



◊ JELGAVAS VALSTS ĢIMNĀZIJA ◊



Metaizziņa kompetenču pilnveidei

Zaiga Atelbauere

22.10.2026.

**Ko sagaidi no
šīs nodarbības?
Kāds ir Tavs
personīgais
nodarbības
mērķis?**



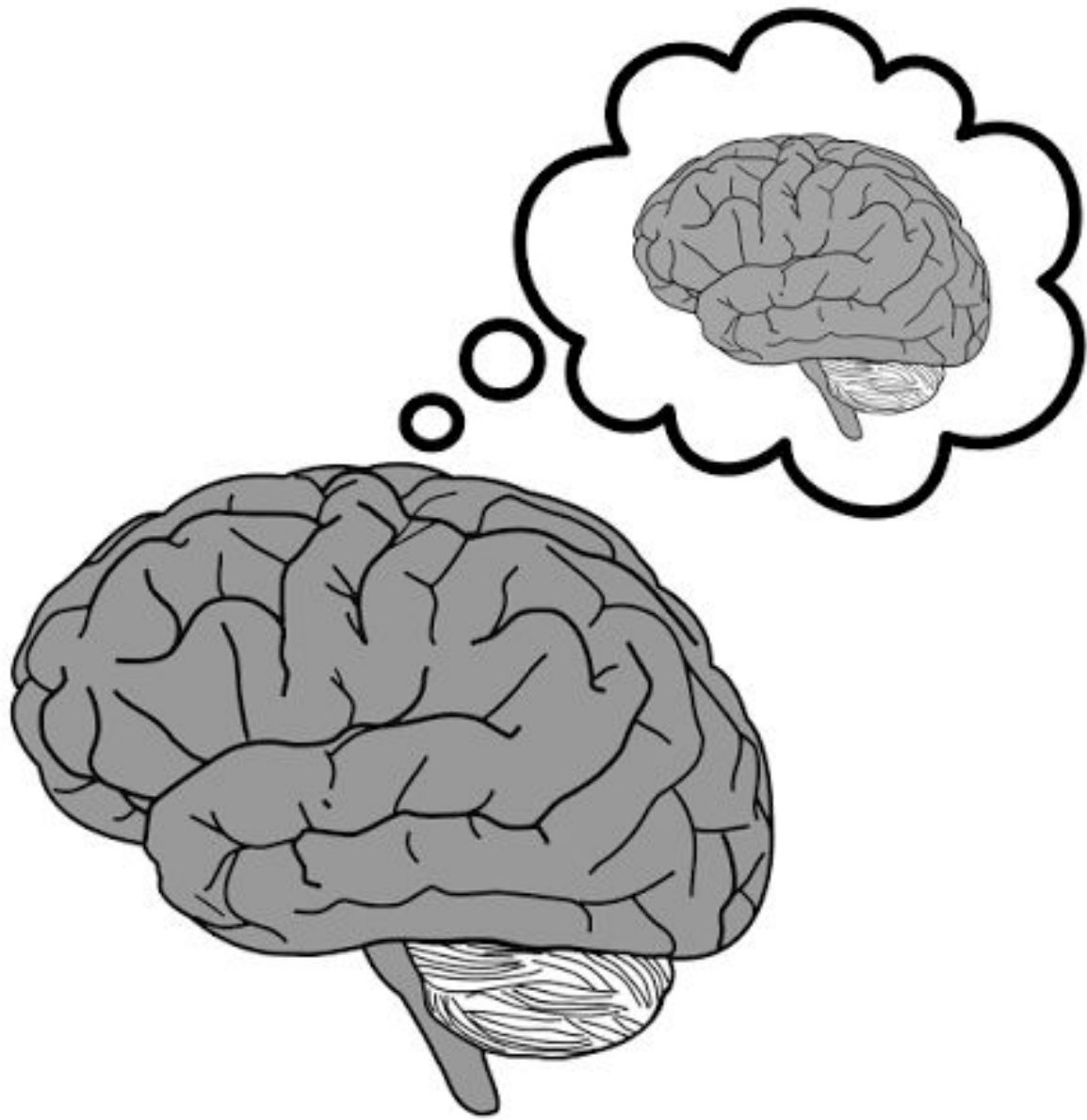
S	Specific
M	Measurable
A	Achievable
R	Relevant
T	Time-based

Ar ko jums asociējas vārds *metaizziņa*?



Ar ko jums saistās vārds metaizziņa?

Join at
slido.com
#3551 268



**“domāšana par
domāšanu”**



META

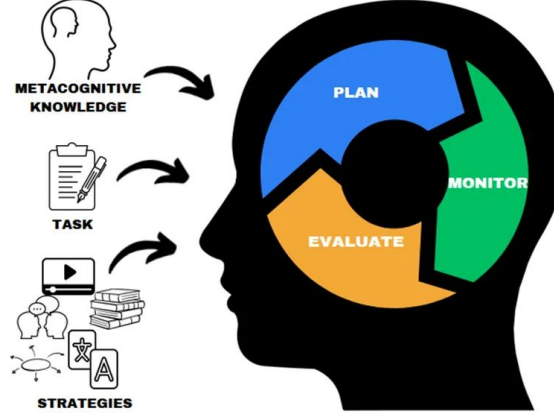
- atsaucoties uz sevi, atspoguļojot (reflektējot) pazīmes uz kurām tas norāda vai attēlo.

(Oxford University Press, n.d.)

IZZIŅA

- kognīcijas process.

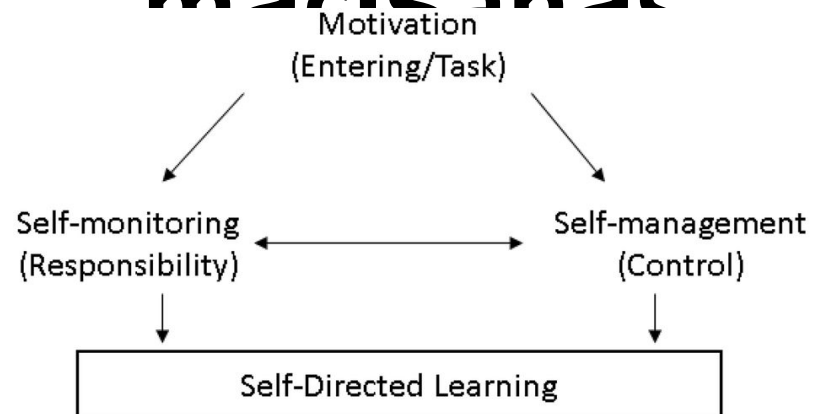
(Beļickis et al., 2000.), (Spektors, 2026.)



Metakognitīva regulēšana

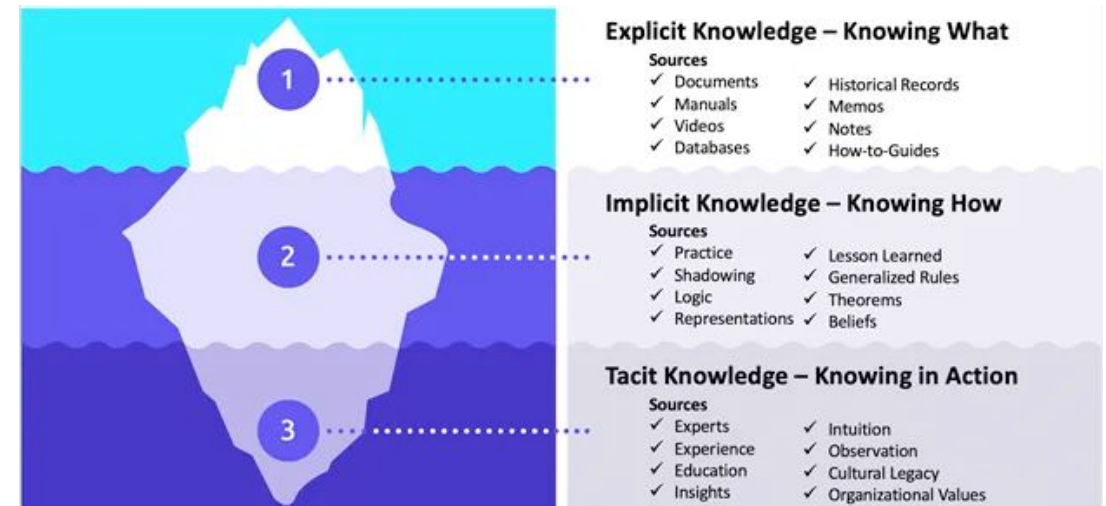
=

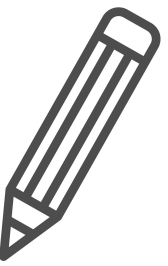
Pašvadīta mācīšanās



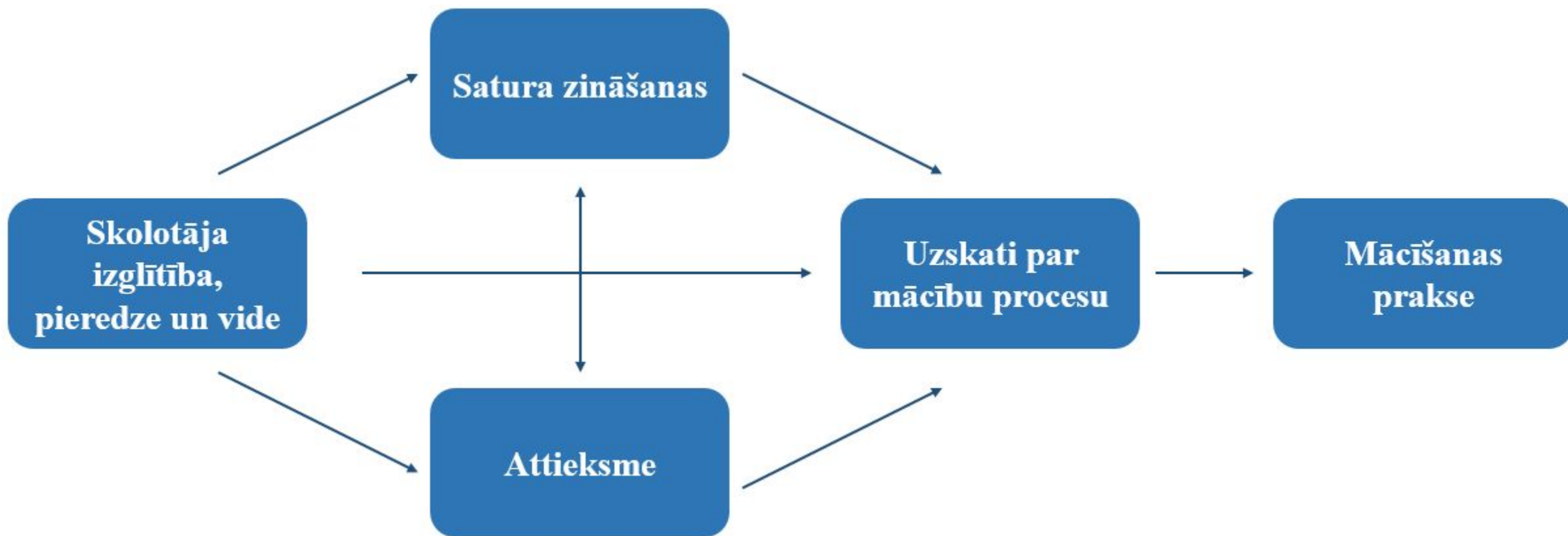
+

Zināšanas





**Kā metaizziņa var palīdzēt
kompetenču pilnveidei?**



Skolotāja kompetenču veidošanās teorētiskais modelis. (Namsone et al., 2018.)

Kādas kompetences jūs ieliktu šajās kategorijās?

Kompetenču kategorija pēc Šteinbergas un Kazākes (2018.)	
Komunikatīvā kategorija	
Pašizziņas un izziņas vadības kategorija	
Metodiskā kategorija	
Organizatoriskā kategorija	

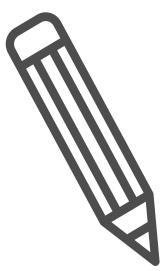
Kompetenču kategorija pēc Šteinbergas un Kazākes (2018.)	Kompetenču grupa pēc Namsones u.c. (2018.)	Ārzemju literatūrā minētās skolotāja kompetences
Komunikatīvā kategorija	Skolotāja - skolēna attiecības un atbalstoša atgriezeniskā saite; sociālas uzvedības izveidošana un veicināšana; mediji; sadarbība skolā; skola un sabiedrība (kopiena).	Attiecības ar bērniem; komunikācija; sadarbība (Yavuz, 2017.); tīklošanās (Nurhadi & Lyau, 2017.); rakstiskā komunikācija; prezentācijas prasmes (Bakhru, 2017.)
Pašizziņas un izziņas vadības kategorija	Dalīšanās un mācīšanās paņēmieniem un mācību procesa uzraudzīšana (monitorēšana).	Profesionālā pilnveide; mācīšana un mācīšanās (Yavuz, 2017.); sevis izzināšana (Bakhru, 2017.)
Metodiskā kategorija	Disciplīnas problēmu pārvarēšana; mācību organizēšana un metodes; skolotāja - skolēna attiecības un atbalstoša atgriezeniskā saite; vispārējie un mācību priekšmeta didaktikas standarti.	Vērtēšana un izvērtēšana; priekšmeta un programmas zināšanas (Yavuz, 2017.)
Organizatoriskā kategorija	Skolēnus atbalstoša rīcība un diagnostika; mācību organizēšana un metodes; skolotāja pašorganizēšanās.	Plānošana (Yavuz, 2017.); kvalitātes uzraudzība (Nurhadi & Lyau, 2017.); atbildība; riska tolerance; patstāvība; iniciatīva (Bakhru, 2017.)

- Pašnovērtēšanas lapas/testi;
- **Pēc stundu vērošanas***;
- Izjūt nepieciešamību;
- Pašvērtējums;
- **Dokumentu analīze (piemēram, datu un informācija ieguve E-klasē / Mykoob / ELIIS, audzināšanas darba analīzes izvērtējums u.tml.)*;**
- **Intervijas / sarunas vai fokusgrupu diskusija ar mērķgrupām*.**

***IKVD rekomendācija.**



Kompetenču kategorija pēc Šteinbergas un Kazākes (2018.)	Kompetenču grupa pēc Namsones u.c. (2018.)	Ārzemju literatūrā minētās skolotāja kompetences
Komunikatīvā kategorija	Skolotāja - skolēna attiecības un atbalstoša atgriezeniskā saite; sociālas uzvedības izveidošana un veicināšana; mediji; sadarbība skolā; skola un sabiedrība (kopiena).	Attiecības ar bērniem; komunikācija; sadarbība (Yavuz, 2017.); tīklošanās (Nurhadi & Lyau, 2017.); rakstiskā komunikācija; prezentācijas prasmes (Bakhru, 2017.)
Pašizziņas un izziņas vadības kategorija	Dalīšanās un mācīšanās paņēmieniem un mācību procesa uzraudzīšana (monitorēšana).	Profesionālā pilnveide; mācīšana un mācīšanās (Yavuz, 2017.); sevis izzināšana (Bakhru, 2017.)
Metodiskā kategorija	Disciplīnas problēmu pārvarēšana; mācību organizēšana un metodes; skolotāja - skolēna attiecības un atbalstoša atgriezeniskā saite; vispārējie un mācību priekšmeta didaktikas standarti.	Vērtēšana un izvērtēšana; priekšmeta un programmas zināšanas (Yavuz, 2017.)
Organizatoriskā kategorija	Skolēnus atbalstoša rīcība un diagnostika; mācību organizēšana un metodes; skolotāja pašorganizēšanās.	Plānošana (Yavuz, 2017.); kvalitātes uzraudzība (Nurhadi & Lyau, 2017.); atbildība; riska tolerance; patstāvība; iniciatīva (Bakhru, 2017.)



Kā jūs pilnveidojat kompetences?



Laika ietvars

**Mācīšanās
sadarbojoties
ārpus skolas**

**Skolotāju
patstāvīga
mācīšanās
izpēte**

**Sadarbība
skolas
komandā**

Skolotāju,
vadības,
mācīšanās grupu,
mentoru
mijiedarbība

**Kompetences
pilnveides
vajadzība**

PLĀNO

**Kompetences
pilnveide**

MĒRĶIS

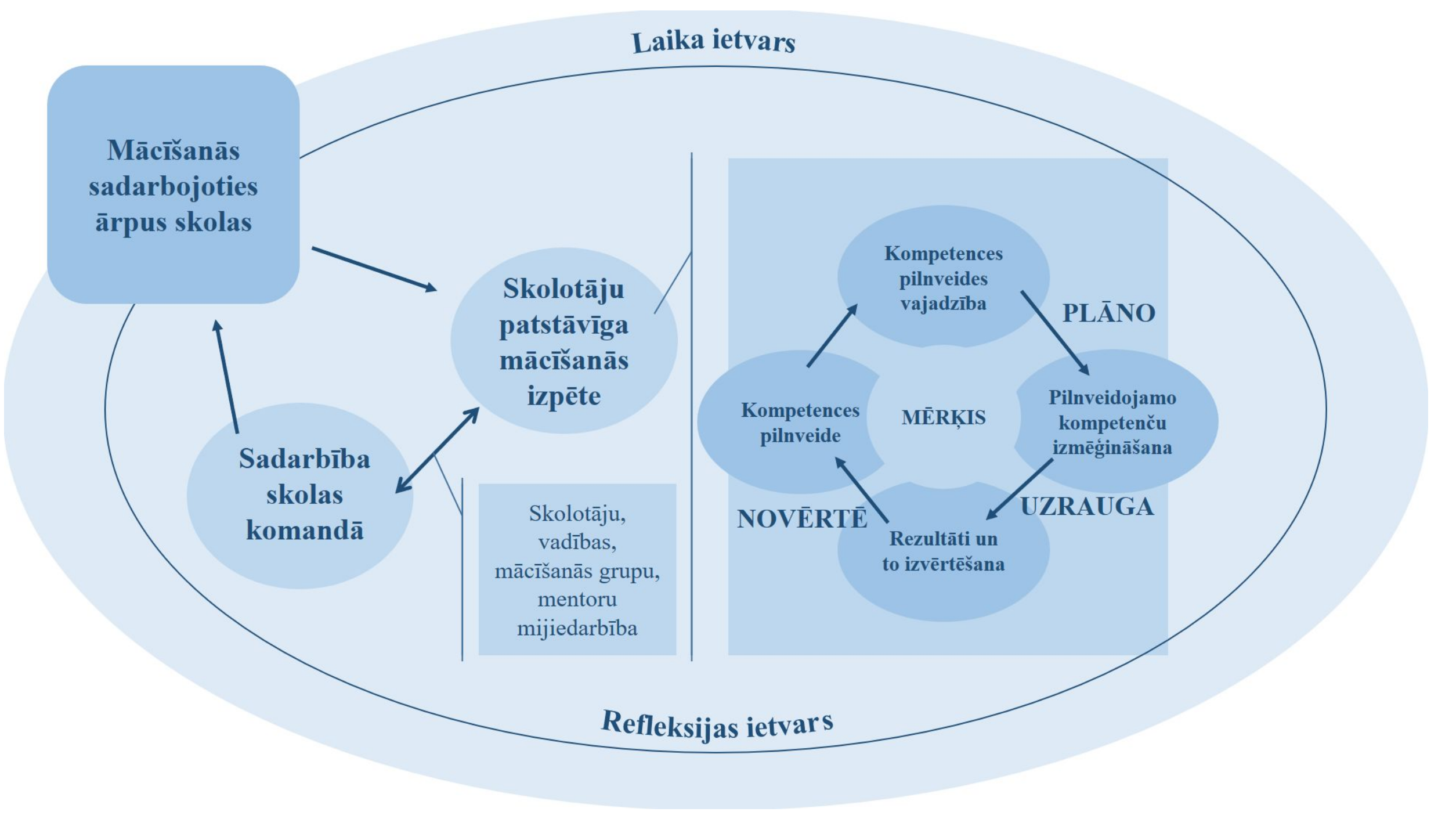
**Pilnveidojamo
kompetenču
izmēģināšana**

NOVĒRTĒ

**Rezultāti un
to izvērtēšana**

UZRAUGA

Refleksijas ietvars



Metaizziņas dienasgrāmata kompetenču pilnveidei



Plānošana

Mērķu
izvirzīšana

Ko sagaidi no
šīs nodarbības?

Kāds ir Tavs
personīgais
nodarbības
mērķis?

S	Specific
M	Measurable
A	Achievable
R	Relevant
T	Time-based

Ar ko jums asociējas vārds
metaizziņa?

Iepriekšējo zināšanu
aktivizēšana



Ar ko jums saistās vārds metaizziņa?

Join at
slido.com
#3551 268

- Stratēģiju un resursu izvēle
- Grūtības pakāpes prognozēšana
- Laika un uzmanības sadalīšana
- Mācību plāna sastādīšana

Uzraudzīšana

Pašjautāšana
self-questioning

Kā metaizziņa var palīdzēt kompetenču
pilnveidei?

Kā jūs pilnveidojat kompetences?



Izpratnes
pārbaude

Kādas
kompetences
jūs ieliktu
šajās
kategorijās?

Kompetenču kategorija pēc Šteinbergas un Kazākas (2018.)	
Komunikatīvā kategorija	
Pašizziņas un izziņas vadības kategorija	
Metodiskā kategorija	
Organizatoriskā kategorija	

- Domāšana skaļi
- Progresā izsekošana
- Neskaidrības vai kognitīvo aizspriedumu atpazīšana
- Stratēģiju efektivitātes pārbaude
- AS saņemšana

Novērtēšana

- Pašvērtēšana un pašnovērtēšana
- Kļūdu pārskatīšana
- Apkopošana un refleksija
- Stratēģiju pielāgošana
- Mērķu vai plānu pārskatīšana
- Sava darba kvalitātes izvērtēšana
- Stratēģiju pārnese uz jaunām situācijām

Kur šeit iederas MI?

- Stratēģiju un resursu izvēle
- Grūtības pakāpes prognozēšana
- Laika un uzmanības sadalīšana
- Mācību plāna sastādīšana

Plānošana

- Domāšana skaļi
- Progresu izsekošana
- Neskaidrības vai kognitīvo aizspriedumu atpazīšana
- Stratēģiju efektivitātes pārbaude
- AS saņemšana

Uzraudzīšana

- Pašvērtēšana un pašnovērtēšana
- Kļūdu pārskatīšana
- Apkopošana un refleksija
- Stratēģiju pielāgošana
- Mērķu vai plānu pārskatīšana
- Sava darba kvalitātes izvērtēšana
- Stratēģiju pārnese uz jaunām situācijām

Novērtēšana

Kur šeit iederas MI?

- **Stratēģiju** un resursu izvēle
- Grūtības pakāpes prognozēšana
- Laika un uzmanības sadalīšana
- **Mācību plāna** sastādīšana

Plānošana

- Domāšana skaļi
- Progresu izsekošana
- Neskaidrības vai kognitīvo aizspriedumu atpazīšana
- **Stratēģiju** efektivitātes pārbaude
- **AS saņemšana**

Uzraudzīšana

- Pašvērtēšana un pašnovērtēšana
- **Kļūdu pārskatīšana**
- Apkopošana un refleksija
- **Stratēģiju** pielāgošana
- **Mērķu vai plānu** pārskatīšana
- Sava darba kvalitātes izvērtēšana
- Stratēģiju pārnese uz jaunām situācijām

Novērtēšana

Datu drošība, izmantojot MI

Ko **AIZLIEGTS** ievadīt publiskajos rīkos?

- **Personas datus** – skolēnu, vecāku u. c. vārdus, uzvārdus, personas kodus, kontaktus.
- **Īpašu kategoriju datus** – informāciju par veselību, speciālajām vajadzībām vai atbalsta pasākumiem.
- **Ierobežotas pieejamības informāciju** – iekšējos protokolus, ziņojumus un atskaites.
- **Piekļuves datus** – e-klases, e-pasta vai citu sistēmu paroles un lietotājvārdus.

Pirms ievadīšanas MI rīkā – **ANONIMIZĒ** visu informāciju!

Pieredze

- Stratēģiju un resursu izvēle
- Grūtības pakāpes prognozēšana
- Laika un uzmanības sadalīšana
- Mācību plāna sastādīšana

Plānošana

- Domāšana skaļi
- Progresu izsekošana
- Neskaidrības vai kognitīvo aizspriedumu atpazīšana
- Stratēģiju efektivitātes pārbaude
- AS saņemšana

Uzraudzīšana

- Pašvērtēšana un pašnovērtēšana
- Kļūdu pārskatīšana
- Apkopošana un refleksija
- Stratēģiju pielāgošana
- Mērķu vai plānu pārskatīšana
- Sava darba kvalitātes izvērtēšana
- Stratēģiju pārnese uz jaunām situācijām

Novērtēšana

Novērtēšana

Mērķu un plānu pārskatīšana

1. Cik lielā mērā es
sasniedzu sev izvirzīto
mērķi?
2. Kas man palīdzēja
sasniegt mērķi?

Apkopošana un refleksija

3. Kā apgūto es varēšu
izmantot nākotnē?

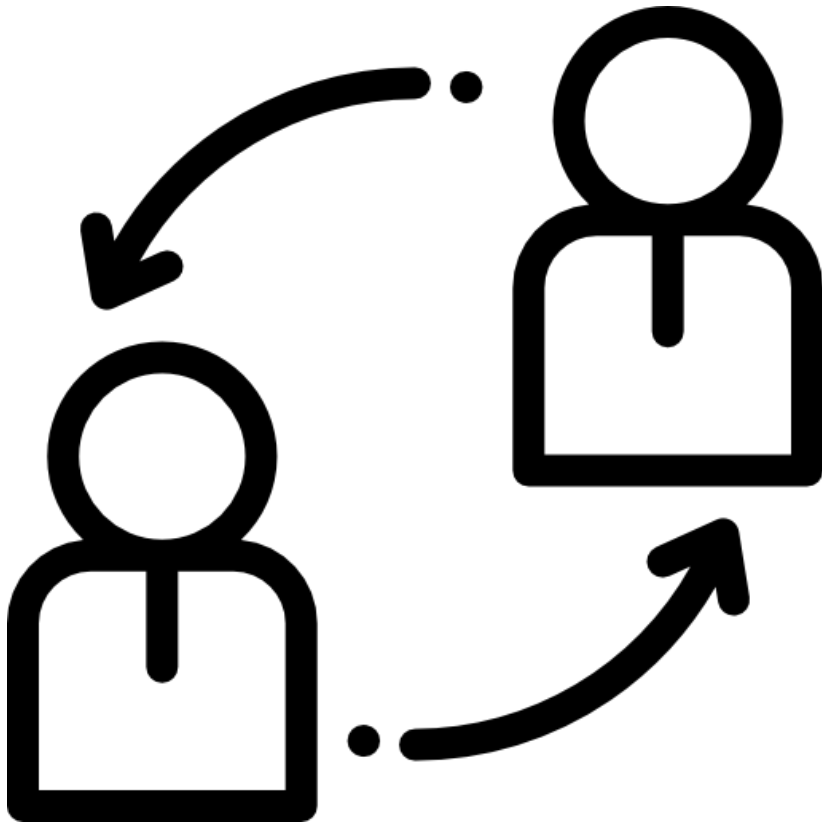
Novērtēšana

Mērķu un plānu pārskatīšana

Apkopošana un refleksija

1. Cik lielā mērā es
sasniedzu sev izvirzīto
mērķi?
2. Kas man palīdzēja
sasniegt mērķi?

3. Kā apgūto es varēšu
izmantot nākotnē?





◊ JELGAVAS VALSTS ĢIMNĀZIJA ◊



Nodarbības izvērtējums

<https://ej.uz/aigd9>





◊ JELGAVAS VALSTS ĢIMNĀZIJA ◊



Paldies par uzmanību!

Jautājumi? Viedokļi! Komentāri.

Nodarbībā izmantotā darba lapa

MANA PROFESIONĀLĀS PILNVEIDES DIENASGRĀMATA

1. daļa. _____

Kāds ir mans personīgais nodarbības mērķis?

2. daļa. _____

Vieta pierakstiem

Kā metaizziņa var palīdzēt kompetenču pilnveidei?

Vieta pierakstiem
