

GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ ILGALAIKIO PLANO 5 KLASEI PROJEKTAS

Bendra informacija:

Klasė 5

Mokslo metai 2023-2024

Savaitinių pamokų skaičius 1

IL. NR.	MOKYMO(SI) TURINIO TEMA	VALANDŲ SKAIČIUS ir įgyvendinimo laikotarpis	30 PROC.	UGDOMI PASIEKIMAI	UGDOMOS KOMPETENCIJOS	INTEGRACIJA
1.	Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai	2 – 3 val. 2023 rugsėjis		<ul style="list-style-type: none"> • Paaiškina, kodėl kai kurioms emocijoms reikia skirti daugiau dėmesio ir kaip emocijų raiškos lūkestis padeda jas sureguliuoti. • Pateikia pavyzdžių, kaip atpažinti streso požymius ir priežastis, numatyti jo pasekmes, ir taiko kelis streso valdymo metodus (A1.3) 	Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
2.	Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai	2 – 3 val. 2023 m. rugsėjis - spalio		<ul style="list-style-type: none"> • Įvardija bendražmogiškąsias vertybes, argumentuoja, kaip jos padeda tobulėti; • Įvardija siekį, kurį gali pasiekti vadovaudamasis vertybėmis, atpažindamas ir pasitelkdamas savo gebėjimus ir išorinę pagalbą (A2.3) 	Komunikavimo; Kūrybiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	

3.	Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai	2–3 val. 2023 m. spalio - lapkritis		<ul style="list-style-type: none"> • Moka išsikelti asmeninius tikslus; • Išsiskeldamas ir siekdamas mokymosi tikslo taiko augimo mąstyseną; • Paaiškina, kaip stiprinti pasitikėjimą savimi (A3.3) 	Komunikavimo; Kūrybiškumo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
4.	Santykiai ir bendradarbiavimas	2–3 val. 2023 m. lapkritis - gruodis		<ul style="list-style-type: none"> • Paaiškina, kas yra empatiškumas; • Pateikia pavyzdžių, kaip elgesys daro teigiamą arba neigiamą poveikį kito asmens emocijoms, • Pagrindžia, kodėl svarbu sukurti rūpesčiu grįstą mokymosi aplinką (B1.3) 	Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
5.	Santykiai ir bendradarbiavimas	2–3 val. 2024 m. gruodis - sausis		<ul style="list-style-type: none"> • Moka kurti palaikančius ryšius dirbant grupėje; • Argumentuoja, kaip vienas kito grupėje palaikymas tarp komandos narių stiprina ryšius ir tarpusavio santykius; Sėkmingai dirba įvairiose grupėse (B2.3) 	Komunikavimo; Kultūrinė; Kūrybiškumo; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
6.	Santykiai ir bendradarbiavimas	2-3 val. 2024 m. sausis - vasaris		<ul style="list-style-type: none"> • Atpažįsta faktais nepagrįstą nuomonę; • Argumentuoja ir pademonstruoja, kaip patikrinti ar skleidžiama informacija yra teisinga; • Pateikia konkrečių, asmenį palaikančių teiginių pavyzdžių (B3.3) 	Komunikavimo; Skaitmeninė;	

7.	Santykiai ir bendradarbiavimas	2–3 val. 2024 m. vasaris - kovas		<ul style="list-style-type: none"> • Konfliktui spręsti panaudoja strategiją, kuri priimtina abiem konfliktuojančioms pusėms. • Atpažįsta patyčių dalyvius ir veiksmingai reaguoja į patyčias; • Paaškina, kas yra bauginimas, kaip veiksmingai į jį reaguoti ir padėti jį įveikti sau ir kitiems (B4.3). 	Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
	Atsakingi sprendimai ir elgesys	2–3 val. 2024 m. kovas - balandis		<ul style="list-style-type: none"> • Atpažįsta etišką ir neetišką elgesį; • Argumentuoja, kaip etiškas elgesys bendruomenėje padeda išvengti nesusipratimų (C1.3) 	Komunikavimo; Kultūrinė; Pažinimo; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
9.	Atsakingi sprendimai ir elgesys	2–3 val. 2024 m. balandis - gegužė		<ul style="list-style-type: none"> • Atpažįsta ir įvardija kliūtis, kurios gali trukdyti priimti sprendimus,; • Argumentuoja, kaip išsikelti tikslai padeda pasirinkti gyvenimo kryptį (C2.3) 	Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	
10.	Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė	2–4 val. 2024 m. gegužė - birželis		<ul style="list-style-type: none"> • Pateikia gyvybei ir sveikatai pavojingų aplinkų pavyzdžius; • Paaškina rizikingo elgesio pasekmes ir kodėl paauglystėje priimant 	Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	

				<p>svarbius sprendimus reikalinga suaugusiųjų parama;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Paaškina, kokie įgūdžiai padės priimti tinkamus, sveikatai, gyvybę ir turtą saugančius sprendimus ir tinkamai elgtis gaisro, skendimo, savo ir kito gelbėjimo situacijoje. • Analizuoja ir vertina galimus pavojaus šaltinius ir moka saugiai elgtis gresiant ar susidarius ekstremaliajai situacijai. • Paaškina, kas yra psichologinis, fizinis, ekonominis ir seksualinis smurtas ir prievarta, argumentuoja, kokią žalą smurtas daro sveikatai, iš pavyzdžių atpažįsta lytinį priekabiavimą, prekybą žmonėmis ir paaškina, kur kreiptis pagalbos (D1.3). 		
11.	Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė	2–4 val. 2024 m. birželis		<ul style="list-style-type: none"> • Įvardija paauglystėje vykstančius fiziologinius pokyčius, su jais susijusias psichologines ir fiziologines problemas ir jų sprendimus; • Pateikia lytinės sveikatos 	Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos	

				<p>saugojimo pavyzdžių.</p> <ul style="list-style-type: none">• Pritaiko įgytus kokybiško gaivinimo įgūdžius spausdamas krūtinę ir naudodamas defibriliatorių.• Įvardija išorinius ir vidinius veiksnius, skatinančius vartoti psichoaktyvias medžiagas, pademonstruoja, kaip prašyti pagalbos, jeigu jaučia, kad patiria neigiamą spaudimą vartoti psichoaktyvias medžiagas (D2.3)		
--	--	--	--	--	--	--