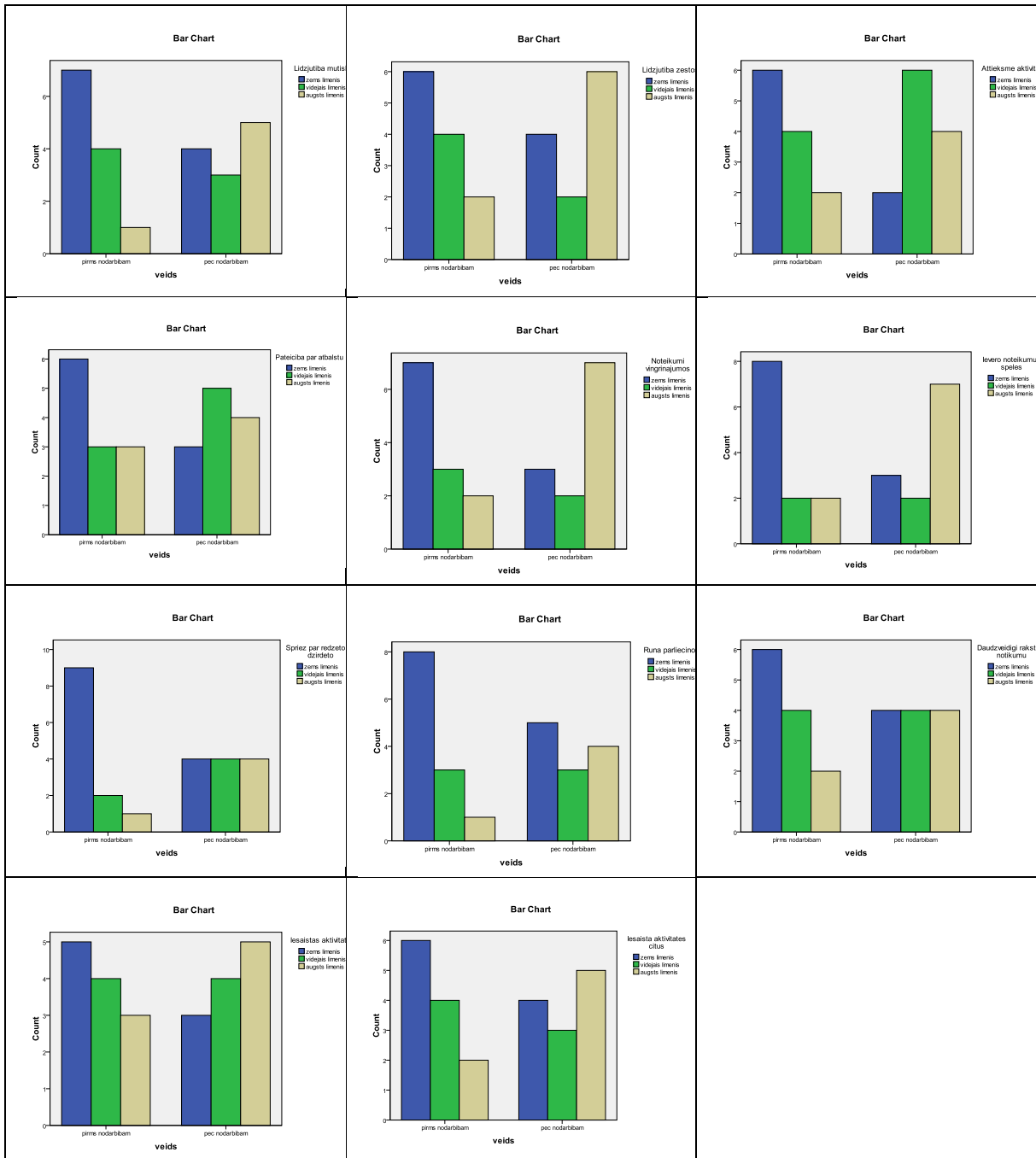
Rādītājs	Manna–Vitnija tests			Kolmogorova–Smirnova tests	
	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	Kolmogorov–Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
1) dāsni dalās ar savu inventāru	–2,26824	0,023314	,033	1,020620726	0,248548218
2) savstarpēji palīdz vingrinājumos	–2,12385	0,033682	,045	1,020620726	0,248548218
3) zinātkāre acu kontaktā	–2,1697	0,03003	,045	1,020620726	0,248548218
4) zinātkāre runas kontaktā	–2,45235	0,014193	,020	1,020620726	0,248548218
5) sasveicinās, paklanoties rei	–2,35862	0,018343	,028	1,224744871	0,099561848
6) prasme klausīties un nepārtraukt	–2,01269	0,044147	,068	1,020620726	0,248548218
7) cenšas izpildīt uzdevumu	–2,31407	0,020664	,033	1,224744871	0,099561848
8) izsaka līdzjūtību mutiski	–1,99238	0,04633	,060	1,020620726	0,248548218
9) izrāda līdzjūtību ar žestu	–2,77505	0,005519	,008	1,224744871	0,099561848
10) attieksmi izrāda aktivitātē	–2,14564	0,031902	,045	1,020620726	0,248548218
11) pateicība par atbalstu	–2,20401	0,027523	,039	1,020620726	0,248548218
12) ievēro noteikumus vingrinājumos	–3,07243	0,002123	,004	1,428869017	0,033702241
13) ievēro noteikumus spēlēs	–2,95872	0,003089	,005	1,428869017	0,033702241
14) runā pārlicinoši	–2,34337	0,01911	,028	1,224744871	0,099561848

Manna–Vitnija un Kolmogorova–Smirnova tests SG PII-5

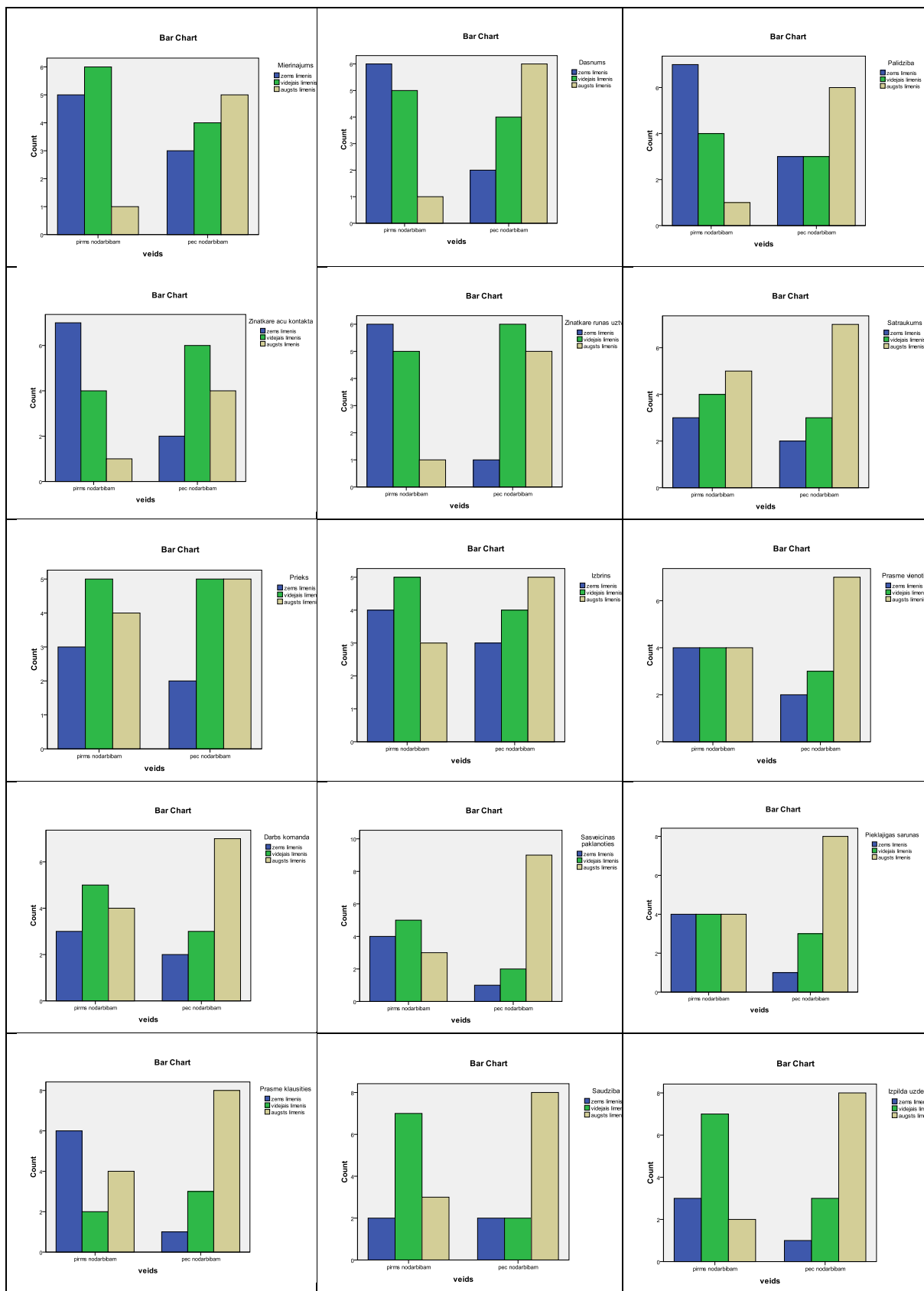
Rādītājs	Manna–Vitnija tests			Kolmogorova–Smirnova tests	
	Z	Asymp. Sig. (2-tailed)	Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	Kolmogorov–Smirnov Z	Asymp. Sig. (2-tailed)
1) dāsni dalās ar savu inventāru (2. rādītājs)	–2,1697	0,03002951	,045	1,020620726	0,248548
2) zinātkāre runas kontaktā (5. rādītājs)	–2,45235	0,01419253	,020	1,020620726	0,248548
3) ievēro noteikumus vingrinājumos (20. rādītājs)	–2,01472	0,04393375	,060	1,020620726	0,248548
4) ievēro noteikumus spēlēs (21. rādītājs)	–2,19459	0,02819279	,045	1,020620726	0,248548
5) spriež par redzēto un dzirdēto (22. rādītājs)	–2,04296	0,04105686	,068	1,020620726	0,248548

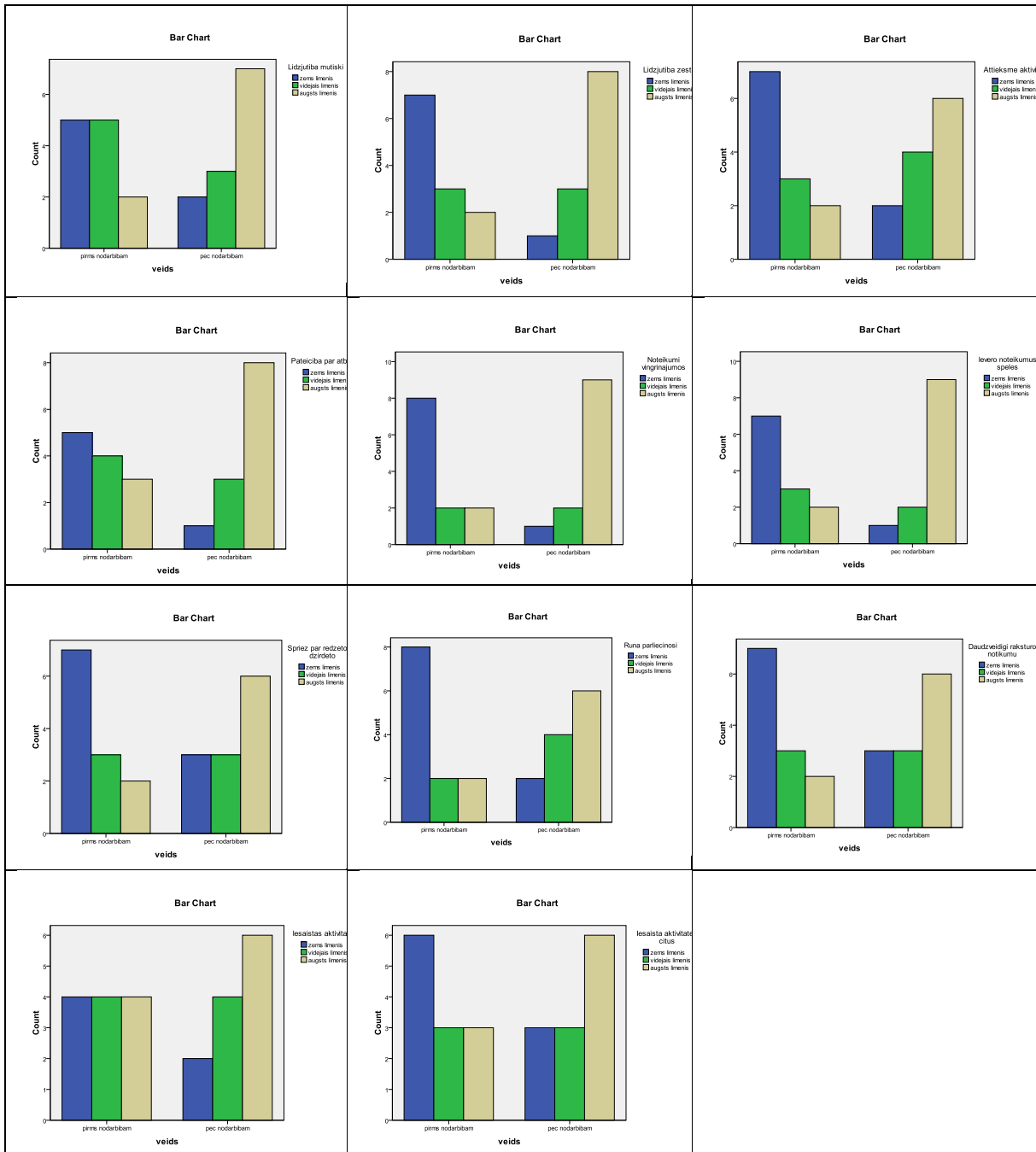
1.-26. diagramma. Tikumu izmaiņu pamatgrupā (PG PII-4)
pedagoģiskās intervences sākums un beigas





27.–52. diagramma. Tikumu izmaiņu salīdzinošajā grupā (PG PII-5)
pedagoģiskās intervences sākums un beigas





Krusteniskā tabula pamatgrupā (PG PII-4): pedagoģiskās intervences sākums un beigas

veids * Mierinājums Crosstabulation

Count

		Mierinājums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	5	1	12
	Eksperimenta beigās	3	5	4	12
Kopā		9	10	5	24

veids * Dāsnums Crosstabulation

Count

		Dāsnums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	4	1	12
	Eksperimenta beigās	2	6	4	12
Kopā		9	10	5	24

veids * Palīdzība Crosstabulation

Count

		Palīdzība			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	5	1	12
	Eksperimenta beigās	4	4	4	12
Kopā		10	9	5	24

veids * Zinātkāre acu kontaktā Crosstabulation

Count

		Zinātkāre acu kontaktā			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	8	2	2	12
	Eksperimenta beigās	3	6	3	12
Kopā		11	8	5	24

veids * Zinātkāre runas uztvere Crosstabulation

Count

		Zinātkāre runas uztvere			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	1	6	5	12
	Eksperimenta beigās	6	5	1	12
Kopā		7	11	6	24

veids * Satraukums Crosstabulation

Count

		Satraukums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	4	5	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		5	8	11	24

45. pielikuma turpinājums

veids * Prieks Crosstabulation

Count

		Prieks			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	4	5	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		5	8	11	24

veids * Izbrīns Crosstabulation

Count

		Izbrīns			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	5	4	12
	Eksperimenta beigās	1	6	5	12
Kopā		4	11	9	24

veids * Prasme vienoties Crosstabulation

Count

		Prasme vienoties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	4	5	12
	Eksperimenta beigās	3	3	6	12
Kopā		6	7	11	24

veids * Darbs komandā Crosstabulation

Count

		Darbs komandā			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	4	4	12
	Eksperimenta beigās	3	4	5	12
Kopā		7	8	9	24

veids * Sasveicinās paklanoties Crosstabulation

Count

		Sasveicinās paklanoties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	5	2	12
	Eksperimenta beigās	3	2	7	12
Kopā		8	7	9	24

veids * Piekļājīgas sarunas Crosstabulation

Count

		Piekļājīgas sarunas			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	5	4	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		5	9	10	24

45. pielikuma turpinājums

veids * Prasme klausīties Crosstabulation

Count

		Prasme klausīties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	4	3	12
	Eksperimenta beigās	4	1	7	12
Kopā		9	5	10	24

veids * Saudzība Crosstabulation

Count

		Saudzība			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	2	6	4	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		4	9	11	24

veids * Izpilda uzdevumu Crosstabulation

Count

		Izpilda uzdevumu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	2	7	3	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		4	10	10	24

veids * Līdzjūtība mutiski Crosstabulation

Count

		Līdzjūtība mutiski			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	4	1	12
	Eksperimenta beigās	4	3	5	12
Kopā		11	7	6	24

veids * Līdzjūtība žestos Crosstabulation

Count

		Līdzjūtība žestos			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	4	2	12
	Eksperimenta beigās	4	2	6	12
Kopā		10	6	8	24

veids * Attieksme aktivitātē Crosstabulation

Count

		Attieksme aktivitātē			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	4	2	12
	Eksperimenta beigās	2	6	4	12
Kopā		8	10	6	24

45. pielikuma turpinājums

veids * Pateicība par atbalstu Crosstabulation

Count

		Pateicība par atbalstu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	3	3	12
	Eksperimenta beigās	3	5	4	12
Kopā		9	8	7	24

veids * Noteikumi vingrinājumos Crosstabulation

Count

		Noteikumi vingrinājumos			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	3	2	7	12
Kopā		10	5	9	24

veids * Ievēro noteikumus spēlēs Crosstabulation

Count

		Ievēro noteikumus spēlēs			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	8	2	2	12
	Eksperimenta beigās	3	2	7	12
Kopā		11	4	9	24

veids * Spriež par redzēto un dzirdēto Crosstabulation

Count

		Spriež par redzēto un dzirdēto			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	9	2	1	12
	Eksperimenta beigās	4	4	4	12
Kopā		13	6	5	24

veids * Runā pārlicinoši Crosstabulation

Count

		Runā pārlicinoši			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	8	3	1	12
	Eksperimenta beigās	5	3	4	12
Kopā		13	6	5	24

veids * Daudzveidīgi raksturo notikumu Crosstabulation

Count

		Daudzveidīgi raksturo notikumu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	4	2	12
	Eksperimenta beigās	4	4	4	12
Kopā		10	8	6	24

45. pielikuma turpinājums

veids * Iesaistās aktivitātēs Crosstabulation

Count

		Iesaistās aktivitātēs			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	4	3	12
	Eksperimenta beigās	3	4	5	12
Kopā		8	8	8	24

veids * Iesaista aktivitātēs citus Crosstabulation

Count

		Iesaista aktivitātēs citus			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	4	2	12
	Eksperimenta beigās	4	3	5	12
Kopā		10	7	7	24

Krusteniskā tabula salīdzinošajā grupā (SG PII-5): pedagoģiskās intervences sākums un beigas

veids * Mierinājums Crosstabulation

Count

		Mierinājums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	6	1	12
	Eksperimenta beigās	3	4	5	12
Kopā		8	10	6	24

veids * Dāsnums Crosstabulation

Count

		Dāsnums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	5	1	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		8	9	7	24

veids * Palīdzība Crosstabulation

Count

		Palīdzība			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	4	1	12
	Eksperimenta beigās	3	3	6	12
Kopā		10	7	7	24

veids * Zinātkāre acu kontaktā Crosstabulation

Count

		Zinātkāre acu kontaktā			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	4	1	12
	Eksperimenta beigās	2	6	4	12
Kopā		9	10	5	24

veids * Zinātkāre runas uztverē Crosstabulation

Count

		Zinātkāre runas uztverē			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	5	1	12
	Eksperimenta beigās	1	6	5	12
Kopā		7	11	6	24

veids * Satraukums Crosstabulation

Count

		Satraukums			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	4	5	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		5	7	12	24

46. pielikuma turpinājums

veids * Prieks Crosstabulation

Count

		Prieks			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	5	4	12
	Eksperimenta beigās	2	5	5	12
Kopā		5	10	9	24

veids * Izbrīns Crosstabulation

Count

		Izbrīns			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	5	3	12
	Eksperimenta beigās	3	4	5	12
Kopā		7	9	8	24

veids * Prasme vienoties Crosstabulation

Count

		Prasme vienoties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	4	4	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		6	7	11	24

veids * Darbs komandā Crosstabulation

Count

		Darbs komandā			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	5	4	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		5	8	11	24

veids * Sasveicinās paklanoties Crosstabulation

Count

		Sasveicinās paklanoties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	5	3	12
	Eksperimenta beigās	1	2	9	12
Kopā		5	7	12	24

veids * Piekļājīgas sarunas Crosstabulation

Count

		Piekļājīgas sarunas			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	4	4	12
	Eksperimenta beigās	1	3	8	12
Kopā		5	7	12	24

46. pielikuma turpinājums

veids * Prasme klausīties Crosstabulation

Count

		Prasme klausīties			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	2	4	12
	Eksperimenta beigās	1	3	8	12
Kopā		7	5	12	24

veids * Saudzība Crosstabulation

Count

		Saudzība			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	2	7	3	12
	Eksperimenta beigās	2	2	8	12
Kopā		4	9	11	24

veids * Izpilda uzdevumu Crosstabulation

Count

		Izpilda uzdevumu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	3	7	2	12
	Eksperimenta beigās	1	3	8	12
Kopā		4	10	10	24

veids * Līdzjūtība mutiski Crosstabulation

Count

		Līdzjūtība mutiski			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	5	2	12
	Eksperimenta beigās	2	3	7	12
Kopā		7	8	9	24

veids * Līdzjūtība žestos Crosstabulation

Count

		Līdzjūtība žestos			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	1	3	8	12
Kopā		8	6	10	24

veids * Attieksme aktivitātē Crosstabulation

Count

		Attieksme aktivitātē			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		9	7	8	24

46. pielikuma turpinājums

veids * Pateicība par atbalstu Crosstabulation

Count

		Pateicība par atbalstu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	5	4	3	12
	Eksperimenta beigās	1	3	8	12
Kopā		6	7	11	24

veids * Noteikumi vingrinājumos Crosstabulation

Count

		Noteikumi vingrinājumos			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	8	2	2	12
	Eksperimenta beigās	1	2	9	12
Kopā		9	4	11	24

veids * Ievēro noteikumus spēlēs Crosstabulation

Count

		Ievēro noteikumus spēlēs			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	1	2	9	12
Kopā		8	5	11	24

veids * Spriež par redzēto un dzirdēto Crosstabulation

Count

		Spriež par redzēto un dzirdēto			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	3	3	6	12
Kopā		10	6	8	24

veids * Runā pārliecinoši Crosstabulation

Count

		Runā pārliecinoši			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	8	2	2	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		10	6	8	24

veids * Daudzveidīgi raksturo notikumu Crosstabulation

Count

		Daudzveidīgi raksturo notikumu			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	7	3	2	12
	Eksperimenta beigās	3	3	6	12
Kopā		10	6	8	24

veids * Iesaistās aktivitātēs Crosstabulation

Count

		Iesaistās aktivitātēs			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	4	4	4	12
	Eksperimenta beigās	2	4	6	12
Kopā		6	8	10	24

veids * Iesaista aktivitātes citus Crosstabulation

Count

		Iesaista aktivitātes citus			
		zems līmenis	vidējs līmenis	augsts līmenis	kopā
veids	Eksperimenta sākumā	6	3	3	12
	Eksperimenta beigās	3	3	6	12
Kopā		9	6	9	24

Tikumu vērtējumu sadalījumu “pirms” un “pēc” intervences salīdzinājumi pēc
R. Kaļiņinas metodikas (“Sīzetiskās bildes”)

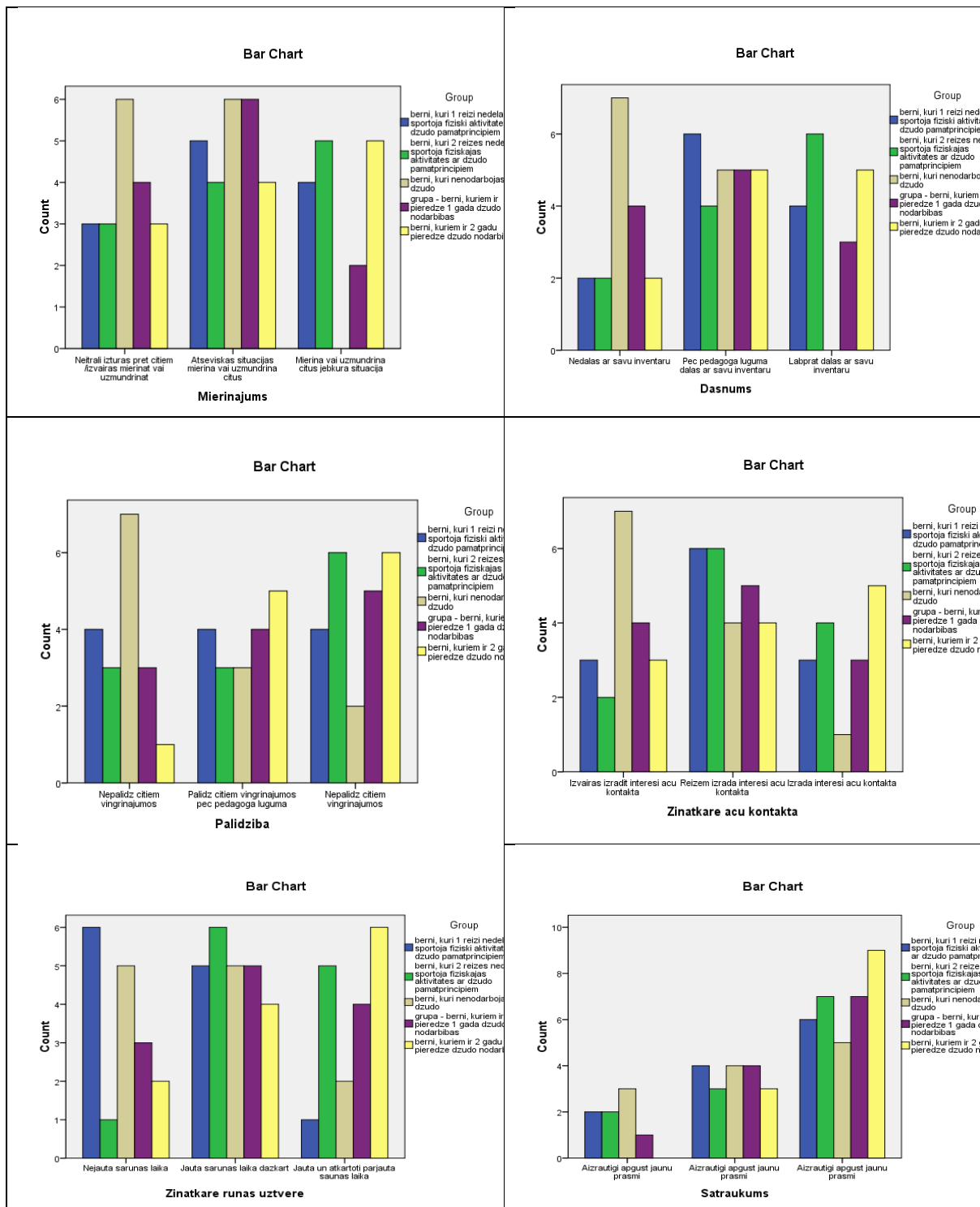
Grupa	Tikumi	Vērtējums “pirms”	Vērtējums “pēc”	Vilkoksona testa rezultāti		
		Mediāna (Q1–Q3)	Mediāna (Q1–Q3)	Z-statistika	p vērtība	Kohena r (efekta lielums)
VZSS-1	Draudzība	3,0 (2,0–3,0)	3,0 (3,0–3,0)	2,828	0,005	0,516 (liels)
	Cieņa	3,0 (2,0–3,0)	3,0 (3,0–3,0)	2,646	0,008	0,483 (vidējs)
	Godīgums	2,50 (2,0–3,0)	3,0 (2,75–3,0)	2,828	0,005	0,516 (liels)
	Līdzdalība	3,0 (2,0–3,0)	3,0 (3,0–3,0)	2,530	0,011	0,462 (vidējs)
VZSS-2	Draudzība	2,0 (2,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	4,899	< 0,001	0,894 (liels)
	Cieņa	2,0 (2,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	4,690	< 0,001	0,856 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	5,000	< 0,001	0,913 (liels)
	Līdzdalība	2,0 (1,75–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	4,796	< 0,001	0,876 (liels)
VZSS-3	Draudzība	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	2,236	0,025	0,408 (vidējs)
	Cieņa	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	2,449	0,014	0,447 (vidējs)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (1,0–2,0)	2,236	0,025	0,408 (vidējs)
	Līdzdalība	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (1,75–2,0)	2,121	0,034	0,387 (vidējs)
PG PII-4	Draudzība	2,0 (1,25–2,0)	2 (2,0–3,0)	2,449	0,014	0,707 (liels)
	Cieņa	2,0 (1,0–2,0)	2 (2,0–2,0)	2,449	0,014	0,707 (liels)
	Godīgums	1,5 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	2,449	0,014	0,707 (liels)
	Līdzdalība	2 (1,25–2,0)	2,0 (2,0–2,75)	2,236	0,025	0,645 (liels)
SG PII-5	Draudzība	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,75)	2,828	0,005	0,816 (liels)
	Cieņa	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	2,000	0,046	0,577 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	1,633	0,102	0,471 (vidējs)
	Līdzdalība	2,0 (1,0–2,0)	2 (2,0–2,0)	2,236	0,025	0,645 (liels)

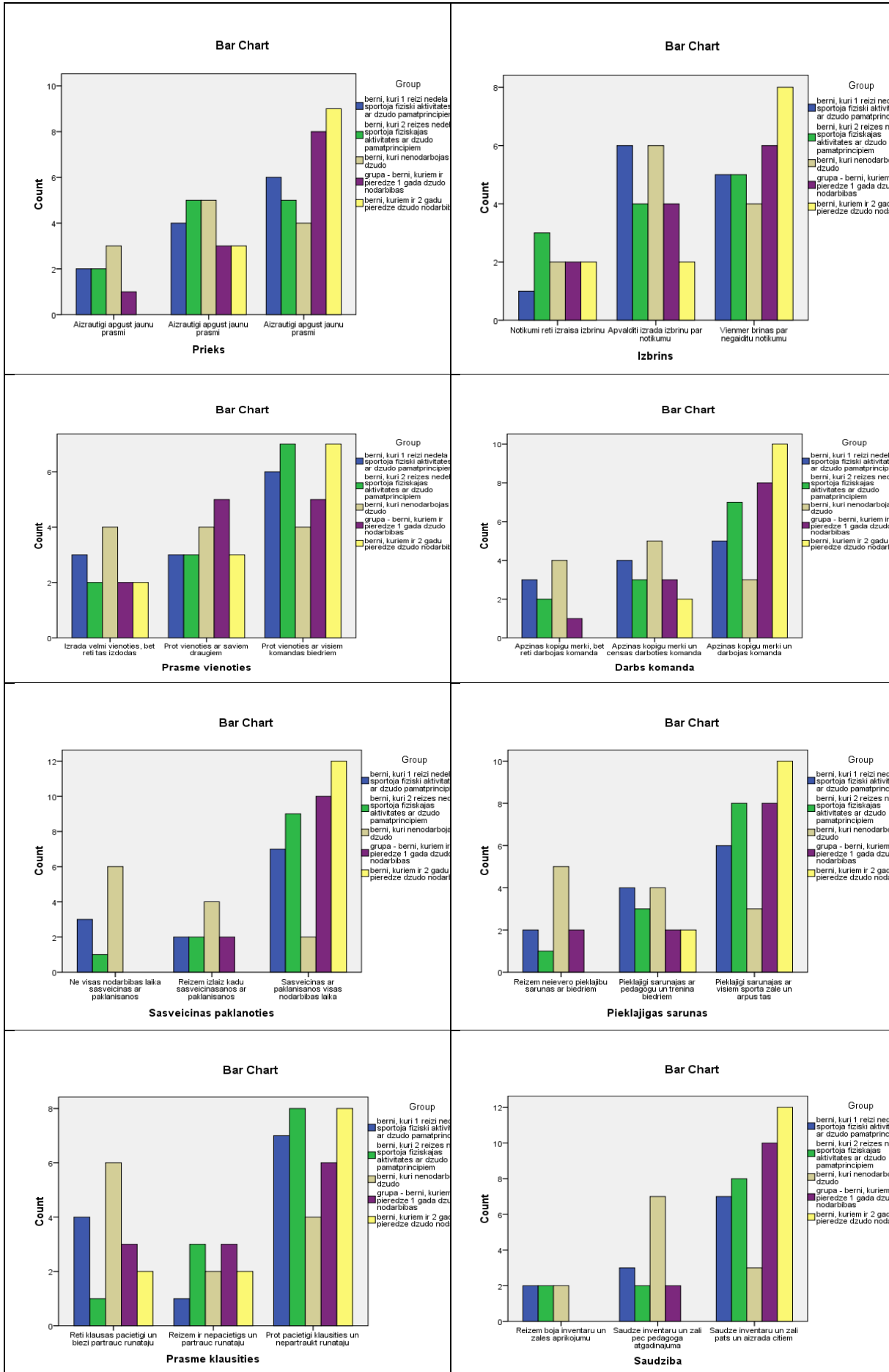
Tikumu vērtējumu sadalījumu “pirms” un “pēc” intervences salīdzinājumi pēc
R. Dermanovas metodikas (“Pabeidz teikumu”)

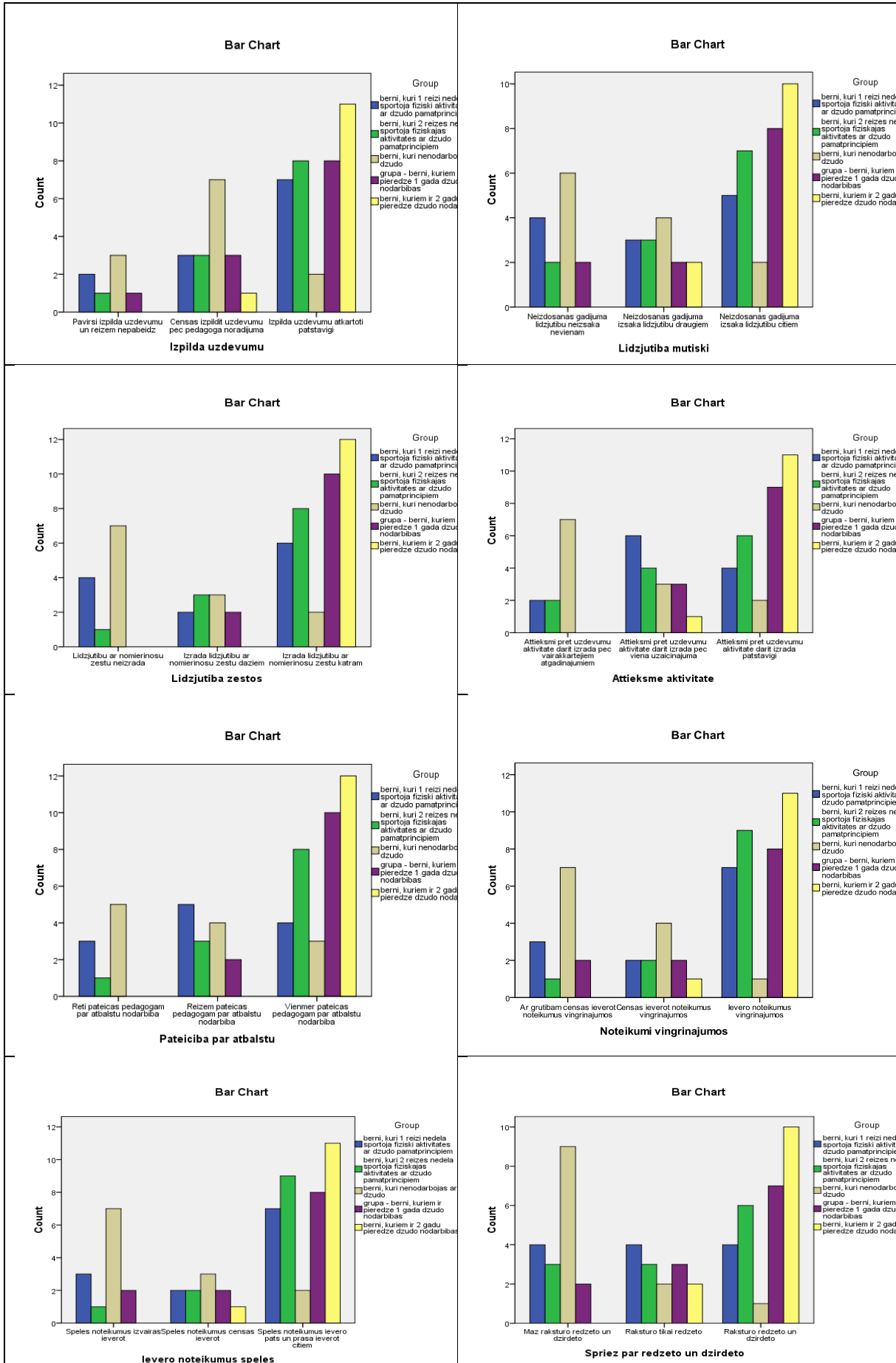
Grupa	Tikumi	Vērtējums “pirms”	Vērtējums “pēc”	Vilkoksona testa rezultāti		
		Mediāna (Q1–Q3)	Mediāna (Q1–Q3)	Z-statistika	p vērtība	Kohena r (efekta lielums)
VZSS-1	Cieņa	2,0 (2,0–3,0)	3,0 (3,0–3,0)	4,472	< 0,001	0,816 (liels)
	Līdzdalība	2,0 (2,0–2,25)	3,0 (3,0–3,0)	4,707	< 0,001	0,859 (liels)
	Godīgums	2,0 (2,0–3,0)	3,0 (2,75–3,0)	4,472	< 0,001	0,816 (liels)
	Draudzība	2,0 (1,0–2,25)	3,0 (2,0–3,0)	4,796	< 0,001	0,876 (liels)
VZSS-2	Cieņa	2,0 (1,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	4,796	< 0,001	0,876 (liels)
	Līdzdalība	2,0 (1,0–2,25)	3,0 (2,0–3,0)	4,690	< 0,001	0,856 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–3,0)	3,0 (2,0–3,0)	4,583	< 0,001	0,837 (liels)
	Draudzība	1,0 (1,0–2,25)	2,0 (2,0–3,0)	5,583	< 0,001	1,019 (liels)
VZSS-3	Cieņa	2,0 (1,0–2,0)	2,5 (2,0–3,0)	4,690	< 0,001	0,856 (liels)
	Līdzdalība	1,0 (1,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	3,624	< 0,001	0,662 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–3,0)	3,900	< 0,001	0,712 (liels)
	Draudzība	1,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	2,525	0,012	0,461 (vidējs)
PG PII-4	Cieņa	2,0 (2,0–2,0)	2,0 (2,0–2,0)	3,162	0,002	0,913 (liels)
	Līdzdalība	2,0 (2,0–2,75)	2,0 (2,0–2,75)	3,000	0,003	0,866 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,75)	2,0 (1,0–2,75)	3,000	0,003	0,866 (liels)
	Draudzība	2,0 (2,0–2,75)	2,0 (2,0–2,75)	3,000	0,003	0,866 (liels)
SG PII-5	Cieņa	2,0 (1,25–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	2,309	0,021	0,667 (liels)
	Līdzdalība	1,5 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–3,0)	2,828	0,005	0,816 (liels)
	Godīgums	2,0 (1,0–2,0)	3,0 (2,0–3,0)	3,162	0,002	0,913 (liels)
	Draudzība	1,0 (1,0–2,0)	2,0 (2,0–3,0)	3,000	0,003	0,866 (liels)

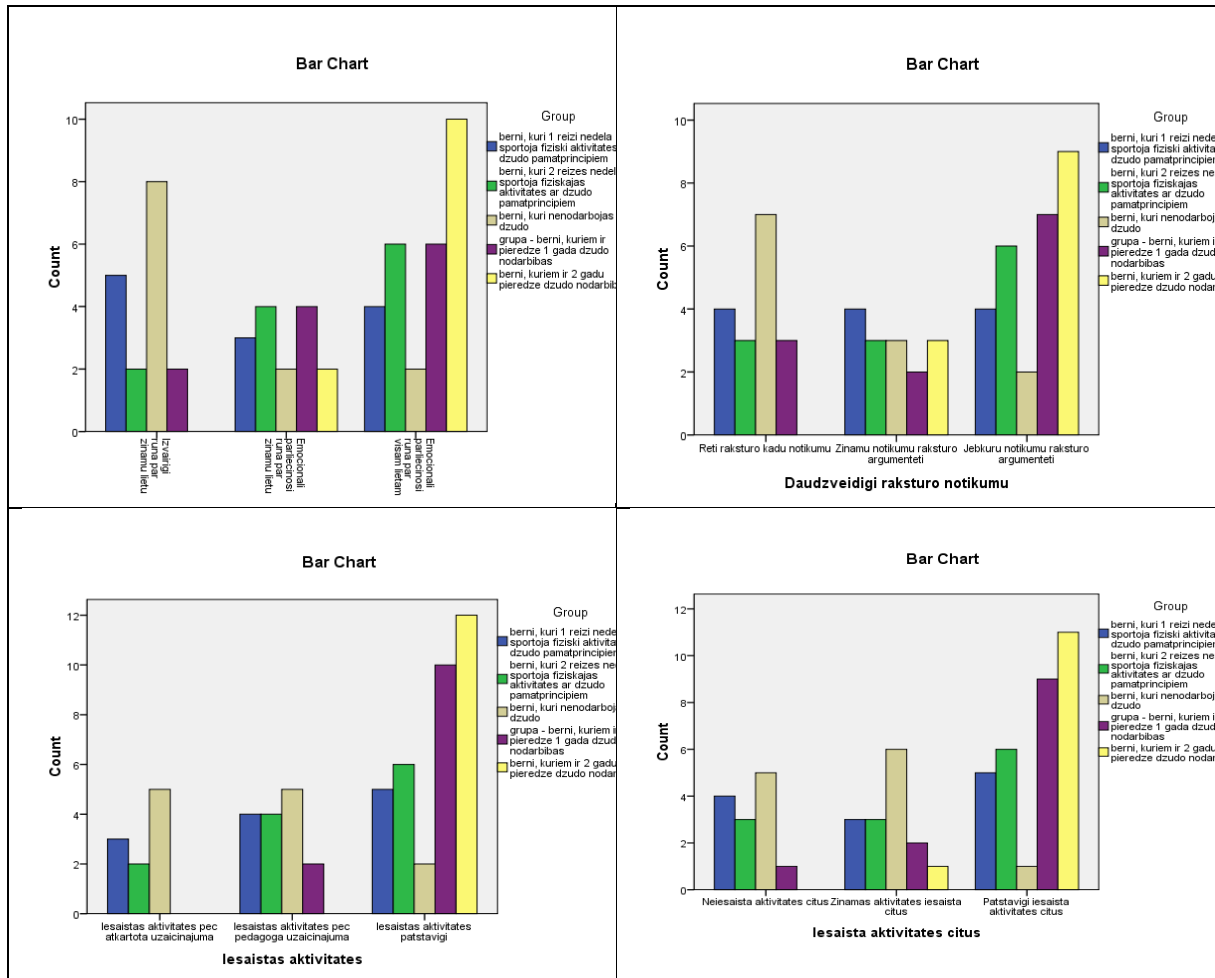
Piecu grupu salīdzinošie dati Novērojumu dati par 5 bērnu grupu tikumu rādītāju līmeņiem

1. grupa – SG PII-5 (DFBFA 1 reizi ned.)
2. grupa – PP PII-4 (DFBFA 2 reizes ned.)
3. grupa – VZSS-3 grupa bez pieredzes džudo
4. grupa – VZSS-2 grupa ar 1 gada pieredzi džudo
5. grupa – VZSS-1 grupa ar 2 gadu pieredzi džudo





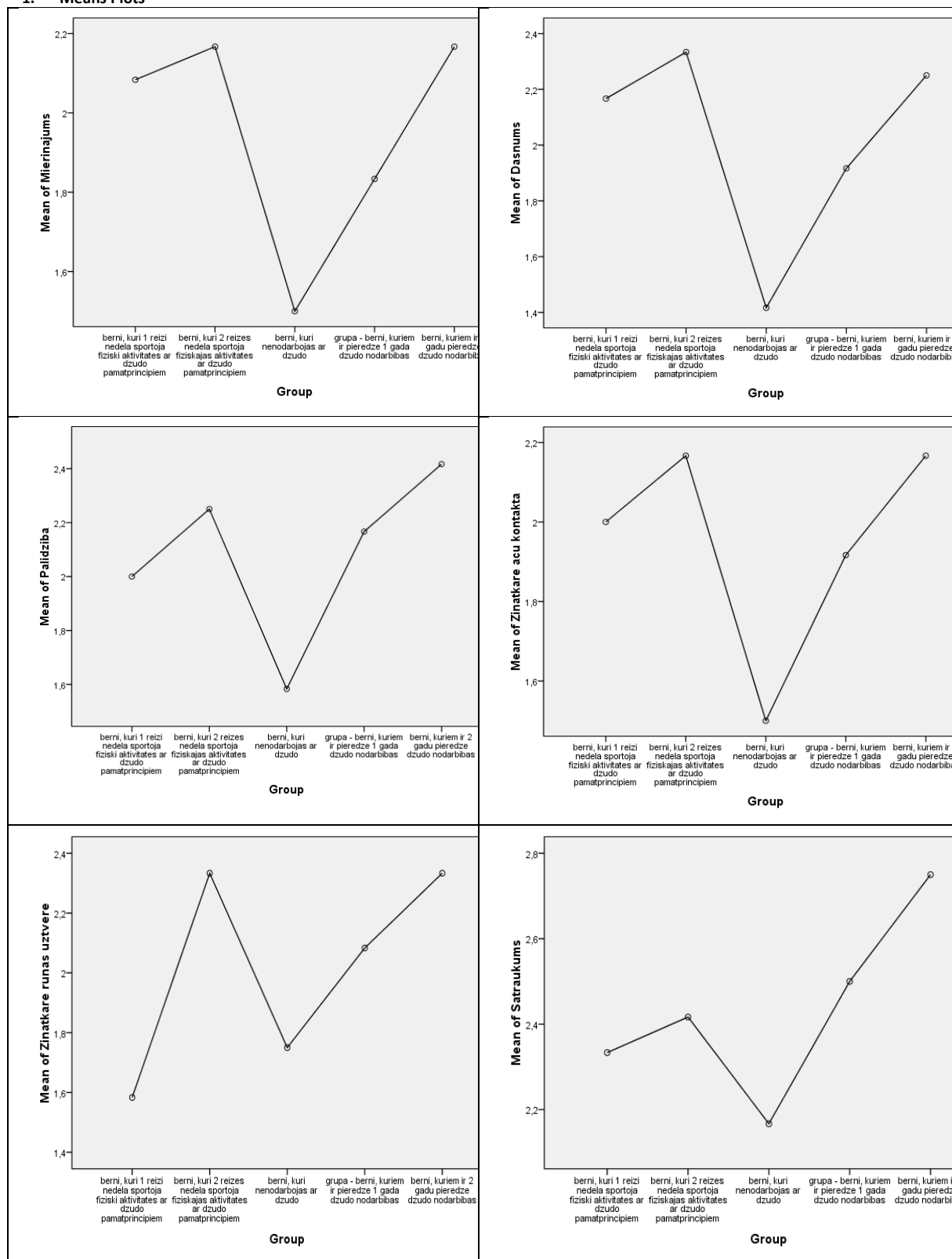


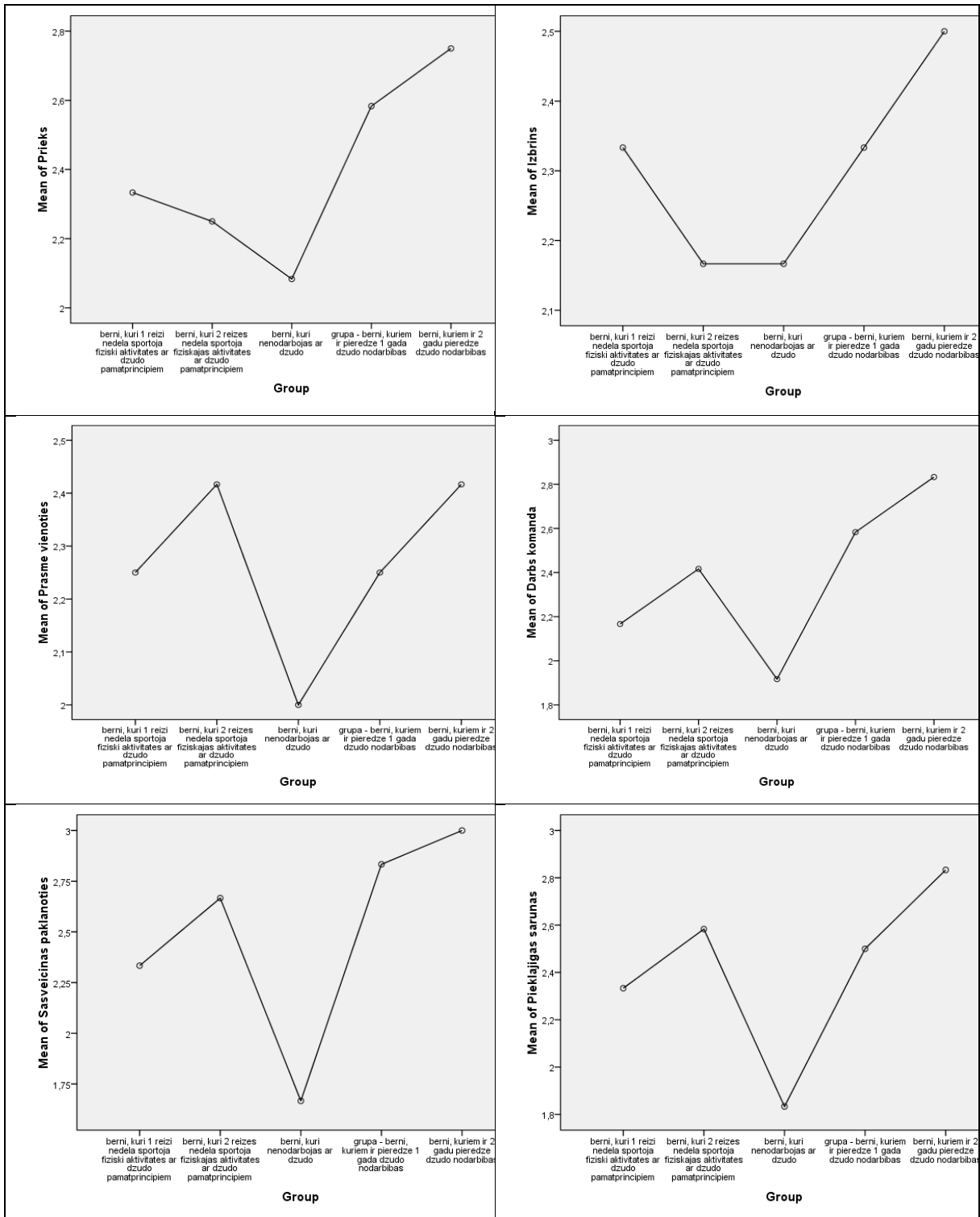


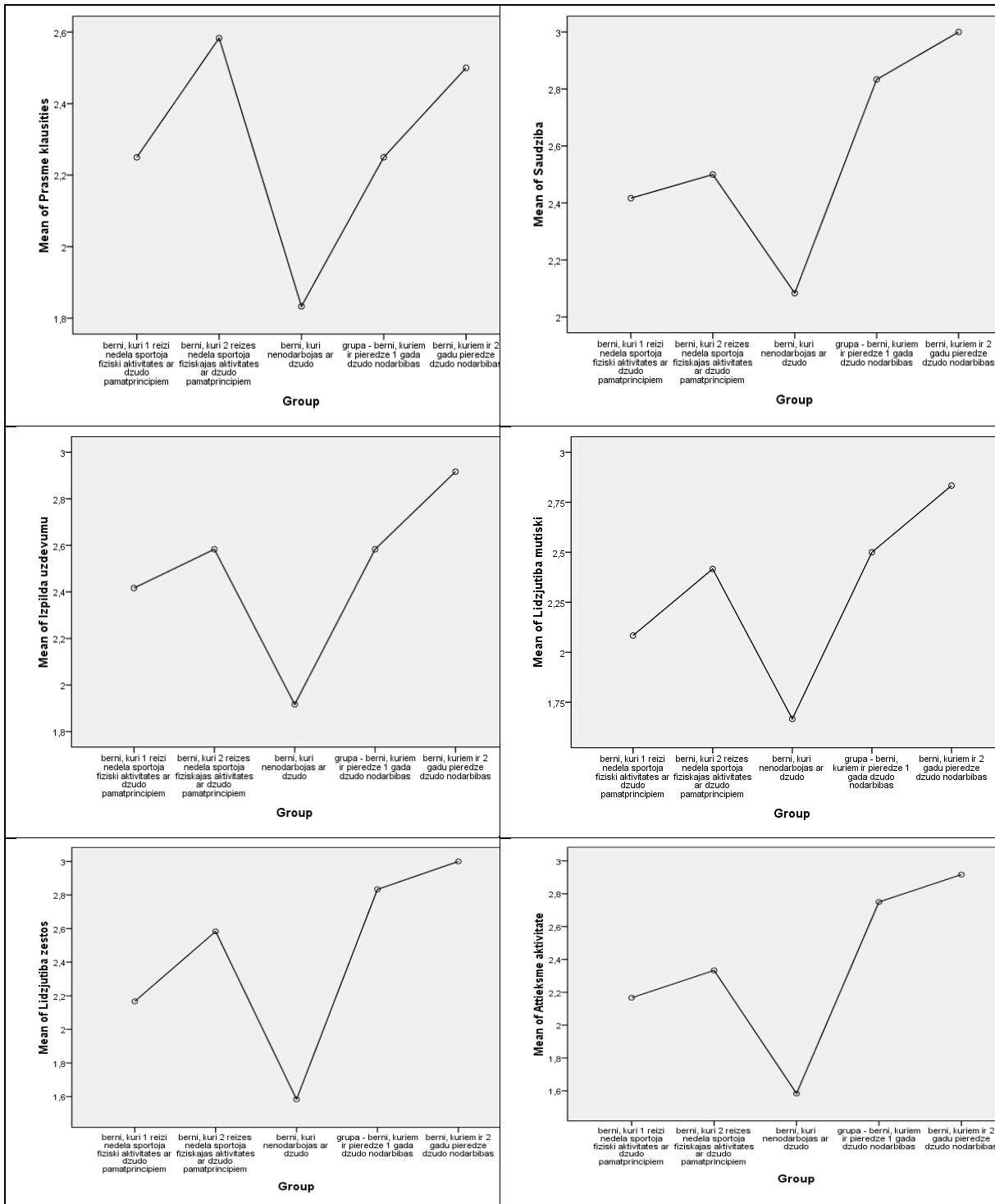
**Visu 26 rādītāju vidējās vērtības piecām analizētajām grupām
(neparametriskā Kraskela–Volisa tests un vienvirziena dispersijas analīze)**

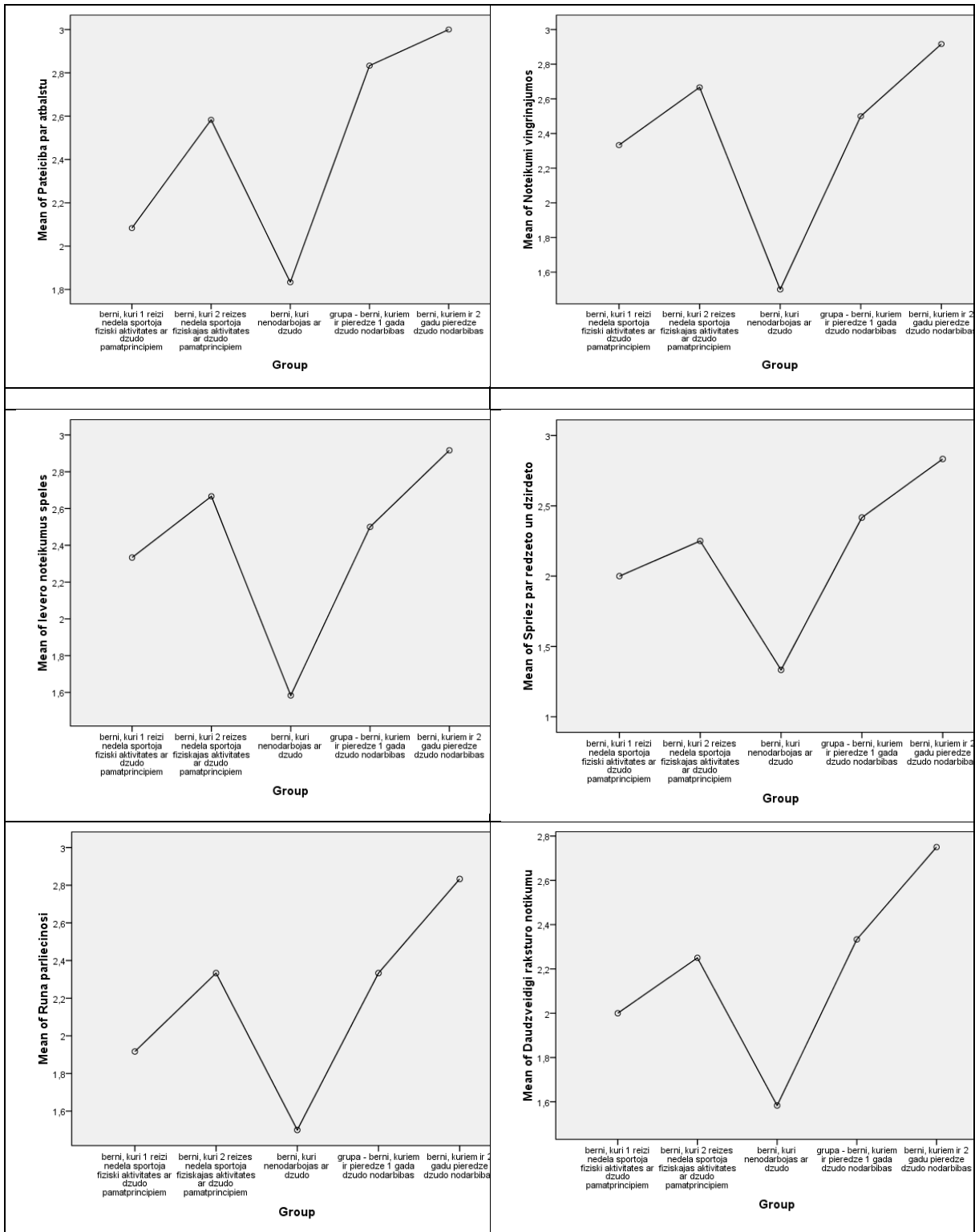
1. grupa – SG PII-5 (DFBFA 1 reizi ned.)
2. grupa – PP PII-4 (DFBFA 2 reizes ned.)
3. grupa – VZSS-3 grupa bez pieredzes džudo
4. grupa – VZSS-2 grupa ar 1 gada pieredzi džudo
5. grupa – VZSS-1 grupa ar 2 gadu pieredzi džudo

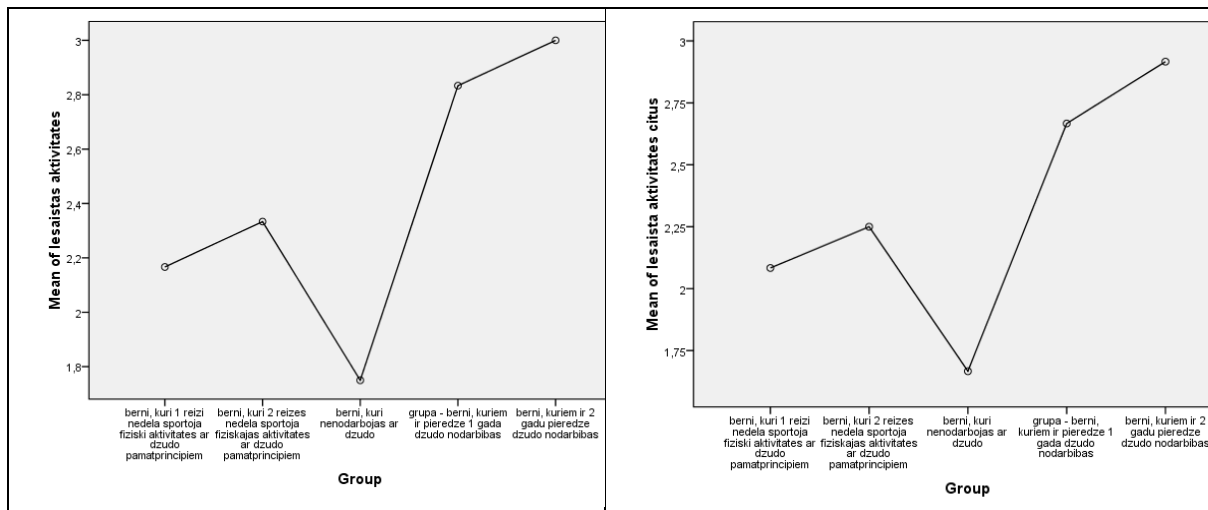
1. Means Plots











Pamatgrupas (PII-4) hipotēžu pārbaudes rezultāti pēc Manna–Vitnija un Vilkoksona testa

Test Statistics^b

	Mierinājums	Dāsnums	Palīdzība	Zinātkāre acu kontaktā	Zinātkāre runas uztverē	Satraukums	Prieks	Izbrīns	Prasme vienoties
Mann– Vitnija U	47,000	35,000	37,500	37,000	32,500	59,500	63,500	59,500	52,000
Wilcoxon W	125,000	113,000	115,500	115,000	110,500	137,500	141,500	137,500	130,000
Z	–1,542	–2,268	–2,124	–2,170	–2,452	–,786	–,527	–,766	–1,242
Asymp. Sig. (2–tailed)	,123	,023	,034	,030	,014	,432	,598	,443	,214
Exact Sig. [2*(1– tailed Sig.)]	,160 ^a	,033 ^a	,045 ^a	,045 ^a	,020 ^a	,478 ^a	,630 ^a	,478 ^a	,266 ^a

Tabula II.2 (turpinājums)

Test Statistics^b

	Darbs komandā	Sasveicinās paklanoties	Pieklājīgas sarunas	Prasme klausīties	Saudzība	Izpilda uzdevumu	Līdzjūtība mutiski	Līdzjūtība žestos	Attieksme aktivitātē
Mann– Vitnija U	54,500	34,500	44,000	40,000	47,000	35,000	39,500	27,000	37,000
Wilcoxon W	132,500	112,500	122,000	118,000	125,000	113,000	117,500	105,000	115,000
Z	–1,090	–2,359	–1,761	–2,013	–1,568	–2,314	–1,992	–2,775	–2,146
Asymp. Sig. (2–tailed)	,276	,018	,078	,044	,117	,021	,046	,006	,032
Exact Sig. [2*(1– tailed Sig.)]	,319 ^a	,028 ^a	,114 ^a	,068 ^a	,160 ^a	,033 ^a	,060 ^a	,008 ^a	,045 ^a

Tabula II.2 (turpinājums)

Test Statistics^b

	Pateicība par atbalstu	Noteikumi vingrinājumos	Ievēro noteikumus spēlēs	Spriež par redzēto un dzirdēto	Runā parliecinoši	Daudzveidīgi raksturo notikumu	Iesaistās aktivitātēs	Iesaista aktivitātēs citus
Mann–Vitnija U	36,500	23,000	24,500	42,000	34,000	42,000	56,000	49,500
Wilcoxon W	114,500	101,000	102,500	120,000	112,000	120,000	134,000	127,500
Z	–2,204	–3,072	–2,959	–1,850	–2,343	–1,850	–,987	–1,384
Asymp. Sig. (2–tailed)	,028	,002	,003	,064	,019	,064	,324	,166
Exact Sig. [2*(1– tailed Sig.)]	,039 ^a	,004 ^a	,005 ^a	,089 ^a	,028 ^a	,089 ^a	,378 ^a	,198 ^a