

LIETUVOS RESPUBLIKOS ŠVIETIMO IR MOKSLO MINISTERIJA

GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS



Ikimokyklinis amžius

2-oji pataisyta laida



Vilnius
2004

UDK 37.03

Gi 396

Parengta įgyvendinant Europos sveikatą stiprinančių mokyklų projektą, koordinuojamą Pasaulio sveikatos organizacijos Europos regiono biuro (PSO/EURO), Europos Tarybos bei Europos Komisijos, bendradarbiaujant su Jungtinių Tautų Vaikų fondu (UNICEF).

Parengė doc. dr. Laima BULOTAITĖ
Vilniaus universitetas
doc. dr. Vida GUDŽINSKIENĖ
Vilniaus pedagoginis universitetas
doc. dr. Ona MONKEVIČIENĖ
Švietimo plėtotės centras
Danutė JAKUČIŪNIENĖ
Pedagogų profesinės raidos centras

Redkolegija: dr. Aldona JOCIUTĖ
Valstybinis aplinkos sveikatos centras
dr. Elena MOTIEJŪNIENĖ
Švietimo plėtotės centras
doc. dr. Robertas PETKEVIČIUS
Pasaulio sveikatos organizacija

Leidiniui pritarė Švietimo ir mokslo ministerijos Sveikatos ugdymo ir kūno kultūros ekspertų komisija (2003-01-21 Nr. 28).

ISBN 9986-03-554-6

TURINYS

SAVIMONĖ	5	KASDIENĖS SITUACIJOS	71
Savęs pažinimas	6	Savęs pažinimas	72
Bendravimas	11	Bendravimas	72
Bendradarbiavimas	14	Bendradarbiavimas	72
Sprendimų priėmimas	18	Sprendimų priėmimas	72
Gyvenimo sunkumų įveikimas	22	Gyvenimo sunkumų įveikimas	72
PRIKLAUSYMAS GRUPEI	25	RIZIKOS SITUACIJOS	73
Savęs pažinimas	26	Savęs pažinimas	74
Bendravimas	31	Bendravimas	78
Bendradarbiavimas	35	Bendradarbiavimas	80
Sprendimų priėmimas	40	Sprendimų priėmimas	84
Gyvenimo sunkumų įveikimas	44	Gyvenimo sunkumų įveikimas	89
POREIKIAI, TEISĖS IR ATSAKOMYBĖ	49		
Savęs pažinimas	50		
Bendravimas	53		
Bendradarbiavimas	58		
Sprendimų priėmimas	62		
Gyvenimo sunkumų įveikimas	66		



Šiame leidinyje, remiantis „Gyvenimo įgūdžių ugdymo programa“ ikimokyklinukams, parengti pratimai, ugdantys įvairius gebėjimus, atitinkančius šio amžiaus tarpsnio vaikų gyvenimo ypatumus. Pratimai suskirstyti pagal vystymosi sritis: savimonė, priklausymas grupei, poreikiai, teisės ir atsakomybė, kasdienės situacijos ir rizikos situacijos. Prie kiekvieno pratimo nurodomi ugdomi įgūdžiai. Pratimų trukmė nuo 10 iki 20 min. Tai priklauso nuo užduoties sudėtingumo, dalyvių skaičiaus, pasirengimo užduočiai.

Ši priemonė padės ikimokyklinių įstaigų pedagogams sėkmingiau praktiškai įgyvendinti „Gyvenimo įgūdžių programą“.



SAVIMONÈ



SAVĘS PAŽINIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Pasitikėti savimi ir savo gebėjimais.
2. Suvokti save kaip savitą ir ypatingą.
3. Augimą suvokti kaip natūralų žmogaus keitimąsi.
4. Atpažinti ir įvardyti savo jausmus.
5. Rūpintis savo kūnu ir gera savijauta.

Pratimai

1. Aš – ypatingas.
2. Augu ir keičiuosi.
3. Jausmų veidrodis.
4. Judėjimas ir atsipalaidavimas.

1 pratimas. „Aš – ypatingas“

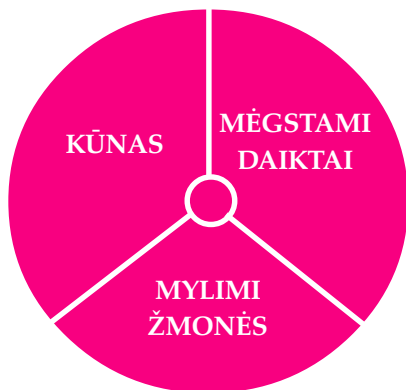
Ugdomi gebėjimai:

- pasitikėti savimi ir savo gebėjimais;
- suvokti save kaip savitą ir ypatingą.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės:

spalvoti pieštukai, popierinio skritulio „Autoportretas“ kopija kiekvienam vaikui, seni žurnalai, laikraščiai paveikslėliams iškarpyti, klėjai.



„Autoportretas“

Eiga

Vaikai piešia save, aplink autoportretą klijuoja paveikslėlius, simbolizuojančius jų ypatingumą ir išskirtinumą.

Vaikams pasiūloma apskrito popieriaus lapo „Autoportretas“ centre nupiešti save. Vaikai ieško paveikslėlių, kurie žymėtų jų kūno ypatumus (akių, plaukų spalvą, ūgį ir kt.), ir klijuoja juos lapo dalyje „Kūnas“. Vaikai mėgstamų daiktų, žaislų paveikslėlius klijuoja „Mėgstami daiktai“ dalyje, o artimus šeimos narius,

draugus ženklinančius piešinėlius – lapo dalyje „Mylimi žmonės“.

Susėdę ratu vaikai apibūdina save kaip ypatingą asmenį.

2 pratimas. „Augu ir keičiuosi“**Ugdomi gebėjimai:**

- suvokti augimą kaip natūralų žmogaus keitimąsi.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: į tris dalis suskirstytas popieriaus lapas „Aš augu“ ir simboliniai piešinėliai, vaizduojantys vaiko kūno ir gebėjimų keitimąsi augant, spalvoti pieštukai, žirkklės, klijai.

Aš gebėjau	Aš gebu	Aš gebėsiu
------------	---------	------------

„Aš augu“

„Aš augu“ paveikslėliai:

- ropojantis, vaikščiojantis, šokantis, sportuojantis vaikas;
- žaidžiantis su barškučiu, lėle, mėginantis susivarstyti batų raištelius vaikas;
- piešiantis, dainuojantis, konstruojantis vaikas;
- žaidžiantis kompiuteriu, skaitantis, rašantis vaikas.

Eiga

Vaikai dėlioja paveikslėlius arba piešia lapo dalyse „Aš gebėjau“, „Aš gebu“, „Aš gebėsiu“, suvokdami savo augimą ir gebėjimų keitimąsi.

Kiekvienas vaikas gauna popieriaus lapą „Aš augu“, suskirstytą į tris dalis: „Aš gebėjau“, „Aš gebu“, „Aš gebėsiu“, ir simbolinių paveikslėlių. Paveikslėliai vaizduoja vaiko kūno keitimąsi bei judesių tobulėjimą (ropojantis, vaikščiojantis, šokantis, sportuojantis vaikas) ir įvairių mokėjimų, gebėjimų raidą (žaidžiantis su barškučiu, lėle, mėginantis susivarstyti batų raištelius; piešiantis, dainuojantis, konstruojantis; žaidžiantis kompiuteriu, skaitantis, rašantis vaikas).

Pasiūloma vaikams iškirpti paveikslėlius, atrinkti ir sudėlioti juos į tris krūveles – ką vaikas mokėjo, sugebėjo praeityje, ką geba dabar ir ką norėtų veikti ateityje. Pedagogas paprašo vaikų kiekvieną krūvelę paveikslėlių įklijuoti vis į kitą lapo dalį. Dėliodamas ir klijuodamas paveikslėlius vaikas gali pasitarti su pedagogu arba kitais vaikais. Paprašytas nupiešia dar ką nors (gal geba palaistyti gėles, nuskusti bulves, nueiti į parduotuvę ir kt.).

Susėdus ratu kalbamasi, ką vaikai ar daugelis jų gebėjo praeityje, ką panašaus ar skirtingo geba dabar ir ką unikalaus kiekvienas norėtų veikti ateityje.

3 pratimas. „Jausmų veidrodis“**Ugdomi gebėjimai:**

- atpažinti ir įvardyti savo jausmus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: „Jausmų dėžutė“ (atvira dėžutė, kurios dugne guli veidrodėlis), simboliniai veideliai (be lūpų ir akių) ir flomasteriai.

Eiga

Vaikai veidrodyje pamato savo veido išraišką ir atpažįsta bei įvardija savo nuotaiką, išgyvenamus jausmus.

Vaikams susėdus ratu pedagogas pasako, jog rankose laiko stebuklingą „Jausmų dėžutę“. Ji pasiunčiama ratu, kad kiekvienas vaikas pažvelgtų į jos vidų ir gerai įsidėmėtų tai, ką mato (savo veidą ir jo išraišką). Kai kiekvienas pažiūri į dėžutę, paprašoma, kad ant simbolių veidelių nupieštą tokią pat išraišką, kokią matė veidrodyje, ir sugalvotų, kaip tą nuotaiką pavadinti.

Sėdint ratu ant kilimo vaikams pasiūloma nupieštus nuotaikų veidelius pasidėti priešais save ir visiems iš eilės pavadinti veidelio nuotaiką. Kalbamasi, kodėl pažiūrėję į tą pačią dėžutę visi pavaizdavo ne tą pačią nuotaiką. Pasiūloma dar kartą, labiau išryškinant veido mimiką, savo piešinyje pavaizduotą nuotaiką „parodyti“ draugams, sėdintiems iš kairės ir dešinės. Vaikai paskatinami prisiminti situacijas, kai jautėsi kitaip – buvo labai liūdni ar labai linksmi, ir papasakoti draugams, išgyventus jausmus raiškiai pavaizduoti veido mimika.

4 pratimas.**„Judėjimas ir atsipalaidavimas“****Ugdomi gebėjimai:**

- rūpintis savo kūnu ir gera savijauta.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: linksmos, energingos ir ramios, svajingos muzikos įrašai, užtektinai vietos judėjimui, savijautos žymėjimo kortelės: geltona – pagerėjusiai savijautai, žalia – nepakitusiai savijautai, juoda – pablogėjusiai savijautai pažymėti.

Eiga

Vaikai tyrinėja, kaip aktyvus judėjimas ir atsipalaidavimas veikia jų nuotaiką.

Vaikams susėdus ratu paaiškinama, kad visi kartu tyrinės, kaip kinta savijauta aktyviai judant ir atsipalaidavus. Susitariama, kad vaikai kortelėmis žymės savo savijautą: jei ji pagerės – padės geltoną kortelę, jei pablogės – juodą, o jei savijauta išliks nepakitusi – padės žalią kortelę.

Tegu vaikai pabėgioja, pašūkauja, padūksta skambant linksmai, energingai, trankiai muzikai. Muzikai nutilus vaikai savijautą pažymi viena iš trijų kortelių (geltona, žalia ar juoda). Tegu vaikai ramiai pasvajoja, paguli, atsipalaiduoja skambant lėtai, svajingai muzikai, o jai nutilus savijautą vėl pažymi viena iš trijų kortelių.

Kartu suskaičiuojama, kiek geltonų, žalių ir juodų kortelių vaikai padėjo aktyviai pajudėję ir kiek geltonų, žalių ir juodų kortelių vaikai padėjo atsipalaidavę. Diskutuojama, aptariama ir prieinama prie išvados, kad judėjimas ir atsipalaidavimas gali pagerinti savijautą.



BENDRAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Pasitikėti savimi bendraujant su kitais.
2. Reikšti ir atpažinti jausmus bei ketinimus.
3. Pratintis susipažinti, prisistatyti, pakalbinti.

Pratimai

1. Kviečiu į ratą.
2. Nuotaikingi vardai.
3. Su kauke ir be kaukės.

1 pratimas. „Kviečiu į ratą“

Ugdomi gebėjimai:

- pasitikėti savimi bendraujant su kitais;
- pratintis susipažinti, prisistatyti, pakalbinti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: minkštas žaislas.

Eiga

Vaikai pratinsis pakalbinti kitą, susipažinti, pakviesti į ratą, prisistatyti.

Vaikams pasiūloma pažaisti žaidimą „Kviečiu į ratą“. Tegul vaikai pasirenka jų mėgstamą minkštą žaislą

(kiškutį, lėlę ir kt.) – iš rankų į rankas perduodama susipažinimo ir susidraugavimo simbolių. Žaidimą pradeda pedagogas. Jis prieina prie vieno ne rate žaidžiančio vaiko, prisistato, perduoda jam simbolių. Vaikas, gavęs minkštą žaislą, turėtų ateiti į ratą, pasakyti savo vardą ir ką nors apie save. Prisistatęs sėdintiems rate, prieina ir susipažįsta su kuriuo nors iš grupėje žaidžiančių ar bėgiojančių vaikų, perduoda jam simbolių ir pakviečia į ratą. Žaidimas tęsiamas tol, kol į ratą susiburs ir prisistatys visa grupė. Kai visi jau rate, dainuojama, žaidžiamas smagus žaidimas, skanduojami dveilčiai siekiant pajauti buvimo drauge džiaugsmą.

2 pratimas. „Nuotaikingi vardai“

Ugdomi gebėjimai:

- pasitikėti savimi bendraujant su kitais;
- pratintis susipažinti, pastebėti ir žaismingai įvardyti kito nuotaiką.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: popieriaus lapas ir rašiklis vaikų mintims užrašyti.

Eiga

Išgirdę prisistatančiojo vardą vaikai sugalvoja ir prie vardo prideda draugui „tinkamus“ nuotaikingus žodžius.

Vaikams susėdus ratu pasiūloma pažaisti nuotaikingų vardų žaidimą. Tegul vienas žaidėjas pasako savo vardą, o kiti sugalvoja ir prie vardo prideda prisistatančiojo nuotaiką atspindintį žodį (pavyzdžiui, ramusis Jonas, linksmoji Danguolė), būdo savybę (pavyzdžiui, geraširdė Agnė, drąsuolis Marius), gebėjimus (pavyzdžiui, dainininkas Julius, sportininkė Dovilė). Vaikų sugalvoti nuotaikingi vardai užrašomi į popieriaus lapelius, jie įteikiami kiekvienam vaikui – „vardo savininkui“. Pasiūloma parsinešti lapelius į namus ir kartu su tėveliais sugalvoti tokių pat ar visai kitokių nuotaikingų vardų.

3 pratimas. „Su kauke ir be kaukės“

Ugdomi gebėjimai:

- reikšti ir atpažinti jausmus bei ketinimus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kaukė.

Eiga

Vaikai tyrinėja, ar įmanoma atpažinti kito jausmus ir ketinimus, kai jis užsidėjęs kaukę ir yra be kaukės.

Pasiūloma žaisti jausmų ir ketinimų atpažinimo žaidimą „Su kauke ir be kaukės“. Žaidimą pradeda pedagogas: užsideda kaukę ir neišraiškina kūno poza vaikščioja rato viduryje. Paskui jis klausia vaikų: „Kokia dabar mano nuotaika?“, „Ką aš ketinu veikti?“ Nusiėmęs kaukę iškalbinga veido išraiška pedagogas pavaizduoja savo nuotaiką, o kūno poza ir judesiais parodo, ką artimiausiu metu žada daryti. Vėl paprašoma vaikų atsakyti į tuos pačius klausimus. Kalbamasi, kad apie mūsų jausmus ir ketinimus kiti gali sužinoti tik tada, kai esame atviri ir kitiems jausmus parodome mimika ar

visu kūnu. Žaidimą pasiūloma pratęsti vaikams – tegu vienas jų būna rato viduryje su kauke ir be kaukės, o kiti spėlioja, kokia jo nuotaika ir ketinimai. Patariama pažaisti žaidimą namie kartu su tėveliais.

BENDRADARBIAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Pasijusti grupės nariu, atsakingu už bendros veiklos sėkmę.
2. Klausytis, matyti, pajaušti kitą.
3. Tiksliai išreikšti jausmus, ketinimus, idėjas.
4. Išmėginti, kaip kiti veikia tavo nuotaiką, bandyti pačiam daryti poveikį kito nuotaikai.

Pratimai

1. Perduok kitam.
2. Ką jaučia kitas.
3. Draugiškas ir nedraugiškas.
4. Komplimentai.

1 pratimas. „Perduok kitam“

Ugdomi gebėjimai:

- pasijusti grupės nariu, atsakingu už bendros veiklos sėkmę;
- klausytis, matyti, pajaušti kitą.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: nėra.

Eiga

Vaikai persiunčia vienas kitam judesį arba jausmų žodžius, pratindamiesi matyti ir girdėti kitą ir būti atsakingi už bendrą veiklą.

Vaikams susėdus ratu pasiūloma pažaisti „Judesių telefoną“. Pedagogas parodo judesį (pavyzdžiui, 3 kartus suploja per kelius, palinguoja galvą ir kt.) ir paprašo vaikų paeiliui tiksliai jį perduoti vienas kitam. Apsisukus ratui, jei visus žaidėjus lydėjo sėkmė, rodomas sudėtingesnis judesys (pavyzdžiui, tam tikru ritmu plojama rankomis, trepsima kojomis ir kt.). Pasiūloma žaidimą tęsti vaikams – tegu jie prasimano įvairiausių judesių ir siunčia juos ratu.

Kalbamasi, kada ir kodėl judesius pavyksta pakartoti tiksliai, prieinama prie išvados, kaip svarbu dėmesingai stebėti judesį rodantį draugą.

Analogiškai žaidžiamas „Jausmų telefonas“ – perduodami vienas kitam jausmų žodžiai, pavyzdžiui, „Tu šiandien linksmas“; „Kartu žaisti gera“; „Nebūk paniuręs“.

Kalbamasi, kaip svarbu dėmesingai klausyti, ką sako draugas, kad galėtum išgirsti jo žodžius ir perduoti kitam, o viso rato veiklos sėkmė priklauso nuo kiekvieno žaidėjo pastangų.

2 pratimas. „Ką jaučia kitas“

Ugdomi gebėjimai:

- klausytis, matyti, pajauti kitą;
- tiksliai išreikšti jausmus, ketinimus, idėjas.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kiekvienai porai vaikų aštuonių veido išraiškų (linksmas, liūdnas, išsigandęs, piktas, nuštevęs, ramus, žaismingas, prislėgtas) paveikslėliai.

Eiga

Vienas vaikas pasakoja nutikimą, įvykį iš savo gyvenimo, ryškiai atskleisdamas jausmus, o kitas atpažįsta ir simboliu veideliu pažymi draugo jausmus.

Vaikams pasiūloma pažaisti žaidimą „Ką jaučia kitas“. Vaikai susikimba už rankų po du ir šitaip susiskirsto poromis. Kiekvienai vaikų porai įteikiamas veido išraiškų paveikslėlių komplektas. Susitariama, kad vienas iš vaikų pasakos kitam kokį nors nutikimą ar

įvykį iš savo gyvenimo, bandydamas kuo ryškiau tuomet išgyventus jausmus parodyti veido išraiška, kūnu, judesiais, įvardyti žodžiais. Kitas vaikas, idėmiai išklausęs draugo pasakojimą, stengiasi atpažinti draugo išgyvenimus ir parenka jo jausmus labiausiai atitinkantį veido išraiškos paveikslėlį.

Vaikų poros gali laisvai susirasti vietą bendrauti. Pasikalbėjus poromis vėl susirenkama į ratą, kad tie, kurie klausėsi, visiems parodytų paveikslėlius ir pasakytų, kokią jausmą išgyveno jų draugas. Žaidimas tęsiamas pasikeitus vaidmenimis.

Kalbamasi, ar lengva suvokti kito jausmus ir išgyvenimus ir kaip jaučiasi žmogus, kai kas nors jį išklausė.

3 pratimas.

„Draugiškas ir nedraugiškas“

Ugdomi gebėjimai:

- klausytis, matyti, pajauti kitą;
- tiksliai išreikšti jausmus, ketinimus, idėjas.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: nėra.

Eiga

Vieni vaikai vaidina situaciją, o kiti atpažįsta draugiško ir nedraugiško bendravimo ženklus.

Vaikams pasiūloma suvaidinti draugiško ir konfliktiško bendravimo situacijas. Susitariama, kad visi kiti stebės ir bandys įvardyti: draugiškas ar nedraugiškas elgesys, iš ko galima spręsti, kad vaikai elgiasi draugiškai arba nedraugiškai.

Į rato vidurį pakviečiami 2–3 norintieji vaikai, jiems pasiūloma išeiti už durų ir susitarti, kokią situaciją vaidins. Sugrįžę į rato vidurį išraiškingai ją suvaidina (pavyzdžiui, keli vaikai nepasidalija žaislais, vienas vaikas padeda kitam užsirišti batų raištelius). Vaidinimą stebinčius vaikus pedagogas paskatina pagal veido išraišką, judesius, žodžius, replikas atpažinti, kokia tai situacija ir kaip – draugiškai ar nedraugiškai – elgiasi vaikai, ir elgesį tiksliai apibūdinti žodžiais.

Žaidimą tęsti į rato vidurį kviečiami visi kiti vaikai tol, kol yra norinčiųjų.

4 pratimas. „Komplimentai“

Ugdomi gebėjimai:

- pajusti, kaip kiti veikia tavo nuotaiką, ir bandyti pačiam daryti poveikį kito nuotaikai.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: spalvoto popieriaus lapai ir įvairių spalvų flomasteriai.

Eiga

Vaikai sako komplimentus vieni kitiems suvokdami, kaip žodžiai veikia nuotaiką.

Vienam vaikui pasiūloma atsisėsti rato viduryje, o kiti jam sako komplimentus: „Tu labai graži“; „Tu gerai dainuoji“; „Tu gražiai pasipuošusi“ ir kt. Pedagogas popieriaus lape užrašo vaiko vardą ir visus kitų jam pasakytus komplimentus. Baigus sakyti komplimentus rato viduryje sėdinčiam vaikui įteikiamas prirašytas popieriaus lapas ir klausama, kaip jis jautėsi, kol buvo sakti komplimentai, ar pagerėjo jo nuotaika. Žaidimas žaidžiamas tol, kol rato viduryje pabūna visi vaikai.

Žaidimui pasibaigus pasiūlyti vaikams išgražinti (pripiešti, priklijuoti paveikslėlių ir kt.) savo „komplimentų lapą“, suskaičiuoti, kiek kiekvienas susilaukė jam skirtų gerų žodžių, priklijuoti savo lapą prie „Komplimentų juostos“. Šnekamasi, ar lengva sakyti komplimentus ir kaip geri žodžiai keičia kito bei visos grupės nuotaiką.

SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suprasti, kad kiekvieną dieną priimami įvairūs sprendimai.
2. Atskirti kasdienes ir sveikatai bei saugumui labai reikšmingus sprendimus.
3. Įvairiose situacijose priimti tinkamus sprendimus.
4. Kitiškai mąstyti.

Pratimai

1. Lengvi ir sunkūs sprendimai.
2. Ką aš daryčiau?
3. Saugesnis sprendimas.

1 pratimas. „Lengvi ir sunkūs sprendimai“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad kiekvieną dieną priimami įvairūs sprendimai;
- atskirti kasdienes ir sveikatai bei saugumui labai reikšmingus sprendimus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 3 poros paveikslėlių įprastiems, kasdienams sprendimams ir 3 poros paveikslėlių sveikatai ir saugumui reikšmingiems sprendimams iliust-

ruoti. Kiekvienos poros paveikslėliai – tos pačios formos.

Paveikslėliai lengviems sprendimams iliustruoti

Drabužiai: kelnės, megztinis.

Maistas: kriaušė, persikas.

Žaislai: kamuolys, meškiukas.

Paveikslėliai sunkiems sprendimams iliustruoti

Maistas: duona, saldainiai.

Situacijos: vaikas žiūri televizorių, vaikas žaidžia lauke.

Poelgiai: vaikas kiša vinį į elektros lizdą; suaugusiajam stebint, vaikas įkiša televizoriaus laido kištuką į lizdą.

Eiga

Vaikas priima sprendimą pasirinkdamas vieną iš dviejų paveikslėlių.

Kiekvienam vaikui pasiūloma pasiimti po paveikslėlių komplektą. Peržiūrėję paveikslėlius vaikai susidėlioja juos poromis pagal vienodą formą. Pasirinkę vieną iš paveikslėlių porų pagalvoja ir priima sprendimą:

kuo norėtų rengtis, ką norėtų valgyti, koku žaislu žaistų, ką norėtų veikti. Sėdėdami ratu ant kilimo prieš save išdėlioja tuos paveikslėlius, kurie rodo priimtą sprendimą.

Pedagogas paklausia, kurie iš žaidėjų nusprendė, jog norėtų suvalgyti kriaušę, ir paprašo iškelti paveikslėlį, paskui paprašo iškelti paveikslėlį tuos, kurie norėtų suvalgyti persiką. Analogiškai klausiama apie drabužius ir žaislus. Kalbamasi apie tai, kad šie sprendimai įprasti, kasdieniai, todėl juos lengva priimti, kiekvienas gali pasirinkti tai, ką nori.

Po pokalbio nagrinėjami paveikslėliai sunkiems sprendimams iliustruoti. Vaikų klausiama, kas norėtų valgyti saldainius, o kas duoną; kas mieliau žiūrėtų televizorių, o kas žaistų lauke. Kalbamasi apie priimto sprendimo reikšmę sveikatai. Vaikų klausiama, kuris rizikuodamas žaistų su elektros lizdu, o kuris tik kartu su suaugusiuoju naudotųsi elektros prietaisais. Diskutuojama apie priimto sprendimo reikšmę saugumui bei gyvybei.

Kartu daroma išvada, kad įvairius sprendimus priimame kasdien, vieni jų turi mažesnę, o kiti didesnę poveikį sveikatai ir saugumui.

2 pratimas. „Ką aš daryčiau“

Ugdomi gebėjimai:

- įvairiose situacijose priimti tinkamus sprendimus;
- kritiškai mąstyti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: dideliame popieriaus lape nupieštas šakotas medis, aiškia linija išilgai kamieno padalytas į 2 dalis, obuolio formos popieriaus lapeliai sprendimams užrašyti.

Eiga

Vaikai siūlo įvairius sprendimus ir vertina juos, skirstydami į tinkamus ir netinkamus situacijai.

Vaikams papasakojama situacija: „Giedrutė apsirengė ir norėjo išeiti į lauką pažaisti su Ievute. Pravėrusi lauko duris kieme pamatė didelį juodą šunį, kuris žiūrėjo tiesiai į ją. Ji staigiai uždarė duris ir stovėjo nežinodama, ką daryti“.

Vaikų klausiami: „Ką jūs darytumėte Giedrutės vietoj, kokį sprendimą priimtumėte?“

Kiekvieną vaikų pasiūlytą sprendimą pedagogas užrašo ant „obuoliuko“ ir padeda šalia medžio, nupiešto popieriaus lape. Pasiūlymams pasibaigus bandoma įvertinti kiekvieno sprendimo tinkamumą pagal situaciją: paaimamas vienas „obuoliukas“, dar kartą perskaitomas jame užrašytas pasiūlymas, aiškinamasi, kuo naudingas ar pavojingas galėtų būti toks elgesys. Padarius išvadą apie sprendimo pasekmes, „obuoliukas“ kabina mas toje nupiešto medžio pusėje, kur yra užrašas „Tinkami sprendimai“ arba užrašas „Netinkami sprendimai“. Analogiškai išrūšiuojami visi „obuoliukai“.

„Obuoliukams“ kabant ant medžio kalbamasi apie tai, kad iš kiekvienos padėties galima rasti daug išeičių, reikia tik gerai apmąstyti jų pasekmes, kad būtų pasirinkti sveikata ir saugumą užtikrinantys sprendimai.

3 pratimas. „Saugesnis sprendimas“

Ugdomi gebėjimai:

- priimti tinkamus sprendimus;
- kritiškai mąstyti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: pirštininės lėlės ar lėlės ant pagaliukų (šuo, katinas,antis ir ančiukas), teatro širmelė ir situacijai skirti atributai.

Eiga

Vaikai stebi auklėtojos vaidinimą apie rizikingus gyvūnų poelgius, patys tas pačias situacijas vaidindami ieško tinkamesnių sprendimų.

Vaikams suvaidinama viena iš 3 situacijų: „Pakliuvo po mašina“, „Pasiklydo“, „Bijo nulipti“. Kartu su vaikais išsiaiškinama, kurie gyvūnėlių sprendimai rizikingi, kuo jie pavojingi saugumui ir gyvybei. Vaikams pasiūloma iš naujo suvaidinti situacijas, rizikingą gyvūnėlių elgesį pakeičiant saugiu. 2–3 vaikams vaidinant kiti gali teikti pasiūlymus, kaip toliau vaidinti.

Baigus vaidinti kalbamasi, kuriuos poelgius teko pakeisti ir kodėl?

Situacijos vaidinimui

1 situacija. „Pakliuvo po mašina“

Šunelis Sargis vijosi katę Rainę. Rainė kūlvirsčiais puolė į gatvę prieš atvažiuojančią mašiną. Margis strim-

galviais nėrė iš paskos ir pakliuvo po automobilio ratais.

2 situacija. „Pasiklydo“

Ančių šeimyna: mama Kuoduotė ir ančiukas Pilkutis išėjo pažaisti į atrakcionų miestelį. Mama antis nuėjo pirkti bilieta, o Pilkutiui prisakė jos laukti prie fontano ir niekur neiti. Pilkutis pamatė skrendantį balionėlį ir puolė paskui jį. Balionėlis vis skrido ir skrido, o Pilkutis jį vijosi. Kai balionėlis sprogo, Pilkutis sustojo, apsidairė ir suprato, jog pasiklydo. Pilkutis išsigando, ėmė verkti, šaukti mamą. Mama antis blaškėsi prie fontano ir nežinojo, kaip surasti Pilkutį.

3 situacija. „Bijo nulipti“

Katinas Rainis gyvena trečiame aukšte ir labai mėgsta laiptoti medžiais, landžioti statybų aikštelėse, karstytis stogais. Vieną dieną jis bandė namo patekti pro langą, lipdamas prie jo augančiu medžiu. Lengvai užsikoręs medžio kamienu, plona šakele ėmė slinkti prie lango ir, neišlaikęs pusiausvyros, vos nenusirto žemyn. Išsigandęs tvirtai nagais įsikibo į šakelę, bijodamas lipti žemyn ir nežinodamas, ką toliau daryti.

GYVENIMO SUNKUMŲ ĮVEIKIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suprasti, kad žmonių nuotaikos ir jausmai įvairūs ir nuolat keičiasi.
2. Suprasti, kad kiekvienas turi teisę jausti ir išreikšti ne tik gerą savijautą, bet ir sunkius jausmus (pyktį, nuoskaudą, liūdesį).
3. Suprasti, jog yra būdų, padedančių sumažinti sunkių jausmų keliamą įtampą.

Pratimai

1. Jausmų muzika.
2. Sunkių jausmų pasaka.
3. Atsipalaiduoju.

1 pratimas. „Jausmų muzika“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad žmonių nuotaikos ir jausmai įvairūs ir nuolat keičiasi.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: linksmos, liūdnos, grėsmingos, svajingos, švelnios muzikos ištraukėlės ir įvairi atributika, reikalinga vaikų judesių raiškai.

Eiga

Vaikai išijaučia į muzikos nuotaikų kaitą ir ją išreiškia emocingais judesiais.

Vaikams pasiūloma gerai išsiklausyti į skambančią muziką, įsijausti į ją ir išraiškingais judesiais, garsais atliepti kintančią muzikos nuotaiką. Kad būtų įtaigiau, naudojamos skraistės, kaspiniai, karūnelės ir kt. Stabtelėjus reikėtų išžiūrėti į šokančių draugų veido išraišką, kūno pozą, judesių savitumą ir kt.

Nutilus muzikai vaikai susėda visi kartu ir dalijasi išpūdžiais: kas kokius jausmus, prisiminimus, nutikimus bandė pavaizduoti judesiu, ar lengva buvo pereiti nuo vienos muzikos nuotaikos prie kitos, kokiai muzikai skambant buvo lengviausia įsijausti ir ją išreikšti, kokiai muzikai skambant geriausiai jautėsi.

Bandoma prisiminti ir įvardyti, kiek kartų ir kaip keitėsi kiekvieno jų savijauta tą dieną, tą savaitę.

2 pratimas. „Sunkių jausmų pasaka“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad kiekvienas turi teisę jausti ir išreikšti ne tik gerą savijautą, bet ir slogius jausmus (pyktį, nuoskaudą, liūdesį).

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: grožinis kūrinėlis vaikams apie konfliktiška, rizikingą elgesį arba jo ištrauka, spalvotos nuotaikų kortelės, jausmų žodžių kortelės.

Eiga

Vaikai atpažįsta ir įvardija grožinio kūrinėlio veikėjų išgyvenamus stiprius jausmus.

Vaikams pasiūloma paklausti skaitomo teksto, kuriame veikėjai nesilaiko elgesio taisyklių, elgiasi nesaugiai, rizikingai, konfliktuoja, sunkiai išsiskiria su artimaisiais, patenka į nežinomą aplinką tarp nepažįstamų žmonių, išsigąsta, pasimeta ir kt. Kalbamasi su vaikais apie tai, kokius sunkius jausmus išgyveno vienas ar kitas veikėjas, kas tuos jausmus sukėlė, kaip tie jausmai keitėsi. Dalijamasi mintimis, kuris veikėjas atrodė artimiausias, kurio buvo labiausiai gaila, kurį rūpėjo užjausti ir norėjosi jam padėti. Sukurti didelę pasakos iliustraciją, prie kiekvieno veikėjo pridendant jo išgyvenamų jausmų spalvotas korteles bei jausmų žodžius.

Kartu prieinama prie išvados, kad žmonės išgyvena ne tik malonius, bet ir sunkius jausmus. Aiškinamasi,

kad sunkius jausmus gali sukelti pačių elgesys ir jo pasekmės arba kitų elgesys, tačiau kiekvienas žmogus turi teisę jausti ir išreikšti ir malonius, ir sunkius jausmus.

3 pratimas. „Atsipalaiduoju“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, jog yra būdų, padedančių sumažinti sunkių jausmų, konfliktų, stresinių situacijų, nuovargio keliamą įtampą.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: daug vietos, „judančių švieselių lempa“, medžio šaka su pritvirtintomis spalvoto popieriaus juostelėmis, ventiliatorius, svajingos, lengvos muzikos įrašas, bokso kriaušė, kelmas, vinys ir plaktukas, barškučiai, dėžutės, prikrautos žirnių, akmenukų, ir kt.

Eiga

Vaikai bando įvairius atsipalaidavimo būdus.

Pasiūloma vaikams išbandyti daug skirtingų būdų, kaip išsilaisvinti nuo įtampos:

- išgirdus švilpuko garsą pašūkauti, parėkauti, paūkauti ir liautis, vėl išgirdus švilpuko garsą;
- pedagogui suplojus rankomis, barškinti, kratyti, iš visų jėgų mojuoti barškučiais, tarškančiomis dėžutėmis ir sustoti vėl pedagogui suplojus;
- pasirenkamai daužyti bokso kriaušę ar energingai plaktuku kalti vinis į kelmą;
- sugulus ant grindų stebėti ant medžio šakos lengvai judančias spalvoto popieriaus juosteles, judinamas ventiliatoriaus vėjelio. Stebėti ant lubų žaidžiančias švieseles nuo besisukančios lempos;
- skambant lengvai, svajingai muzikai atsigulti ant kilimo, užsimerkti ir pasijusti paukščiu, sklandančiu aukštai danguje, virš miškų, laukų, jūros, kalnų ir kt.

Išbandžius visus būdus kalbamasi, kuris būdas vaikams labiausiai patiko ir pagerino savijautą. Pasiteirauti, gal vaikai žino ir kitų būdų savijautai pagerinti, pavyzdžiui, pasikalbėti su draugu ar su tėveliais, pažiūrėti patinkančią televizijos laidą, pasivažinėti dviratuku ir kt. Vaikai susitaria, kad išgyvendami stiprius, nemalonus jausmus bandys panaudoti pratybų metu išmėgintus ir kitus jiems žinomus atsipalaidavimo būdus.

PRIKLAUSYMAS GRUPEI



SAVĖS PAŽINIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Išgyventi ir atpažinti priklausymo vaikų grupei jausmą.
2. Didžiuotis savo šeima.
3. Suvokti savo unikalumą ir priklausymą grupei.
4. Atpažinti ir suvokti žmonių panašumus ir skirtumus.
5. Būti jautriam kito emocinei būsenai ir stengtis jam padėti.

Pratimai

1. Dėlionė „Aš ir mes“.
2. Rankų ratas.
3. Panašūs ir skirtingi.
4. Šeimos rate.
5. Bandau suprasti kitą.

1 pratimas. Dėlionė „Aš ir mes“

Ugdomi gebėjimai:

- išgyventi ir atpažinti priklausymo vaikų grupei jausmą;
- suvokti savo unikalumą ir priklausymą grupei.

Trukmė: 10–15 min.

Priemonės: didoko formato paveikslas, kurio kita pusė balta, sukarpytas į tiek dalių, kiek yra grupėje vaikų, flomasteriai.

Eiga

Vaikai kartu nupiešia vieną didelį paveikslą, kiekvienas pasijusdamas esąs grupės narys.

Paveikslas iš anksto sukarpomamas, jo dalys paberiamos vaikų rato viduryje ir pasiūloma kiekvienam pasirinkti po vieną dalį. Vaikai baltoje pasirinktos dėlionės pusėje nupiešia save, susiradę darbui patogią vietą (prie stalo, ant palangės, ant grindų ir kt.). Kai vaikai baigia piešti, jie sukviečiami į ratą ir visi kartu kuria vieną paveikslą. Kiekvienas apžiūri savo dėlionės spalvotąją pusę ir tardamasis, derindamas su draugais randa jai vietą kartu nupieštame paveiksle.

Kai paveikslas sudedamas, visi jį apžiūri, pasidžiaugia, kad jį kuriant dalyvavo kiekvienas ir visi drauge.

Pasiūloma vaikams iš eilės atsargiai apverstį po vieną dėlionės dalelę, kad atsiverstų vaikų piešinėliai, ir sustojus ratu netikėtai pamatyti dar vieną paveikslą – visų grupės vaikų portretus. Kalbamasi, kaip smagu būti ir veikti drauge, kiekvienam ką nors darant atskirai ir kartu.

2 pratimas. „Rankų ratas“**Ugdomi gebėjimai:**

- išgyventi ir atpažinti priklausymo vaikų grupei jausmą;
- suvokti savo unikalumą ir priklausymą grupei.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kriauklė, popierius, žirkklės, flomasteriai.

Eiga

Vaikai piešia linkėjimus grupės draugams ant jų rankų iškarpu, o draugai linkėjimus priima, jausdami grupės palankumą ir palaikymą.

Pasiūloma kiekvienam vaikui apibrėžti savo ranką padėjus ją ant popieriaus lapo. Rankos siluetas iškerpamas, ant jo kiekvienas užsirašo vardą. Iškarpa perduodama draugui iš dešinės ir gaunama iš draugo, sėdinčio kairėje. Visi nupiešia po nedidelį piešinėlį, simbolizuojantį palinkėjimą draugui. Vėl taip pat perduoda vienas kitam rankų iškarpas ir nupiešia palinkėjimus kitiems. Iškarpomis vaikai keičiasi tol, kol kiekvie-

nas vaikas nupiešia palinkėjimus visose rankos iškarpose.

Pedagogas pristato vaikams „stebuklingą kriauklę“. Ją prisidėjus prie ausies galima išgirsti žodžius, kuriuos piešdamas palinkėjimą sakė draugas. Kriauklę paduoda kuriam nors vaikui, kad šis žiūrėdamas į piešinį ir klausydamasis kriauklės ošimo „išgirstų“, ką jam linkėjo grupės draugai. Jei nori, vaikai garsiai visiems pasako, kokius linkėjimų žodžius „girdėjo“, ir kriauklę perduoda kitam, kol visi norintys pasidalins jausmais ir išpūdziais.

Sudėliojamas rankų iškarpu ratas, vaikai susikimba už rankų ir eina ratelio, skanduoja pačių sugalvotus draugystės žodžius, palinkėjimus.

3 pratimas. „Panašūs ir skirtingi“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti ir suvokti žmonių panašumus ir skirtumus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: požymių kortelės (berniukas ir mergaitė, šviesiaplaukis ir tamsiaplaukis, aukštas ir žemas, mėlynakis, rudaakis, žaliaakis ir juodaakis). Pavyzdžiui, 7 kortelės su nespalvotu vaiko siluetu, tačiau paspalvintais gelsvais plaukais, ir 13 kortelių su nespalvotu vaiko siluetu ir tamsiai pilkais nuspalvintais plaukais (jei grupėje yra 7 šviesiaplaukiai vaikai ir 13 tamsiaplaukių vaikų).

Eiga

Vaikai susiburia į tą patį fizinį požymį turinčių vaikų grupes, orientuodamiesi pagal požymių korteles.

Vaikams paaiškinama žaidimo „Panašūs ir skirtingi“ esmė. Gavę korteles su vienu ar kitu fiziniu požymiu (pedagogas įteikia korteles tą fizinį požymį turintiems vaikams, pavyzdžiui, kortelę „Žemas“ – nedidelio ūgio vaikui, kortelę „Aukštas“ – aukštam vaikui). Vaikai turi rodyti jas vieni kitiems ir sudaryti tokias pat korteles turinčiųjų grupes. Kai vaikai susiburia į grupes (nebelieka atskirai klaidžiojančių vaikų), grupelės prisistato viena kitai, skandudamos savo požymį, pavyzdžiui, „aukšti, aukšti, aukšti“ arba „žemi, žemi, žemi“.

Kalbamasi apie tai, kad vienoje grupelėje esantys vaikai yra panašūs pagal vieną požymį, o atskirose grupėse stovintys vaikai pagal tą požymį yra skirtingi.

Žaidimas tęsiamas naudojant kitas požymių korteles. Diskutuojama, kad pagal vieną požymį panašūs vaikai pagal kitą požymį gali būti skirtingi.

4 pratimas. „Šeimos rate“

Ugdomi gebėjimai:

- didžiuotis savo šeima;
- suvokti savo unikalumą ir priklausymą grupei.

Trukmė: 15–20 min.

Pasirengimas: kartu su tėveliais pavartyti nuotraukų albumą, pasikalbėti apie nuotraukose užfiksuotus žmones, situacijas ir pasirinkti 1–2 nuotraukas, kuriose būtų visi šeimos nariai. Nuotraukas iš anksto atsinešti į grupę.

Priemonės: viena ar dvi šeimos nuotraukos, gyvūnų šeimų (suaugėlių ir jaunikių) paveikslėliai.

Eiga

Vaikai pagal skleidžiamus garsus susiburia į „gyvūnų šeimas“ ir sutartinai mėgdžioja jų judesius. Pasakui rodydami nuotraukas pristato savo šeimą grupės draugams.

Pedagogas atsitiktine tvarka vaikams išdalija „gyvūnų šeimų“ (pavyzdžiui, katės, katino, kačiukų; antino, anties ir ančiukų ir kt.) paveikslėlius. Pasiūlo vaikams miauksėti, krykuoti ar skleisti kitų gyvūnų, kurių paveikslėlius turi rankose, garsus. Paaiškina, jog išsiklausę į garsus grupėje jie turi surasti visus vienos gyvūnų šeimos narius, susiburti į grupę ir susitarti, kokiais judesiais ir garsais prisistatys kitiems. Vienai „gyvūnų šeimai“ žaismingai improvizuojant, kiti vaikai spėlioja, kokių gyvūnų ta šeima. Pabaigoje suskaičiuojama, kiek iš viso prisistatė gyvūnų šeimų.

Pasiėmę šeimos nuotraukas vaikai ramiai susėda ratu ir vienas po kito iš eilės pristato visus šeimos narius bei atsako į pedagogo klausimus: „Į ką esi panašus?“, „Ką su kuo iš šeimos narių veiki?“, „Ką veikiate visi kartu?“, „Su kuo pasikalbi, kai tau linksma ar liūdna?“, atsako į įvairius vaikų pasiteiravimus.

Kalbamasi apie tai, kad šeima yra mums artimiausi mieli žmonės, kad kiekvienam sava šeima brangiausia.

5 *pratimas*. „Bandau suprasti kitą“

Ugdomi gebėjimai:

- būti jautriam ir padėti kitam.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 3 situacijos (ištraukos iš „stebėtojo iš šalies“ parašytų kūrinių).

Eiga

Vaikai išklauso kūrinių ištraukas ir bando samprotuoti apie veikėjų savijautą bei elgesį.

Visiems sėdint ratu vaizdžiai ir emociškai perskaitomas vienas iš kūrinių, kuriame aprašomos vaikams suprantamos problemos. Perskaičius kalbamasi apie veikėjų nuotaiką ir savijautą (kaip jautėsi nuskriaustasis ir skriaudikas, nepadėjęs ir pagelbėjęs, užjautęs ir atstūmęs), apie elgesio priežastis ir ketinimus, apie veikėjams kilusias problemas, jiems atsitikusias bėdas, apie

būdus, kurie padėjo išvengti nesėkmių. Panašiai kalbamasi perskaičius ir kitas dvi ištraukas.

Pasiūloma vaikams pradėti „rašyti“ knygelę „Pagalbininkas“. Kopijuodami vaikai užsirašo pavadinimą, gražina antraštinį lapą ir nupiešia pirmąjį piešinį: „Užjaučiau“; „Padėjau“; „Nuraminau“ ir kt. Apie paramos ir pagalbos kitiems atvejus, jei nori, gali visiems papasakoti.

BENDRAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suvokti, kas yra draugystė ir draugai.
2. Susidraugauti ir palaikyti draugystę.
3. Bendrauti šeimoje ir kartu dirbti darbus.
4. Kitiškai mąstyti.

Pratimai

1. Tikras ir netikras draugas.
2. Renkuosi draugą.
3. Šeimos darbų filmukas.

1 pratimas.

„Tikras ir netikras draugas“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti, kas yra draugystė ir draugai;
- susidraugauti ir palaikyti draugystę;
- kitiškai mąstyti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 2 dideli popieriaus lapai, kiekvieno jų centre – skritulys, kuriame parašyta „TIKRAS DRAUGAS“ arba „NETIKRAS DRAUGAS“, flomasteriai, maži lipdukai.

Eiga

Vaikai sako bet kokius į galvą atėjusius žodžius („minčių lietus“) apie draugus ir draugystę ir sudaro „tikro“ ir „netikro“ draugo žodžių žemėlapi.

Susėdusiems ratu vaikams pasakoma, kad šiandien bus kalbama apie draugus ir draugystę. Pasiūloma pažaisti „minčių lietu“, tai yra pagalvoti ir sakyti bet kokius į galvą atėjusius žodžius apie draugą, jo savybes, elgesį, bendrus žaidimus, susipykimą ir susidraugavimą, draugo praradimą ir kt. Pedagogas vaikų pasakytus žodžius užrašo ant iš anksto paruoštų lipdukų. Mintims išsekus pakabinami lapai su užrašais: „TIKRAS DRAUGAS“, „NETIKRAS DRAUGAS“ ir pasiūloma vaikams drauge sudaryti „Draugystės žodžių žemėlapi“. Iš eilės po vieną imami lipdukai su vaikų pasakytais žodžiais, garsiai perskaitoma ir klausiama vaikų, kuriame lape tą žodį tiktu priklijuoti (pavyzdžiui, „Duoda žaislą“; „Pakviečia žaisti“; „Mušasi“). Vaikai nusprendžia, ar tai tikro, ar netikro draugo elgesys). Kai aptariami visi žodžiai ir jiems surandama vieta „Draugystės žodžių žemėlapyje“, pedagogas dar kartą garsiai perskaito „tikro“ draugo ir „netikro“ draugo žodžius. Kalbamasi su vaikais apie draugystę.

Pasiūloma vaikams pagražinti „Draugystės žodžių žemėlapi“: prie žodžių nupiešti paveikslėlius, žodžius išmarginti, žemėlapi nuspalvinti, nupiešti spalvotas linijas nuo vieno žodžio prie kito. Baigus pakabinama vaikų pasiūlytoje vietoje.

2 pratimas. „Renkuosi draugą“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti, kas yra draugystė ir draugai;
- susidraugauti ir palaikyti draugystę.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 4 paveikslėliai – su lėlėmis žaidžiantys vaikai, su mašinėlėmis žaidžiantys vaikai, namus stantys vaikai, su kamuoliu žaidžiantys vaikai; tikri paveikslėliuose vaizduojamų žaidimų žaislai.

Eiga

Vaikai pasirenka grupės erdvę pagal mėgstamus žaidimus ir bendrauja su tų pačių interesų vaikais.

Pedagogas iš anksto viename grupės kampe pakabina paveikslą, vaizduojantį su lėlėmis žaidžiančius vai-

kus, ir padeda ten lėlių, jų namelių, vežimėlių, drabužėlių ir kt. Kitame grupės kampe pakabinamas su mašinomis žaidžiančių vaikų paveikslas ir padedama tokiems žaidimams reikalingų žaislų. Trečias grupės kampas analogiškai pritaikomas statybiniams, ketvirtas – sportiniams žaidimams.

Vaikams susėdus ratu pasiūloma apžiūrėti visą grupės erdvę, ten kabančius paveikslus ir išdėliotus žaislus. Tuomet kiekvienas pasirenka mėgstamų žaidimų kampą. Kai visi grupės vaikai apsisprendžia, kuriame kampe norėtų žaisti, pasiūloma apsidairyti ir pasidomėti, kurie draugai pasirinko tuos pačius žaidimus, o kurie – kitokius. Džiaugiamasi galimybe susirasti tų pačių pomėgių turintį žaidimo draugą. Paskui kartu su kitais sugalvojamas bendras žaidimas, jis kurį laiką žaidžiamas, o baigus vėl susirenkama į ratą. Vaikai visiems papasakoja apie žaidimą. Kalbamas apie tai, kad grupėje visada galima susirasti tuos pačius žaidimus mėgstantį draugą.

3 pratimas. „Šeimos darbų filmukas“

Ugdomi gebėjimai:

- bendrauti šeimoje ir kartu dirbti bendrus darbus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: žaislinio televizoriaus maketas, 5 keturkampių paveikslėlių lankstinukas, spalvoti pieštukai, flomasteriai.

Pasirengimas. Kartu su šeima kiekvieną dieną nupiešti po vieną lankstinuko piešinėlį, vaizduojantį kiekvienos savaitės dienos įsimintiniausius bendrus darbus.

Eiga

Vaikai kalbėdamiesi apie bendravimą ir nuveiktus darbus rodo pačių padarytą „savaitės darbų šeimoje“ filmuką.

Prieš 1–2 savaites tėvai supažindinami su būsima vaikų veikla grupėje: parodoma, kaip daromi lankstinukai, paaiškinama, ką būtų galima piešti lankstinuko lapeliuose, aptariama, kaip padėti vaikui susigalvoti

veiklą, ją įgyvendinti ir savarankiškai pavaizduoti piešinėlyje. Prieš 1–2 dienas vaikų paprašoma atsinešti paruoštus lankstinukus į grupę. Jei kuris nors vaikas lankstinuko neturi, pasiūloma jį padaryti čia pat, grupėje.

Susėdus į ratą pasiūloma norinčiajam parodyti savo šeimos savaitės darbų filmuką per „televizorių“. Sugalvojami televizijos pranešėjo žodžiai, kaip pristatyti filmuką. Rodydamas filmuką vaikas pasakoja, kas pasiūlė atlikti darbą ar sumanė kitą veiklą, kas ką darė, kaip tarėsi, kas vadovavo, ką nuveikė, kaip visi jautėsi. Susitariama, kad vaikai gali klausti, o filmuko „režisierius“ atsakyti į įvairius klausimus. Filmukų peržiūra tęsiama, kol yra norinčiųjų. Paskui visi drauge aptaria, kuo ypatingas ir kodėl kiekvienam svarbus bendravimas ir buvimas kartu šeimoje.



BENDRADARBIAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suprasti bendraamžius ir klausytis kito.
2. Bendrauti partneriškai ir grupėje.
3. Pratintis susitarti, priimti bendrą sprendimą ir jo laikytis.
4. Bendradarbiaujant siekti numatyto tikslo.
5. Suprasti, kad šeimoje būtina vienas kitam padėti.

Pratimai

1. Triukšmas ir tyla.
2. Dviese ir visi kartu.
3. Noriu ir nenoriu.
4. Parašutas ir balionai.
5. Kas man padėjo.

1 pratimas. „Triukšmas ir tyla“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti bendraamžius ir klausytis kito;
- partneriškai bendrauti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: triukšmą keliančių žaislų (barškučiai, kamuoliai, būgneliai, švilpukai ir kt.) ir triukšmingos muzikos įrašai.

Eiga

Skambant trunkiai muzikai, aidint triukšmui ar tyloje vaikai sako vienas kitam dienos naujienas, šitaip suprasdami, kada lengviau išgirsti kitą.

Kartu su vaikais išmėginami keli būdai, padedantys suprasti, kada lengviausia klausytis kito ir jį girdėti.

Vaikai susėda ratu poromis, pasisukę vienas į kitą. Poroje susitaria, kuris bus „naujienos pranešėjas“, o kuris – „klausytojas“. Naujienos pranešėjai užsimerkia ir sugalvoja įdomią dienos naujieną. Skambant triukšmingai muzikai ramiau, nepakeltu balsu bando dienos naujieną pasakyti „klausytojui“. Nutilus muzikai „klausytojai“ vienas po kito sako išgirstą naujieną, o „naujienos pranešėjai“ išraiškingai linkčioja arba purto galvą parodydami, ar naujiena buvo išgirsta tiksliai, ar visa.

Poroje pasikeitus vaidmenimis žaidimas pakartoja skambant žaislų keliamo triukšmo įrašui. Paskui žaidimas tęsiamas visiškoje tyloje, abu porininkai pa-būna ir „naujienos pranešėju“, ir „klausytoju“.

Diskutuojama, kada iš trijų atvejų buvo lengviausia klausytis kito ir jį suprasti.

2 pratimas. „Dviese ir visi kartu“**Ugdomi gebėjimai:**

- bendradarbiauti partneriškai ir grupėje;
- bendradarbiaujant siekti numatyto tikslo.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: sviediniai.

Eiga

Vaikai, sustoję poromis, perduoda vienas kitam sviedinį, pakartoja vienas kito rodomus judesius pajusdami, kaip svarbu susitarti, stebėti ir veikti sutartinai.

Pedagogas ant grindų išdėlioja vaikų vietas žyminčius orientyrus (spalvoto popieriaus skritulius, lankus ir kt.). Paprašo vaikų susėsti dviem ratais vienas priešais kitą – susidaro vidinis ir išorinis ratas.

Pasiūloma vaikams poromis pažaisti sviediniu: perduoti jį vienas kitam patiems sugalvojant, kaip tai padaryti (ridenti, mesti, mesti į grindis ir gaudyti atšokusį, perduoti iš rankų į rankas ir kt.). Pažaidus sudaromos naujos poros: vidinio rato vaikai pasilenka į dešį-

nę per tris vietas žyminčius orientyrus. Sudarius naują porą žaidžiamas kitas žaidimas – vienas rodo išmoningus judesius, o kitas juos atkartoja, patys susitaria, kuris pradės, kada pasikeis vaidmenimis.

Kalbamasi, su kuriuo partneriu buvo lengviau susitarti ir veikti sutartinai, kodėl taip buvo.

3 pratimas. „Noriu ir nenoriu“

Ugdomi gebėjimai:

- bendradarbiauti partneriškai ir grupėje;
- pratintis susitarti, priimti bendrą sprendimą ir jo laikytis.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 3 pasakų knygos su skirtukais prie vienos vaikams žinomos pasakos kiekvienoje knygoje, po 3 kortelės kiekvienam vaikui (1 – raudonos spalvos su užrašu „noriu“, kitos dvi – mėlynos spalvos su užrašu „nenoriu“), 3 pintos lėkštutės.

Eiga

Vaikai išklauso pasiūlymą, kortele parodo, kurios pasakos norėtų, pagal kiekvienai pasakai tekusių kortelių skaičių priimamas bendras grupės sprendimas.

Vaikams sėdint ratu pedagogas jiems parodo tris pasakų knygas ir pasiūlo pasirinkti, kurią iš trijų numatytų pasakų jie norėtų išgirsti. Išdalijama vaikams po 3 balsavimo kortelės (1 raudoną ir 2 mėlynas). Prie kiekvienos pasakų knygos padedama po pintą lėkštutę balsavimo kortelėms sudėti. Pasiūloma vaikams pamąstyti ir apsispręsti, kurią pasaką kiekvienas norėtų išgirsti, ir raudoną kortelę padėti į lėkštelę prie tos knygos, kurioje yra mėgstama pasaka. Mėlynas kortelės padėti į lėkštelės prie kitų dviejų knygų.

Kiekvienam apsisprendus vaikų klausama, kaip galima rasti visiems bendrą sprendimą. Jei vaikai nesugalvoja, pedagogas pasiūlo suskaičiuoti raudonas ir mėlynas kortelės lėkštelėse prie knygų. Skaitoma ta pasaka, kuriai teko daugiausia balsavimo kortelių.

Su vaikais aptariama, kokiomis kasdienio gyvenimo situacijomis galima naudoti „daugumos“ būdą.

4 pratimas. „Parašutas ir balionai“

Ugdomi gebėjimai:

- bendradarbiauti grupėje;
- bendradarbiaujant siekti numatyto tikslo.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: sportinis inventorių – parašutas su rankenomis vaikams įsikibti arba stovas su pririštomis juostomis, 1–3 balionai.

Eiga

Vaikai visi kartu atlieka sutartus veiksmus su parašutu arba neleidžia nukristi balionui ant žemės, paįsūdami bendradarbiavimo poveikį sėkmei.

1. Vaikams pasiūloma atsistoti prie ant grindų gulintio parašuto ir įsikibti už rankenų. Visi drauge sugalvoja žaidimo „Kelionė į pasakų šalį“ veiksmus (bėgti ratu, apsisukti ir bėgti į kitą pusę, kelti parašutą aukščiau ir žemyn, pakėlus parašutą žengti žingsnį pirmyn ir po juo palįsti, padėjus kamuolį parašuto centre jį šokdinti kilnojant parašutą ir kt.). Pagal veiksmus su-

galvojamas siužetinis pasakojimas („Skrenda lėktuvas“, „Banguoja jūra“, „Slepiamės nuo lietaus“ ir kt.). Išgirdę signalą visi kartu atlieka pirmąjį veiksmą, po kiekvieno vėliau nuskambėjusio signalo vaikai iš eilės atlieka vis kitus veiksmus, stengiasi nesuklysti, veikti ritmiškai ir derinti judesius.

Aptariama, kurie veiksmai iš karto buvo sėkmingi, o kuriuos atlikti sekėsi sunkiau, svarstoma, kodėl.

2. Vaikams pasiūloma pažaisti žaidimą „Nenuleisk baliono ant žemės“. Į viršų išmestą balioną reikia atmušti dar jam nenukritus ant žemės, stengiantis, kad jis ore išbūtų kuo ilgiau. Kiekvienas vaikas balioną atmušti gali įvairiais būdais, gali padėti draugui, atmušti taip, kad balionas nenuskrietų per toli, į šoną ir kt. Jei pirmas bandymas buvo nesėkmingas, kartoja jį tol, kol visi išmoka suderinti veiksmus, sutelkiamos pastangos ir vis ilgiau ore išlaikomas balionas. Žaidimas tęsiasi su 2–3 balionais.

Diskutuojama, ar sunku žaisti visiems su 1 žaislu ar 2–3 žaislais.

5 pratimas. „Kas man padėjo?“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad šeimoje būtina vienas kitam padėti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: šeimos narių (mamos, tėtės, močiutės, senelio, brolio, sesers ir kt.) siluetai ir popieriaus lapas kiekvienam vaikui, flomasteriai.

Eiga

Vaikai prisimena situacijas šeimoje, kai jiems padėjo šeimos nariai.

Susėdę ratu vaikai prisimena kokį nors nutikimą, įvykį ar bėdą šeimoje, kai jiems reikėjo pagalbos. Pagalvoja, kas jiems tuo metu padėjo: mama, tėtė, močiutė ar kiti šeimos nariai. Sugalvoję ir apsisprendę prieina prie šeimos narių siluetų krūvelės, išsirenka bėdoje pagelbėjusio šeimos nario figūrą ir apibrėžia ją popieriaus lape. Lape užrašo savo vardą, figūrą nuspalvina ir pripiešia.

Užbaigę piešinius visi vėl susirenka į ratą ir iš eilės papasakoja apie juos ištikusią bėdą, rodo šeimos nario piešinį ir apibūdina, kaip ir kuo jis padėjo.

SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Apmąstyti ir kritiškai vertinti kito žodžius.
2. Rasti išeitį iš sudėtingos padėties.
3. Tvirtai laikytis nuomonės, taisyklės, susitarimo.
4. Suprasti, kas yra paslaptys ir kodėl jas reikia saugoti.

Pratimai

1. Tiesa ar prasimanymas.
2. Surištos rankos – sumani galva.
3. Pasakyk „ne“.
4. Šeimos naujiena.

1 pratimas. „Tiesa ar prasimanymas“

Ugdomi gebėjimai:

- apmąstyti ir kritiškai vertinti kito žodžius.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: simbolinis „tiesos ir prasimanymo“ ženklas kiekvienam vaikui, pasakotojo kėdė.

Darant „tiesos ir prasimanymo“ ženklą nupiešiamas skritulys, kurį vaikai galėtų prisiklijuoti prie pagaliuko. Vienoje skritulio pusėje užrašoma „TIESA“ ir nupiešiami keli realistiniai paveikslėliai. Kitoje pusėje užrašoma „PRASIMANYMAS“ ir nupiešiami nebūti augalai, įvykiai, reiškiniai.

Pasirengimas. Iš anksto kiekvienam vaikui pasidaryti simbolinį „tiesos ir prasimanymo“ ženklą: gavus dvipusę pedagogo nupiešto ženklo kopiją, ją apžiūrėti, išsiaiškinti kiekvienos skritulio pusės reikšmę, skritulį išsikirpti ir priklijuoti ar kitaip pritvirtinti prie pagaliuko.

Eiga

Vaikai klausosi draugų pasakojimų, nusprendžia, ar tai „tiesa“, ar „prasimanymas“, ir pakelia parodydami atitinkamą simbolinio ženklo pusę.

Vaikams pasiūloma patyrinti, kaip pasakojime atpažinti tikroviškus ir nebūtus dalykus. Vienas vaikas atsisėda į „pasakotojo kėdę“ viduryje rato ir papasakoja kokią nors istoriją. Kiti atidžiai klausosi ir bando nuspręsti, ar pasakotojas kalba tiesą, ar fantazuoja, prasimano, kuria. Baigus pasakoti klausytojai apsisprendžia ir pakelia bei visiems parodo simbolinio ženklo pusę „tiesa“ arba „prasimanymas“. Suskaičiuojama, kiek vaikų mano, jog pasakojimas tikroviškas, ir kiek vaikų pasakojimą laiko prasimanymu. Padiskutuojama, kaip ir iš ko kiekvienas suprato, kur tiesa, o kur prasimany-

mas. Pasakotojo klausiami, kurie vaikai nusprendė teisingai ir parodė tinkamą simbolinio ženklo pusę.

Žaidimas tęsiamas, kol yra norinčiųjų pasakoti.

2 pratimas.

„Surištos rankos – sumani galva“

Ugdomi gebėjimai:

- rasti išeitį iš sudėtingos padėties.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: dviem vaikams po kaspiną, žaislai ir kortelės su nupieštais žaislais.

Eiga

Vaikai nusprendžia, kaip surištomis rankomis greičiau atlikti kiekvienam jų paskirtą užduotį.

Vaikai sustoja po du ir iš eilės visoms poroms kaspinu surišamos rankos (vieno vaiko dešinė ranka su kito kaire). Vaikams paaiškinama, jog kiekvienam bus skirta užduotis: surasti ir atnešti į ratą tą grupėje esantį žaislą, kurio paveikslėlį gaus. Kiekvienam vaikui pedagogas

duoda po paveikslėlį stengdamasis, kad žaislas, kurį reikės atnešti vienam iš poros, būtų kitoje grupės pusėje, nei jo porininko žaislas. Pasiūloma vaikams patiems sugalvoti, kaip greičiau ir lengviau atlikti užduotį.

Kai visi sugrįžta į ratą su žaislais, kalbama, kas ką nusprendė, ką susitarė, kaip atliko užduotį, kas buvo sunkiausia. Prieinama prie išvados, jog išradingas sprendimas padeda išsisukti iš bet kokios keblios padėties.

3 pratimas. „Pasakyk „ne“

Ugdomi gebėjimai:

- tvirtai laikytis nuomonės, taisyklės, susitarimo;
- rasti išeitį iš sudėtingos padėties.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kiekvienam vaikui po saldainį, poriniai paveikslėliai.

Eiga

Vaikai stengiasi atsispirti pagundai ir viliojimui tvirtai pasakydami „ne“.

Vaikams pasiūloma pasiimti nuo stalo vieną paveikslėlį. Kai visi vaikai turi po paveikslėlį, paprašoma susirasti draugą, kurio paveikslėlis toks pat, ir sustoti poromis. Poroje vaikai susitaria, kuris pirmasis, o kuris antrasis gaus užduotį. Pedagogas pakviečia pirmuosius porų žaidėjus į atskirą ratą ir antriesiems žaidėjams negirdint skiria užduotį: kad ir kaip viliotų – saldainio nevalgyti, kol neišgirs varpelio skambėjimo. Paskui atskirai pakviečia antruosius žaidėjus ir pasiūlo jiems suvilioti savo porininką, kad jis suvalgytų saldainį. Kiekvienam vaikui duoda po saldainį ir pasiūlo poroms laisvai bendrauti bet kurioje grupės vietoje. Suskambėjus varpeliui pakviečiami į ratelį pirmieji žaidėjai ir išsiaiškinama, kurie iš jų dar tebeturi saldainį. Nugalėtojai pagiriami ir pasiūloma iškilmingai vaikų rato viduryje suvalgyti savo saldainį. Kalbama, kaip svarbu atsispirti pagundoms, turėti tvirtą valią ir laikytis susitarimo.

4 pratimas. „Šeimos naujiena“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kas yra paslaptys ir kodėl reikia jas saugoti;
- tvirtai laikytis nuomonės, taisyklės, susitarimo.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: šeimos naujienų laikraštis su tuščiomis vietomis įrašams, šeimos paslapčių dėžutė, maži popieriaus lapeliai.

Eiga

Vaikai pasakoja šeimos naujienas ir aiškinasi, kurias iš jų galima pasakoti bet kam, o kurias – tik pedagogui ir draugui.

Vaikams pasiūloma papasakoti kokią nors šeimos naujieną. Norintysis ima šeimos paveikslėlį ir pradeda pasakoti. Kiti išklaušę pasakojimą nusprendžia, ar ši naujiena gali būti pasakojama visiems, ar tik pedagogui ir draugams. Nusprendus, kad naujiena nėra šeimos paslaptis, pedagogas ją užrašo šeimos naujienų laik-

raščio skiltyje. Nusprendus, kad naujiena panaši į šeimos paslaptį, pedagogas ją užrašo ant lapelio ir įdeda į šeimos „paslapčių dėžutę“. Bendraujama tol, kol yra norinčiųjų pasakoti.

Prieinama prie išvados, kad šeimoje nutinka daug tokių dalykų, apie kuriuos gali visi žinoti, tačiau nutinka ir tokių, apie kuriuos galima pasakoti tik patiems artimiausiems žmonėms: pedagogams ir draugams, o jie privalo saugoti išgirstą vaiko šeimos paslaptį.

GYVENIMO SUNKUMŲ ĮVEIKIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suprasti, kad kiekvienas žmogus kartais išgyvena stiprius, sunkius jausmus, gebėti juos atpažinti ir įvardyti.
2. Suprasti, kad bendraamžiai taip pat išgyvena sunkius jausmus.
3. Kritiniu atveju elgtis sau ir kitiems priimtinais būdais.
4. Pratintis pastebėti kūno reagavimo į stiprius jausmus požymius.

Pratimai

1. Jausmų barometras.
2. Bijau ir nebijau.
3. Šviesoforas – sustok, pagalvok, daryk.

1 pratimas. „Jausmų barometras“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad kiekvienas žmogus kartais išgyvena stiprius, sunkius jausmus, gebėti juos atpažinti ir įvardyti;
- pratintis pastebėti kūno reagavimo į stiprius jausmus požymius.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: aukštos stiklinės kolbos, vamzdeliai, taurės, siauri aukšti ašočiai, dažai vandeniui spalvinti, vanduo, indeliai vandeniui pilstyti, simboliniai nuotaikų paveikslėliai (piešinys ir užrašas).

Eiga

Vaikai prisimena sunkius jausmus sukėlusius įvykius ir spalvoto vandens sodrumu bei lygiu inde ženklina jų stiprumą.

Susėdę ratu vaikai kalbasi apie stiprius, nemalonius jausmus sukeliančius gyvenimo įvykius, pasikeitimus, bėdas: artimųjų ligas, avarijas, tėvų skyrybas, draugo praradimą, persikraustymą, tėvų nedarbą, skriaudą, augintinio žūtį, mylimų žmonių netektį ir kt. Paprašoma vaikų prisiminti, ar jų gyvenime buvo panašių problemų ir bėdų ir ką jie tuo metu jautė.

Norintys pakviečiami pasidalyti patirtais išgyvenimais, o baigę pasakoti savo jausmų stiprumą atskleidžia naudodami „jausmų barometrą“. Pasirenka indelį, prie jo padeda simbolinį paveikslėlį, žymintį jausmą, apie kurį pasakojo, pavyzdžiui, išgąstį. Vaikas į indą pila daug vandens, jei buvo labai išsigandęs, ir mažai vandens, jei išgąstis nebuvo labai stiprus. Paskui vandenį nudažo pasirinkta spalva, kad vanduo būtų tuo sodresnis, kuo stipresnis buvo jausmas. Savo „jausmų barometrą“ padeda ant ilgos popieriaus juostos.

Kai visi norintys apibūdina patirtus sunkius išgyvenimus, kartu apžiūri, kokių jausmų indų daugiau-

sia, kokių jausmų indai pilniausi ir sodriausi. Kalbamasi, kaip kūnas mums „pasako“, kad bijo (įsitempia, sustingsta, pradeda smarkiai plakti širdis ir kt.), kad jaudinasi (prakaituoja delnai, nenustygstama vietoje ir kt.), kad yra prislėgtas, liūdnas (nesinori žaisti, norisi verkti, nėra apetito ir kt.).

Visą savaitę pilstomas vanduo į indelius ženklinant savo nuotaiką, jausmus bei jų stiprumą.

2 pratimas. „Bijau ir nebijau“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad kiekvienas žmogus kartais išgyvena stiprius, sunkius jausmus, gebėti juos atpažinti ir įvardyti;
- suvokti, kad bendraamžiai taip pat išgyvena sunkius jausmus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: vaikų baimes simbolizuojančių paveikslėlių komplektas, popieriaus lapai, klijai, flomasteriai.

Paveikslėliai:

baubo, vaiduoklio, raganos, slibino, šuns, vilko, gyvatės, voro, pelės, varlės, vabalas, šautuvo, diržo.

Situacijos:

tamsa ir šešėliai, vaikas vienas kambary, o už daiktų – neaiškūs žmonių, gyvių siluetai, aukštai ir pavojingai užlipęs vaikas, vaikas mažoje uždarojoje dėžėje, vienas vaikas miške, po vandeniu pasinėjęs vaikas, vaikas šalia grėsmingos išvaizdos suaugusiojo, vaikas prie kelio, kuriuo intensyviai važiuoja mašinos, vaikas skrenda lėktuvu, vaikas sukasi karuselėje, aplink vaiką suka ratus bitė ar širšė, vaikas bijo žaibo ir griaustinio, vaikas bijo švirkšto.

Eiga

Vaikai suranda paveikslėlius, kurie žymi jų baimes, ir prie jų parašo savo vardą.

Susėdus ant kilimo kalbamasi apie vaikų baimes. Iš eilės po vieną rodomas „baimių“ paveikslėlis ir prisimenami suaugę žmonės ar vaikai, kurie bijojo ar bijo kokio nors daikto, gyvūno, reiškinių. Pasiūloma vaikams pasirinkti vieną paveikslėlį, kuris rodo jo kokią

nors baimę. Tie, kurie nieko nebijo, gali pasirinkti bet ką. Pasirinktą paveikslėlį kiekvienas prisiklijuoja popieriaus lape. Išsisklaido ir laisvai vaikščioja po grupę rodydami kitiems savo „baimės“ paveikslėlį, klausinėja, ar kiti to bijo, ar ne. Jei kuris vaikas pasako, jog bijo, paprašo lape greta „baimės“ paveikslėlio parašyti savo vardą. Pačiam taip pat galima pasirašyti prie kitų vaikų rodomų „baimės“ paveikslėlių. Parašų rinkimas vyksta tol, kol kiekvienas vaikas apžiūri visus „baimių“ paveikslėlius.

Visi vėl susirenka į ratą ir kiekvienas iš eilės apibūdina savo „baimės“ paveikslėlį: pasako „baimės“ pavadinimą, suskaičiuoja ir garsiai praneša, kiek vaikų to bijo. Išrenkami paveikslėliai, prie kurių pasirašė daugiausia ir prie kurių mažiausia vaikų, pasisako tie, kurie niekur nepasirašė.

Kalbamasi, kad visi dažniausiai ko nors bijome, kad galima susirasti to paties bijančių draugų, kad vienos baimės greitai atsiranda ir išnyksta, o kitos gali tęstis ilgai, kad apie savo baimes galime kalbėtis su kitais.

3 pratimas.

„Šviesoforas – sustok, pagalvok, daryk“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad kiekvienas žmogus kartais išgyvena stiprius, sunkius jausmus, gebėti juos atpažinti ir įvardyti;
- kritiniu atveju elgtis sau ir kitiems priimtinais būdais.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: didokų paveikslų serija „Tomo ir Dariaus žaidimas“, šviesoforo spalvų skrituliai kiekvienam vaikui, konfliktiško vaikų elgesio situacijos iš įvairių kūrinių.

Eiga

Vaikai deda arba iškelia ženklus „sustok“, „pagalvok“, „daryk“ ties tuo paveikslu arba ta skaitomos ištraukos vieta, kuri vaizduoja konfliktišką ar taikų elgesį.

„Tomo ir Dariaus žaidimo“ paveikslėliai eilės tvarka pakabinami ant sienos arba išdėliojami ant kilimo. Vai-

kų paprašoma apžiūrėti paveikslų seriją ir pagalvoti, kas ir kodėl čia vyksta. Kiekvienas pasiima po 3 skirtingų spalvų skritulius ir išklauso paaiškinimą, kad raudonasis skritulys reiškia „sustok“, geltonasis – „pagalvok“, žalasis – „daryk“ panašiai kaip šviesofore.

Pasiūloma paveikslų serijoje surasti vietą, kai norint išvengti konflikto reikia sustoti ir pagalvoti, kaip elgtis, ir toje vietoje padėti raudoną skritulį. Kai visi vaikai apsisprendžia ir padeda skritulius, apžiūrima, prie kurių paveikslų yra skritulių, prie kurių jų daugiausia. Tuomet pedagogas pakelia geltoną skritulį ir pasiūlo vaikams pagalvoti, kaip kitaip buvo galima elgtis raudonais skrituliais pažymėtose vietose. Vaikai, sugalvoję tinkamą išeitį, pakelia žalią skritulį ir garsiai pasako sprendimą.

Paskui vaikams skaitomos konfliktiško elgesio situacijų ištraukos iš kūrinių iš anksto susitarus, kad vaikai kels ženklus „sustok“, „pagalvok“, „daryk“ tada, kai kūrinių veikėjai elgiasi netinkamai arba suranda geras išeitis. Panašiai vaikai gali ženklinti knygų iliustracijas, grupėje surastus įvairius paveikslėlius.

Diskutuojama, kaip svarbu nepasiduoti pirmam norui aprėkti, suduoti, pastumti ir kaip svarbu sustoti bei

šiek tiek pagalvoti, kaip reikėtų toliau elgtis. Susitaria ma, kad šviesoforo spalvas vaikai naudos kasdien žaisdami ir užsiimdami kokia nors veikla, kai būtų nau dinga sustoti ir pagalvoti.

Paveikslėlių serija „Tomo ir Dariaus žaidimas“:

1 pav. Tomas stato statinį, o Darius žiūri.

2 pav. Greta sėdintis Darius stato kitą statinį ir ima kaladėlę, gulinčią prie Tomo.

3 pav. Tomas atima kaladėlę iš Dariaus.

4 pav. Darius atsiima kaladėlę iš Tomo.

5 pav. Tomas sugriauna Dariaus statinį.

6 pav. Darius sugriauna Tomo statinį.

7 pav. Tomas supykęs suduoda Dariui.

8 pav. Darius verkia, o Tomas jį erzina.

9 pav. Darius suduoda Tomui kaladėlę.

10 pav. Abu berniukai susikibę voliojasi ant žemės.

11 pav. Pedagogas išskiria besimušančius berniukus ir laiko abu už rankų; vaikų išvaizda apgailėtina.



POREIKIAI, TEISĖS IR ATSAKOMYBĖ



SAVĖS PAŽINIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suvokti savo poreikius, išsiaiškinti, kurie jų svarbūs gyvybei ir sveikam augimui, o kurie yra tik malonūs įgeidžiai.
2. Suvokti savo teises ir gebėti atpažinti situacijas, kai jos pažeidžiamos.
3. Pratintis prisiimti atsakomybę už savo paties kasdienį elgesį.

Pratimai

1. Man reikia.
2. Mano teisės.

1 pratimas. „Man reikia“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti savo poreikius, išsiaiškinti, kurie jų svarbūs gyvybei ir sveikam augimui, o kurie yra tik malonūs įgeidžiai.

Trukmė: 15–20 min.

Pasirengimas: pasiūlyti vaikams namuose susirasti ir į grupę atsinešti senų laikraščių ir žurnalų su spalvotais paveikslėliais, kuriuos būtų galima karpyti („Tavo vaikas“, „Namas“, „Penki“ ir kt.).

Priemonės: popieriaus lapai kiekvienam vaikui, žirklės, klėjai, užrašo „Man reikia“ pavyzdys, flomasteriai.

Eiga

Vaikai iškerpa ir klijuoja savo poreikius žyminčius paveikslėlius išskirdami, kurie iš jų svarbesni norint sveikai augti.

Susėdus ratu kalbama su vaikais apie įvairius poreikius: miegoti, ką nors valgyti, turėti žaislų, draugų, sulaukti atsakymų į pateiktus klausimus ir kt. Pasiūloma vaikams padaryti poreikių lapą „Man reikia“. Pasiėmę po popieriaus lapą vaikai jo centre nuo pavyzdžio nukopijuoja užrašą „Man reikia“. Laisvai pasirinkę vietą grupėje ieško tinkamų paveikslėlių atsineštuose laikraščiuose ir žurnaluose, juos iškerpa ir klijuoja ant lapo. Jei moka, nukopijuoja užrašus, piešinėlių pavadinimus. Kai dauguma vaikų jau yra priklijavę pilną lapą, susirenkama į ratą ir kalbama. Kviečiami norintieji visiems parodyti paveikslėlius ir paaiškinti, ko jiems reikia. Klausama, kuriuose paveikslėliuose vaizduojama tai, be ko vaikas negali gyventi ir augti sveikas, o kuriuose tai, be ko galima apsieiti, kas teikia malonu-

mą, tenkina įgeidžius. Nenorintiems kalbėti vaikams pasiūloma parodyti kitiems „poreikių lapą“.

Diskutuojama, kiek daug ir įvairių poreikių kiekvienas turime.

2 pratimas. „Mano teisės“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti savo teises ir gebėti atpažinti situacijas, kai jos pažeidžiamos.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: knygutės „Mano teisės“ lapų kopijos, flomasteris.

Eiga

Vaikai sužino apie savo teises ir prisimena atvejų, kai jos buvo pažeistos.

Susėdus ant kilimo vaikams raiškiai perskaitomos jų teisės. Pasirenkama viena, pavyzdžiui, „Aš turiu teisę sakyti tai, ką galvoju“ ir vaikų klausama: „Ką šita teisė leidžia vaikams daryti?“ „Ką pripažindami šią teisę

turi daryti suaugusieji?“ Visas vaikų mintis pedagogas užrašo aptariamoms teisėms lape. Paskui vaikų prašoma prisiminti, kur, kada ir kas mėgino pažeisti ar pažeidė šią jų teisę: gal nutildė, neleido pasakyti iki galo, nepaklausė nuomonės, nesiklausė ir kt. Vaikų mintis pedagogas užrašo aptariamoms teisėms lape. Pasikalbėjus apie visas ar daugelį teisių, lapai kabinami ant sienos ir, jei vaikai dar ką nors prisimena, užrašoma papildomai.

Kalbamasi apie tai, kad niekas neturėtų pažeisti vaiko teisių, o vaikas gali kreiptis į auklėtoją ar tėvus, jei kas nors mėgina teises pažeisti. Vaikams pasiūloma pasikviesti savo tėvelius paskaityti vaikų minčių apie jų teises ir teisių pažeidimus.

„Mano teisės“

1. Visi vaikai svarbūs, ir aš esu svarbus.
3. Aš turiu teisę sakyti tai, ką galvoju.
4. Aš turiu teisę daug dalykų sužinoti darželyje ir namie.
5. Ir tu, ir aš, ir visi vaikai turi teisę gyventi be baimės.
6. Jei aš sergu, man turi būti suteikta pagalba.
7. Aš turiu teisę gerai gyventi.

8. Niekam nevalia manęs mušti ar iš manęs šaipytis.
9. Visi vaikai turi teisę į savo vardą.
10. Aš turiu teisę žaisti.
11. Aš turiu teisę gyventi su savo mamyte ir tėveliu.

BENDRAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Ginti savo bei kitų teisę į vardą, pastebėti ir aptarti šios teisės pažeidimus.
2. Suprasti, kad visi vaikai yra svarbūs ir turi lygias teises.
3. Naudotis savo teise klausinėti ir sulaukti atsakymų.
4. Suvokti kitų vaikų (įvairaus amžiaus, kitakalbių, neįgalių) ir suaugusiųjų poreikius ir teises.

Pratimai

1. Mano vardas – tai aš.
2. Klausiu ir gaunu atsakymą.
3. Skirtingi vaikai – lygios teisės.
4. Sutinku ir nesutinku.

1 pratimas. „Mano vardas – tai aš“

Ugdomi gebėjimai:

- ginti savo bei kitų teisę į vardą, pastebėti ir aptarti šios teisės pažeidimus.

Trukmė: 15–20 min.

Pasirengimas: paruošti visos grupės „Teisės į vardą pažeidimų lentelę“: pagal pateiktą pavyzdį nubraižyti lentelę, paprašyti vaikų padaryti savo vardo korteles ir jas vieną po kitos įklijuoti skiltyje „Vardas“.

Pasiūlyti vaikams atkreipti dėmesį į vardų vartojimą (jų išskrypimą, pavyzdžiui, „Jolka“ vietoj „Jolanta“, etikečių klįjavimą, pavyzdžiui, „žioplys“, prasivardžiovimus, pavyzdžiui, „Justas – kopūstas“ ir kt.). Visą savaitę girdint kreipinį ne vardu arba išskraipytu vardu, užtušuoti vieną lentelės skilties „Pažeidimai“ langelių, vaikai gali paprašyti pedagogo, kad į langelių užrašytą pravardę ar etiketę.

Priemonės: „Teisės į vardą pažeidimų lentelė“, spalvoti pieštukai, flomasteriai, popieriaus juostelės vardo kortelėms.

Vardas	Pažeidimai		
Jolanta	Jolka		
Tomas			

Eiga

Vaikai pastebi teisės į vardą pažeidimus, juos pažymi lentelėje ir aptaria, pratindamiesi gerbti savo ir kitų vardą.

Susėdus ratu kartu aptariama „Teisės į vardą pažeidimų lentelė“: apžiūrima, ar daug lentelėje užtušuotų

langelių, bandoma suskaičiuoti, kiek jų, ar prie visų vardų yra užtušuotų langelių, prie kurių vardų jų daugiausia ir mažiausia. Pedagogas perskaito, kokios pravardės ar etiketės buvo sakomos vietoj vardų. Paprašo vaikų, kurie nori, papasakoti, kaip jie jautėsi vadinami ne vardu, pravardžiuojami, apšaukiami. Prisimenami atvejai, kai jie patys išskraipė kitų vardus, pravardžiuojo, kaip jie jautėsi ir kodėl šitaip darė.

Kalbamasi apie tai, jog vardas žmogui labai svarbus, kad kreipdamiesi į jį vardu rodome pagarbą, o išskraipydami vardą galime žmogų įžeisti, pažeminti. Drauge sukuriame vardo teisės grupėje gynybos taisyklės.

Taisyklės galėtų būti tokios:

1. Vienas į kitą kreipiamės vardu.
2. Pripažįstame tik maloninius šaukinius vardu.
3. Atsisakome pravardžių ir įžeidžiančių trumpinių.

Vaikai gali sugalvoti panašių ar visai kitokių taisyklių, gali prikurti jų daugiau. Vaikams pasiūloma apgalvoti, kaip jie šių taisyklių laikysis kasdieniame grupės gyvenime.

2 pratimas.

„Klausiu ir gaunu atsakymą“

Ugdomi gebėjimai:

- naudotis savo teise klausinėti ir sulaukti atsakymų.

Trukmė: 15–20 min.

Pasirengimas: pasiūlyti vaikams sugalvoti kuo įvairresnių klausimų apie pasaulį, gamtą, šeimą, draugus, pedagogą ir visa kita, kas tik juos domina. Patteikti klausimus pedagogui, kad šis juos užrašytų į „Klausimų ir atsakymų knygą“.

Priemonės: tuščia „Klausimų ir atsakymų knyga“, knygos („Ko klausia vaikai?“, „Ką atsakyti?“ ir kt.), vaikų enciklopedijos, paveikslėliai, flomasteriai.

Eiga

Vaikai išgirsta, atranda tyrinėdami, suranda knygoje atsakymus į savo klausimus, suvokdami teisę daug sužinoti ir teisę į privatų asmeninį gyvenimą.

Vaikams susėdus ratu pedagogas varto „Klausimų ir atsakymų knygą“, dar kartą iš eilės perskaito visus klausimus ir pasiūlo vaikams paklausti to, ką dar jie norėtų sužinoti.

Į vienus vaikų klausimus pedagogas atsako tiesiai, juos informuodamas, paaiškindamas, papasakodamas. Atsakymų į kitus klausimus ieškoma knygoje, vaikams paskaitoma arba pasiūloma pažiūrėti paveikslėlius. Į kai kuriuos klausimus atsakymo ieškoma atliekant nesudėtingus eksperimentus, pavyzdžiui, kas būtų, jei į rbatos stiklinę įdėtum 15 šaukštelių cukraus. Keli klausimai peradresuojami vaikams, kad jie patys samprotaudami rastų atsakymą. Vienas kitas klausimas užrašomas popieriaus lapuose, kad vaikai parsineštų namo ir paklaustų senelių ar tėvelių. Kalbamasi, svarstoma apie tai, kad augdamas vaikas turi teisę labai daug sužinoti, todėl suaugusieji privalo atsakyti į jo klausimus.

Ieškant atsakymų atkreipiamas dėmesys į klausimus apie asmeninį vaikų ar suaugusiųjų gyvenimą. Į tokius klausimus viešai neatsakinėjama, juos reikia sudėti į „Asmeninių paslapčių dėžutę“. Diskutuojama su vaikais, kad apie asmeninius dalykus gali kalbėtis tik labai geri draugai, jei jie to nori.

3 pratimas.

„Skirtingi vaikai – lygios teisės“

Ugdomi gebėjimai:

- suprasti, kad visi vaikai yra svarbūs ir turi lygias teises;
- suvokti kitų (įvairaus amžiaus, kitakalbių, neigalių) vaikų ir suaugusiųjų poreikius ir teises.

Trukmė: 15–20 min.

Pasirengimas: nusipiešti autoportretą ir keletą kiemo, namo draugų ar giminaičių portretų. Paprašyti tėvelių, kad po portretais užrašytų, ką vaikai mėgsta, kuo domisi.

Priemonės: ilga popieriaus juosta, skirta tvirtinti prie sienos, popieriaus lapai autoportretams piešti, spalvoti pieštukai, flomasteriai, žirkklės, klijai, seni laikraščiai, žurnalai su nuotraukomis, paveikslėliais, piešiniais, vaizduojančiais vaikus.

Eiga

Vaikai klijuoja savo draugų ir vaikų iš laikraščių ir žurnalų atvaizdus ilgoje popieriaus juostoje ant sienos suvokdami, jog pasaulyje gyvena daug panašių ir skirtingų vaikų, turinčių lygias teises.

Susėdę ratu vienas kitam rodo savo autoportretus, kiemo draugų ar giminaičių atvaizdus, pasakoja, kaip jie atrodo, ką mėgsta, kuo domisi.

Vaikams pasiūloma sudaryti juostą „Pasaulio vaikai“, priklijuojant joje atsineštus autoportretus, draugų piešinius, iš žurnalų ir laikraščių iškirptas įvairaus amžiaus vaikų nuotraukas ar paveikslėlius. Juostą pagražinti: greta vaikų užrašyti tikrus ar sugalvotus vardus, malonius žodžius, simbolinius ženklus, vaikus papuošti ir kt.

Diskutuojama, kad visi pasaulio vaikai turi tas pačias teises, nors yra labai skirtingi. Dar kartą prisimename, garsiai pasakoma ir aptariama 10 vaikų teisių. Virš juostos ir po juosta priklijuojamos nuo pavyzdžių nukopijuotos arba pedagogo iš anksto paruoštos vaikų teisės (žr. „Vaikų teisės“).

4 pratimas. „Sutinku ir nesutinku“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti kitų vaikų (įvairaus amžiaus, kitakalbių, neigalių) ir suaugusiųjų poreikius ir teises.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: neigalių vaikų nuotraukos (vežimėlyje sėdintis paralyžiuotas, protinę negalę turintis, specifinės išvaizdos ir emocijų sutrikimų turintis agresyvus vaikas) ir galimybių žaisti, veikti aprašymai, po 3 raudonus ir žalius lipdukus kiekvienam vaikui, 3 dideli popieriaus lapai.

Eiga

Vaikai susipažįsta su neigalių bendraamžių nuotraukomis ir gebėjimais judėti, veikti ir sutinka ar nesutinka su jais žaisti.

Susėdus ant kilimo kalbamas apie vaikus, kurių poreikiai iš esmės skiriasi nuo įprastai augančių vaikų. Parodoma vaikams vežimėlyje sėdinčio paralyžiuoto vaiko nuotrauka, pasakomas jo vardas, paaiškinama,

ka ką jis geba, o ko daryti negali: negali vaikščioti, pats pasiimti žaislų, nevikrūs jo rankų judesiai. Tačiau gali kalbėti, bendrauti su draugais, spręsti galvosūkius ir kt. Vežimėlyje sėdinčio vaiko nuotrauka pritvirtinama pirmajame popieriaus lape. Vaikams pasiūloma pagalvoti ir kiekvienam nuspręsti, ar jis sutiktų žaisti su šiuo neigaliu vaiku. Jei sutiktų – ant popieriaus klijuojamas žalias lipdukas, jei nesutiktų – raudonas. Visiems vaikams apsisprendus ir lipduku pažymėjus savo pasirinkimą analogiškai aptariamos protinę negalę turinčio vaiko, o vėliau – agresyvaus vaiko nuotraukos.

Įvertinus tai, kad atsirado vaikų, kurie nesutiktų žaisti su negalę turinčiais bendraamžiais, diskutuojama, kad neigalūs vaikai yra tokie pat kaip ir kiti vaikai, kad jie taip pat jaučia, nori žaisti ir bendrauti, kad jie dažnai yra jautresni, geresni, kantresni nei sveiki vaikai, kad jų savitumas negąsdina žinant, kodėl taip yra ir kaip elgtis, ir kad jie turi tokias pat teises, kaip kiti vaikai.

Sugalvojama palinkėjimų ir kaip galima padėti neigaliems vaikams. Vaikų mintis pedagogas užrašo popieriaus lape prie nuotraukų ir lipdukų.

BENDRADARBIAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Pripažinti savo ir kitų pasirinkimo teisę, gebėti pasirinkti, apsispręsti.
2. Siekti lygių galimybių.
3. Ieškoti išeičių, kai nesutampa poreikiai ir interesai žaidžiant.
4. Naudotis savo teise žaisti, dalyvauti ir turėti savo nuomonę.
5. Suprasti vaikų ir tėvų teises.

Pratimai

1. Aš noriu būti išgirstas.
2. Ieškome išeities.
3. Mano teisės ir tėvų teisės.

1 pratimas. „Aš noriu būti išgirstas“

Ugdomi gebėjimai:

- siekti lygių galimybių;
- naudotis savo teise žaisti, dalyvauti ir turėti savo nuomonę.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: popieriaus lapas ir pedagogo rašiklis, dideli dviejų spalvų popieriniai skrituliai (kiek vaikų, tiek skritulių).

Eiga

Vaikai siūlo sakinius kuriamai pasakai, išgyvendami skirtingus jausmus, kai jų nuomonę pedagogas išgirsta ir kai jos neišgirsta.

Popierinius skritulius išdėlioti taip, kad vaikams ant jų susėdus susidarytų du ratai – vidinis ir išorinis. Vaikams pasiūloma pasaką sukurti kartu, vienam po kito sakant sakinius pasakos tekstui. Iš anksto vaikams nepasakoma, kad vidiniame rate sėdinčiųjų sakiniai „nebus išgirsti“. Kai vaikai sako sakinius, pedagogas užrašo tik išoriniame rate sėdinčiųjų vaikų mintis, raiškiai jas pakartodamas, pasakydamas autorių (prie kiekvieno užrašyto sakinio užrašomas jį pasakiusio vaiko vardas). Kurį laiką nekreipiamas dėmesys į vidiniame rate sėdinčių vaikų reiškiamą protestą.

Kai protestai pasidaro labai garsūs ir trukdo kurti pasaką, ši veikla sustabdoma ir vaikams paaiškinama, kas čia vyko – pedagogas tyčia girdėjo vienus ir negirdėjo kitų vaikų. Vidiniame rate sėdintys vaikai dalijasi savo mintimis apie tai, kaip jie jautėsi, kokiais būdais siekė su išorinio rato vaikais lygių galimybių. Sėdinčiųjų išoriniame rate klausama, kaip jie jautėsi susi-

laukę pedagogo dėmesio, ar pastebėjo, kad kitų vaikų lygios galimybės siūlyti sakinius buvo pažeistos.

Diskutuojama, kad veikiant kartu kiekvienas turi teisę dalyvauti, išreikšti nuomonę, teikti pasiūlymų. Svarbu pastebėti, kada pažeidžiamos tavo ar kito teisės ir apie tai pasakyti.

Pabandoma sukurti dar vieną pasaką, kai vaikai iš eilės sukuria po sakinį. Sukurtos pasakos su kiekvieno sakinio pažymėtu autoriumi kabinamos tėvų lentoje.

2 pratimas. „Ieškome išeičių“

Ugdomi gebėjimai:

- ieškoti išeičių, kai nesutampa poreikiai ir interesai žaidžiant;
- naudotis savo teise žaisti, dalyvauti ir turėti savo nuomonę.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: sportinis inventorių judriesiems žaidimams.

Eiga

Jei daug vaikų pareiškia norą būti žaidimo vedėju, ieškoma būdų, kaip atrinkti vieną.

Susirinkus į salę pasiūloma vaikams pažaisti judriuosius žaidimus, kuriems reikia vedėjo, pavyzdžiui, „Vilkas ir ožiukai“, „Lapė ir žąsys“, „Medžiotojas ir kiškiai“ ir kt. Pasirinkus vieną žaidimą vaikų klausiama, kuris norėtų būti vedėju (vilku, lape, medžiotoju). Jei norinčiųjų atsiranda keletas, paprašoma vaikų užsimerkti, pagalvoti ir pasiūlyti būdą, kaip išrinkti vieną. Vaikų pasiūlymai gali būti įvairūs: išsiskaičiuoti, mesti sviedinį – kuris pagaus, kuris sustings įdomiausia poza, kieno vardas ilgiausias, trumpiausias ir kt. Pasinaudojama pirmuoju pasiūlymu, išrenkamas vedėjas ir žaidžiamas žaidimas. Žaidimą kartojant vaikų prašoma vėl sugalvoti būdą vedėjui išrinkti. Žaidžiama tol, kol pakanka idėjų. Jei idėjų pristinga labai greitai, vieną kitą išeitį pasiūlo pedagogas.

Ramiai susėdus ratu prisimenami visi būdai, kurie padėjo taikiai rasti išeitį renkant žaidimo vedėją. Susitariama, jog panašiai galima elgtis ir kitose žaidimo ar gyvenimo situacijose.

3 pratimas.

„Mano teisės ir tėvų teisės“

Ugdomi gebėjimai:

- nusimanyti apie vaikų ir suaugusiųjų teises.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 4 komplektai paveikslėlių su pavaizduotomis ir užrašytomis vaiko bei suaugusiojo teisėmis, simboliniai ženklukai: „vaikas turi teisę“, „vaikas neturi teisės“, „tėvai turi teisę“, „tėvai neturi teisės“.

Paveikslėliai, kuriuose pavaizduoti ir užrašyti šie teiginiai:

Turi teisę žaisti.

Turi teisę gyventi su savo mamyte ir tėveliu.

Neturi teisės skriausti kitų vaikų.

Neturi teisės be leidimo išeiti iš namų.

Neturi teisės trukdyti žaisti.

Neturi teisės mušti savo vaikų.

Turi teisę pavalgydinti ir paguldyti miegoti.
Turi teisę neduoti vaikams degtukų.

Simboliniai ženklukai (tik piešinėliai):

Vaikas turi teisę.
Vaikas neturi teisės.
Tėvai turi teisę.
Tėvai neturi teisės.

Eiga

Vaikai prie paveikslėlių su užrašais apie teises prideda vaiko arba suaugusiojo simbolinį piešinėlį, šitaip išreiškdami savo nuomonę, kokias teises turi, o kokių neturi vaikai ir tėvai.

Vaikams pasiūloma susiskirstyti į 4 grupes ir pažaisti žaidimą „Vaikų teisės ir tėvų teisės“. Iš rato centre padėtų juostelių krūvos jie pasiima po vieną popierinę juostelę ir susiburia į grupes pagal juostelių ilgį. Kiekvienai grupei pasiūloma pasiimti po komplektą paveikslėlių ir simbolinių ženkliukų. Paaiškinama užduotis – iš eilės po vieną reikia apžiūrėti kiekvieną paveikslėlį, pasitarus nuspręsti, ar vaikų, ar tėvų teisės jame vaizduojamos, ir prie paveikslėlio padėti vieną iš sim-

bolinių ženkliukų, atitinkančių paveikslėlio turinį. Pavyzdžiui, prie paveikslėlio, kuriame vaizduojamas žaidžiantis vaikas, padėti simbolinį ženkliuką „vaikas turi teisę“, o prie paveikslėlio, kuriame vienas vaikas muša kitą vaiką, padėti simbolinį ženkliuką „vaikas neturi teisės“. Savo grupelėje darbą užbaigusiems vaikams pasiūloma apeiti ir apžiūrėti, kaip užduotį atliko kitų grupelių vaikai.

Susėdus ratu diskutuojama, kokias teises turi vaikai ir tėvai, o kokių ir kodėl neturi. Prisimenamos situacijos, kai tėvai palaikė arba pažeidė vaikų teises, vaikai palaikė arba pažeidė tėvų teises.

SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Naudotis savo teise klysti priimant sprendimus.
2. Atpažinti situacijas, kai turi teisę ieškoti paramos ir pagalbos.
3. Kreiptis pagalbos, kai pažeidžiamos vaikų teisės.

Pratimai

1. Nebijau suklysti.
2. Kas man gali padėti.
3. Saugau save ir kitus.

1 pratimas. „Nebijau suklysti“

Ugdomi gebėjimai:

- naudotis savo teise klysti priimant sprendimus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 2 dideli popieriaus lapai su užrašais „Mažos klaidos“, „Didelės klaidos“, popieriaus lipdukai, flomasteriai, įvairių spalvų ir formų kortelės su jausmų pavadinimais („Baimė“, „Kaltė“, „Nerimas“ ir kt.).

Eiga

Vaikai prisimena ir pasakoja apie padarytas klaidas, skirsto jas į mažas ir dideles, aiškinasi kilsius jausmus ir teises.

Pakabinami plakatai „Mažos klaidos“ ir „Didelės klaidos“, vaikams perskaitomi užrašai ir apie juos kalbama. Vaikams pasiūloma prisiminti, kokias ir kada yra padarę klaidas. Norintieji apie klaidas papasakoja visiems. Pasakojančiam pateikiama klausimų:

Kaip tu sužinojai, kad suklydai?

Kaip kiti priėmė tavo klaidą?

Kaip tu jauteisi suklydęs?

Ar bandei ištaisyti klaidą?

Ką darei, kad ištaisytum klaidą?

Vaikui baigus pasakoti, pedagogas ant lipduko užrašo, kokia klaida buvo padaryta, ir ratu sėdinčių vaikų paprašo nuspręsti, ar tai buvo didelė, ar maža klaida. Vaikams priėmus vieningą sprendimą lipdukas prikljuojamas prie vieno ar kito plakato. Šalia prikljuojamos jausmų, kuriuos pasakotojas išgyveno suklydęs, kortelės. Prisiminimus vaikai pasakoja tol, kol yra norinčiųjų.

Vaikams baigus pasakoti pedagogas dar kartą perskaito iš pradžių visas mažas klaidas bei jų sukeltus jausmus, paskui – dideles klaidas ir jų sukeltus jausmus. Diskutuojama apie tai, kad visi klystame. Vienos klaidos yra kasdienės ir neturi didesnių blogų pasekmių, nesukelia neigiamų jausmų, kitos klaidos didelės ir gali būti pavojingos sveikatai, gali sukelti sunkius išgyvenimus. Visi turime teisę klysti, todėl nereikia bijoti ar labai nerimauti suklydus. Svarbu, jei įmanoma, ieškoti tinkamų būdų klaidai ištaisyti ir stengtis padaryti mažiau didelių klaidų.

2 pratimas. „Kas man gali padėti“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti situacijas, kai turi teisę ieškoti paramos ir pagalbos;
- kreiptis pagalbos, kai pažeidžiamos vaikų teisės.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: pavojingų ir vaiko teisių pažeidimo situacijų paveikslėliai, telefonas, suaugusio žmogaus

siluetas ir įvairi atributika (policininko kepurė, gydytojo chalatas, gaisrininko šalmas, skarelė ir kt.), po 3 vienodus žaislus, kad iš viso jų būtų tiek, kiek vaikų.

Pavojingų ir vaiko teisių pažeidimo situacijų paveikslėliai:

1. Vienas vaikas susižeidė koją ir negali paeiti, o kitas stovi šalia.
2. Vaikas vienas namuose, o kažkas veržiasi pro duris.
3. Ant dujinės viryklės dega keptuvė.
4. Keli vaikai šaiposi ir išjuokia vieną vaiką.
5. Didesni vaikai užėmė kiemą ir neleidžia žaisti mažiesiems.

Eiga

Vaikai aptaria paveikslėliuose vaizduojamas situacijas, sugalvoja, į ką ir kaip reikia kreiptis pagalbos, ir tai suvaidina.

Į ratą susirinkusiems vaikams pasiūloma pasiimti po vieną žaislą iš ant kilimo padėtų žaislų krūvos. Tris vienodus žaislus turintys vaikai susiburia į grupes, iš eilės eina prie stalo ir pasirenka vieną iš ten gulinčių paveikslėlių.

Susėdama ant kilimo po tris. Vaikai išklauso pedagogo, ką reikės atlikti: išžiūrėti į paveikslėlį, atpažinti pavojų ar vaiko teisių pažeidimo atvejį, trise aptarti, ką reikėtų daryti, į ką kreiptis pagalbos, ką ir kaip kalbėti; apžiūrėjus vaidybai parengtas priemones pasitarti, kaip suvaidinti pagalbos ieškojimo situaciją.

Kai grupelės pasiruošia, viena po kitos eina į vaidybai parengtą vietą ir vaidina situacijas, į kurias patekus reikia kreiptis pagalbos. Vaidinant stengiamasi naudotis telefonu, suaugusiojo siluetu ir atributika, bandoma kuo tiksliau pasakyti, kas ir kur atsitiko, ko baiminamasi, paklausti, kaip elgtis, kol atvyks pagalba.

Visi drauge aptaria, kaip svarbu atsitikus bėdai greitai orientuotis ir teisingai pasielgti, kada pats gali sau padėti, o kada būtina kviestis į pagalbą suaugusijį.

3 pratimas. „Saugau save ir kitus“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti situacijas, kai turi teisę ieškoti paramos ir pagalbos;
- priiimti atsakomybę už savo ir kitų saugumą.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: įvairių formų (skritulio, trikampio, kvadrato) dideli lapai, flomasteriai, dažai, vaškinės kreidelės ir kt.

Pasirengimas: padedami tėvų bei pedagogo vaikai susipažįsta su įvairiausiais išpėjamaisiais ir draudžiamaisiais ženklais, išsiaiškina jų prasmę ir patys jų pasigamina.

Eiga

Darželio teritorijoje vaikai suranda pavojingas vietas ir pažymi jas išpėjamaisiais, draudžiamaisiais ženklais, geriau suvokdami suaugusiųjų draudimų svarbą saugumui.

Išėjus į lauką vaikams pasiūloma sustoti poromis ir dviuose tyrinėti visą darželio teritoriją, rasti vietas, kurios kelia pavojų vaikų saugumui: slidų šaligatvį, apleđėjusias laiptines, aštrias gyvatvorių šakas, sulūžusį inventorių, stiklo šukes, maisto liekanas ir kt. Surastas vietas pažymėti pačių pasidarytais išpėjamaisiais ir draudžiamaisiais ženklais, šitaip bandant apsaugoti sa-

ve ir kitus nuo pavojų. Kai vietos pažymimos, visi susirenka draugėn, kartu apeina ir apžiūri visas pažymėtas vietas. Kalbamasi, kodėl šios vietos pavojingos, kas galėtų čia atsitikti, kaip vaikai gali nukentėti ir ką būtų galima padaryti, kad ši vieta taptų saugi.

Diskutuojama apie tai, kad draudimai gali padėti apsaugoti kitus nuo pavojų, aiškiau suprantama, kodėl svarbu paisyti tėvų ir kitų suaugusiųjų draudimų – jie bando apsaugoti vaikus nuo pavojų.

GYVENIMO SUNKUMŲ ĮVEIKIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Atsikratyti „sunkių“ minčių ir slogios nuotaikos.
2. Susivaldyti ir nepakenkti sau bei kitiems patekus į keblią ar konfliktingą situaciją.
3. Atpažinti situacijas, kai pažeidžiamos vaiko teisės gyventi be baimės ir prievartos.
4. Ieškoti išeičių iš tokių situacijų, kai vaikas yra skriaudžiamas.

Pratimai

1. „Nuodingos mintys“.
2. Vėžliuko šarvai.
3. Sunkumų įveikimas.

1 pratimas. „Nuodingos mintys“

Ugdomi gebėjimai:

- atsikratyti „sunkių“ minčių ir slogios nuotaikos.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: didelis popieriaus lapas, padalytas į dvi dalis, flomasteriai.

Eiga

Vaikai mokosi išsakyti sunkias mintis ir keisti požiūrį į situaciją, kad sumažėtų nerimas, pyktis, noras kerštauti.

Vaikams pasiūloma susėsti ratu ir pasikalbėti apie „nuodingas mintis“, bloginančias savijautą, trukdančias nuoširdžiai bendrauti su kitais, pamiršti nuoskaudas ir atleisti. Pedagogas pasako vieną ar dvi mintis, kurios jį vargina ir kankina, pavyzdžiui, „Man atrodo, kad mano sūnus tyčia mane erzina – sėdi prie televizoriaus ir neina miegoti“, „Aš manau, kad sesutė tyčia sugriovė broliuko pastatytą pilį, nes jos pilis nebuvo tokia graži“. Savo mintis užrašo popieriaus lape „sunkių minčių“ dalyje. Vaikai paskatinami išsakyti visas juos kankinančias mintis ir jas užrašyti, pavyzdžiui, „Povilas pikčiurna ir visada mane skriaudžia“, „Aš pykstu ant Jono, nes jis mane pastūmė ir aš pargriuvau“, „Aš sulaužysiu Astos lėlę, nes ji neleido man su ja pažaisti“. Visiems norintiems išsikalbėjus pedagogas pasako, jog yra būdų, padedančių atsikratyti tų „nuodingų minčių“.

Pasirenkama viena iš vaikų minčių, pavyzdžiui, „Aš pykstu ant Jono, nes jis mane pastūmė ir aš pargriuvau“, ir klausama: „O ar buvo atvejų, kai Jonas kuo nors padėjo, nuo ko nors apgynė, kuo nors pasidalijo?“ Visi vaikai bando prisiminti kuo daugiau tokių

Jono poelgių ir jie užrašomi lapo „šviesių minčių“ dalyje. Daroma išvada, kad Jonas tik šį kartą pasielgė netinkamai, o daug kartų elgėsi draugiškai, bičiuliškai; kad visi mes kartais pasielgiame netinkamai, dažnai ir patys to nenorėdami. Su vaikais kalbamas apie tai, ar pasikeitė jų požiūris į įvykį (pastūmimą) ir su įvykiu susiję jausmai.

Pasirenkama kita „sunki mintis“, pavyzdžiui, „sesutė tyčia sugriovė broliuko pilį“, ir vaikų klausama: „Kaip jautėsi sesutė ir koks jausmas paskatino ją šitaip pasielgti?“; „Ar tikrai pilį sugriovė tyčia – gal užkliuvo, gal manė, kad žaidimas baigtas, gal patiko stebėti, kaip virsta kaladėlės ir kt.“; „Kuo jaunesnio brolio ar sesers elgesys skiriasi nuo vyresnio?“ Vaikų atsakymai užrašomi lapo „šviesių minčių“ dalyje. Diskutuojama ir prieinama prie išvados, kad ne kiekvienas poelgis, kuris iš pirmo žvilgsnio atrodo tyčinis, toks ir yra. Kartais netinkamai pasielgti vaiką paskatina tai, jog jis jaučiasi nelaimingas, atstumtas, vienišas ir ne toks gabus kaip kiti. Jaunesni broliai, seserys ar draugai yra ne tokie vikrūs ir sunkiau valdo jausmus, todėl vyresnieji turėtų juos suprasti ir būti atlaidesni.

Pasirenkama mintis „Aš sulaužysiu Astos lėlę, nes...“ ir vaikų klausiamo: „Kaip jausis ir ką darys Asta, jei Sigutė sulaužys jos lėlę?“, „O ką toliau darys Sigutė?“ ir t. t. „Ar pyktis baigsis ir mergaitės vėl draugaus, ar nesutarimai toliau tęsis“. Diskutuojama ir prieinama prie išvados, kad nesutarimai gali tęstis be galo, jei į netinkamą poelgį atsakysime kitu netinkamu poelgiu. Nesutarimai baigiasi, kai vienas iš vaikų nutraukia netinkamų poelgių virtinę – gražiu poelgiu atsako į netinkamą poelgį. Vaikų pasiūlymai, koku poelgiu galima sušvelninti nesutarimus, užrašomi „šviesių minčių“ dalyje.

Pedagogas vaikams dar kartą perskaito kiekvieną „sunkią mintį“ ir daug „šviesių minčių“, kuriomis galima pakeisti tą sunkią mintį.

2 pratimas. „Vėžliuko šarvai“

Ugdomi gebėjimai:

- susivaldyti ir nepakenkti sau bei kitiems, patekusiems į keblią ar konfliktingą situaciją.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: žaislas – vėžliukas, vėžliuko piešinėliai, trumpas filmukas apie vėžliuką, vėžliuko laiškas su taisyklėmis.

Vėžliuko taisyklės:

1. Sustok. Atsitrauk.

2. Pasislėpk savo „kiaute“ – užsimerk ir mintyse skaičiuok iki penkių; galvok apie gimimo dieną, gautą dovaną, linksmus žaidimus; įsivaizduok, kad skraidai danguje.

3. Pagalvok. Pagalvok apie tai, ar kitų elgesys draugiškas, ko norėjo kiti, ko nori tu, ką daryti, kad ir jiems, ir tau būtų gerai.

4. Padaryk. Pasirink geriausią sugalvotą išeitį ir sugrįžęs prie draugų pasiulk draugiškai.

Eiga

Vaikai sužino, kad vėžliukas jaučiasi saugus, kai slepiasi po savo šarvu, ir išmoksta sunkiose bendravimo situacijose taikytinų „vėžliuko taisyklių“.

Vaikai, susėdę ant kilimo, žiūri filmuką apie vėžlį, žaidžia su žaislu, apžiūri paveikslėlius ir sužino, kad iškilus pavojui vėžlys paprastai slepiasi po savo šarvu ir kurį laiką ten ramiai tūno. Vėžliuko šarvas yra tarsi saugi tvirtovė.

Pedagogas suranda vėžliuko atneštą laišką, jį atplėšia ir garsiai perskaito vaikams „Vėžliuko taisyklės“:

- *SUSTOK. ATSITRAUK.*
- *PASISLĖPK SAVO KIAUTE.*
- *PAGALVOK.*
- *PADARYK.*

Paaškina taisykles vaikams, išbando jose siūlomus patarimus, pavyzdžiui, užsimerkus suskaičiuoti iki penkių, įsivaizduoti ką nors malonaus ir kt.

Suvaldinama neseniai grupėje įvykusi konfliktinė situacija pirmiausia taip, kaip viskas iš tiesų vyko, o paskui – kai vienas konflikto dalyvis taiko „Vėžliuko taisyklės“. Aptariama, kuo buvo naudingos taisyklės, ar sumažėjo nesutarimų. Susitariama, jog ateityje patekę į kebias bendravimo situacijas visi pradės taikyti šias taisykles.

3 pratimas. „Sunkumų įveikimas“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti situacijas, kai pažeidžiamos vaiko teisės gyventi be baimės ir prievartos;
- ieškoti išeičių iš situacijų, kai vaikas yra skriaudžiamas.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: dideli paveikslėliai, atspindintys vaiko teisės gyventi be baimės ir prievartos pažeidimus.

Paveikslėliai

1. Grupelė vaikų apstojusi muša vieną vaiką.
2. Paauglys bando pakelti mergaitę sijonėlį.
3. Grupelė vaikų su pedagogu žaidžia, o vienas nuliūdęs vaikas stovi nuošaly. Paveikslėlyje užrašyta vaikų kalba: „Tu netikęs, nemoki žaisti, eik šalin“, „Žioply, neturi žaislų, tai ir nežaisi“, „Begėdi, tu negražiai kalbi, mes su tavimi nedraugausim“.

Eiga

Vaikai, žiūrindami paveikslėlius, samprotauja apie tai, kas vyksta, ir ieško išeičių bei tinkamų sprendimų.

Vaikams pasakoma, jog šiandien bus kalbama apie keblius ir skaudžius gyvenimo įvykius. Rodydamas vieną iš paveikslėlių pedagogas vaikų klausia: „Kas čia vyksta?“, „Ką daro berniukas, mergaitė ar kiti vaikai?“, „Kaip jaučiasi tas, kurį skriaudžia?“, „Kodėl kiti jį skriaudžia?“, „Kaip jaučiasi skriaudėjai?“, „Ar yra kada nors jums panašiai nutikę?“, „Ką tuomet darėte?“, „Ką galima daryti, jeigu jūs arba jūsų draugas patenka į panašią situaciją?“

Vaikų pasiūlytas išeitis užrašo ant mažų lipdukų ir priklijuoja šalia paveikslėlio, apie kurį kalbama. Šitaip aptariami visi paveikslėliai. Diskutuojant padedama vaikams geriau suprasti, kad šiuo atveju pažeidžiamos jų teisės ir jie turi apie tai kam nors pasakyti, pasipaskoti, kreiptis pagalbos į suaugusįjį, kuriuo pasitikti.



KASDIENĒS SITUACIJOS



Vedant gyvenimo įgūdžių ugdymo „Kasdienių situacijų“ valandėles idėjų pratyboms galima rasti ikimokykliniam ugdymui skirtose metodinėse knygosė. Rekomenduotinos idėjos aprašytos toliau pagal išvardytas temas.

SAVĖS PAŽINIMAS

Tema „Kiek manyje paslapčių“
(„Vėrinėlio metai. Pavasaris“, 1999, 72 p.)

BENDRAVIMAS

Tema „Noriu suprasti kitą“
(„Vėrinėlio metai. Žiema“, 1997, 23 p.)

Tema „Aš grupėje“
(„Vėrinėlio metai. Ruduo“, 1995, 17 p.)

BENDRADARBIAVIMAS

Tema „Viskas žaidimas ir ne žaidimas“
(„Vėrinėlio metai. Pavasaris“, 1999, 117 p.)

SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS

Tema „Mokausi sugyventi, sutarti“
(„Vėrinėlio metai. Žiema“, 1997, 34 p.)

Tema „Pabūsiu sau teisėjas“
(„Vėrinėlio metai. Pavasaris“, 1999, 47 p.)

GYVENIMO SUNKUMŲ ĮVEIKIMAS

Tema „Aš saugus, kai žinau, kodėl man draudžiama“
(„Vėrinėlio metai. Žiema“, 1997, 18 p.)

Tema „Galimi pavojai“
(„Vėrinėlio metai. Ruduo“, 1995, 57 p.)

RIZIKOS SITUACIJOS



SAVĖS PAŽINIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suvokti ir atpažinti rizikingas situacijas: pavojingas vietas, nesaugų savo elgesį ir blogus kitų ketinimus.
2. Suvokti galimus rizikingo elgesio padarinius.
3. Atpažinti ir įvardyti rizikos situacijomis išgyvenamus jausmus.

Pratimai

1. Saugu ir nesaugu.
2. Rizika ir pavojai.
3. Prieštaringi jausmai.

1 pratimas. „Saugu ir nesaugu“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti ir atpažinti rizikos situacijas: pavojingas vietas, nesaugų savo elgesį ir blogus kitų ketinimus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: grožinės literatūros kūrinų ištraukos, kuriose aprašomos saugaus ir rizikingo elgesio situacijos, popieriaus lapai, segiklis, spalvoti pieštukai, flomasteriai, žalios ir raudonos spalvos skrituliai kiekvienam vaikui.

Eiga

Vaikai klausosi skaitomų ištraukų, nustato, kuriose aprašomos pavojingos vietos bei rizikingas elgesys, ir kuria rizikos žodžių knygą.

Visiems susėdus ratu paaiškinama, kad bus skaitomos ištraukos apie įvairius vaikų nuotykius, o vaikai turės nustatyti, koks elgesys kuriose vietose yra pavojingas. Pasirinktinai skaitoma viena ištrauka. Perskaičius prašoma vaikų pakelti raudoną skritulį, jeigu jie mano, jog veikėjo sveikatai ir gyvybei grėsė pavojus, arba žalią skritulį, jei mano, jog veikėjas buvo visiškai saugus.

Vaikai prisimena žodžius ar jų grupes, kurie rodo, jog elgesys nebuvo saugus, pavyzdžiui, „nepaklausė tėvų“, „susigundė užlipti“, „nesusilaikė neparagavęs“. Vaikų pasakytus žodžius pedagogas užrašo vis kitame popieriaus lape. Panašiai skaitomos ir aptariamoms visoms ištraukoms. Po to kiekvienas vaikas pasirenka vieną lapą su rizikos žodžiais ir ką nors nupiešia (pavojingus daiktus, veiksmus, pasekmes ir kt.). Vaikų piešiniai susegami į „Rizikos žodžių žodyną“.

2 pratimas. „Rizika ir pavojai“**Ugdomi gebėjimai:**

- suvokti galimus rizikingo elgesio padarinius.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: trys pavojingo elgesio situacijų paveikslai ir 8 komplektai padarinių paveikslėlių.

Dideli pavojingo elgesio situacijų paveikslai

1. Vaikas, nors namuose vienas, atidaro duris ir įsileidžia į namus nepažįstamus žmones.
2. Vaikas, atsidaręs langą, sėdi ant palangės.
3. Vaikas tyrinėja flakonus (valiklių, kosmetikos priemonių, dažų, lakų ir kt.), rankoje laiko vieną iš flakonų ir purškiasi į akis.

Mažų paveikslėlių komplektai – pavojingo elgesio pasekmės

1. Vaikas guli surištas, o paaugliai lėbauja. Vaikas jėga išsivedamas iš namų. Nepažįstamieji neša visus daiktus iš namų. Nepažįstamieji daužo ir suverčia daiktus.

2. Vaikas guli ant žemės su gumbu ant galvos.
Vaikas kabo užsikabinęs už balkono turėklų ir rėkia.
Vaikas guli ant žemės be gyvybės ženklų, o gydytojai daro dirbtinį kvėpavimą.
Vaikas persisvėręs per balkoną, o tėvas jį laiko pastvėręs už kojų.

3. Vaikas trina rankomis akis ir rėkia, nes prisipurškė į akis ir jas labai graužia.
Vaikas guli lignoninėje su tvarsčiais ant akių.
Vaikas labai išteptais drabužiais, o tėvas jį bara.
Vaikas laiko rankoje sprogstamąjį balionėlį.
Vaikas laiko rankose sudužusį stiklinį indelį, o iš rankos bėga kraujas.

Eiga

Vaikai prie paveikslų, kuriuose vaizduojamas pavojingas elgesys, prideda tokio elgesio pasekmių paveikslėlius, geriau suvokdami rizikos padarinius.

Vaikams susėdus ratu pedagogas paaiškina, jog šiaandien bus kalbama apie sveikatai ir gyvybei pavojingą elgesį ir galimus tokio elgesio padarinius. Rato centre paberiami visi 8 komplektai paveikslėlių ir vaikai pasi-

renka po 4 įdomiausius ar kuo nors jiems svarbius paveikslėlius.

Pakabinamas vienas iš trijų didelių paveikslų, pavyzdžiui, „Vaikas, atidaręs langą, sėdi ant palangės“. Vaikų klausiama, kas čia vyksta ir kodėl toks elgesys pavojingas? Šitaip aptariami visi trys paveiksai. Vaikai apžiūri pasirinktus pasekmių paveikslėlius ir nusprendžia, kokio elgesio tai pasekmė ir prie kurio paveikslo reikia jį pridėti. Kai visi vaikai apsisprendžia ir paveikslėlius pritvirtina prie didelių paveikslų, visi drauge apžiūri, kiek blogų padarinių gali turėti rizikingas elgesys, kalbasi, kaip svarbu saugotis.

3 pratimas. „Prieštaringi jausmai“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti ir įvardyti rizikingomis situacijomis išgyvenamus jausmus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: „Jausmų ir išpūdžių kortelės“ – spalvoto popieriaus juostelės.

Eiga

Vaikai vaidina pavojingo elgesio situacijas, kalbėdamiesi apie jausmus rizikingai elgiantis ir patyrus tokio elgesio padarinius.

Susėdę ratu vaikai prisimena atvejus, kai jie elgėsi taip, kaip negalima, kaip draudžia tėvai, pedagogai ar grupės taisyklės. Norintysis ateina į rato vidurį ir mimika bei įvairiais kūno judesiais pavaizduoja savo pavojingą elgesį. Pasako, kaip jis jautėsi iš pradžių (jautėsi drąsus, savarankiškas, patyrė naujų išpūdžių, didžiavosi prieš draugus ir kt.) ir kai patyrė savo elgesio padarinius (skaudėjo, barė tėvai, jautė kaltę, bijojo ir kt.). Padedant pedagogui užrašomi jausmų ir išpūdžių pavadinimai į korteles ir padedama į krūvelės: „Jausmai rizikuojant“, „Jausmai patyrus rizikos padarinius“. Dalijamasi išpūdžiais tol, kol yra norinčiųjų.

Apibendrinant vaikų patyrimą dar kartą perskaitomi krūvelės „Jausmai rizikuojant“ kortelių užrašai ir padedama vaikams suvokti, kas skatina rizikuoti. Po to perskaitomi krūvelės „Jausmai patyrus rizikos padarinius“ kortelių užrašai ir apibendrinama, kad šie jausmai dažniausiai skaudūs ir sunkūs.



BENDRAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Išvelgti rizikingą elgesį skatinančių žmonių ketinimus.
2. Pajusti saugios rizikos ir pavojingo elgesio skirtumą.
3. Susilaikyti nuo rizikingo elgesio.

Pratimai

1. Spėlionė.
2. Man saugu ir smagu.

1 pratimas. „Spėlionė“

Ugdomi gebėjimai:

- išvelgti rizikingą elgesį skatinančių žmonių ketinimus;
- susilaikyti nuo rizikingo elgesio.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: du popieriaus lapai, rašikliai.

Eiga

Vaikai spėlioja apie blogus pavojingai elgtis skatinančių žmonių ketinimus, mokydami atpažinti rizikos provokavimo būdus.

Vaikams pasakoma, kad pedagogas papasakos apie žmones, kurie skatina vaikus rizikingai elgtis. Pasakojama, ką jie tada sako, kur kviečia, ką siūlo, o vaikai spėlioja, kokie galėtų būti jų ketinimai.

Aptariamoms situacijoms

- Nepažįstamas suaugęs žmogus žada duoti vaikui saldainių, jei vaikas eis su juo.
- Parduotuvėje vaikas draugui pasiūlo įsikišti į kišenę žaisliuką ir išeiti pro duris.
- Daug vyresnis vaikas siūlo pažaisiti „mamą ir tėtį“.
- Nepažįstamas žmogus siūlosi pavėžinti automobilu.
- Nepažįstamas žmogus pasiūlo išgerti gėrimo.

Vaikai vardina ir gerus, ir blogus ketinimus: „Nepažįstamas žmogus davė saldainių, nes vaikas saugojo jo mašiną“, „Norėjo parodyti karuselę“, „Norėjo pagrobtį“. Vaikų pasakyti geri ketinimai rašomi viename popieriaus lape, blogi – kitame.

Kai visos situacijos aptartos, padaroma išvada, kad nepažįstamo žmogaus ketinimai gali būti geri, bet gali būti ir labai blogi – tuomet vaikas patektų į bėdą. Todėl būtina nerizikuoti ir tokių pasiūlymų atsisakyti.

2 pratimas. „Man saugu ir smagu“

Ugdomi gebėjimai:

- pajusti saugios rizikos ir pavojingo elgesio skirtumą;
- susilaikyti nuo rizikingo elgesio.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: sporto aikštyno įranga.

Eiga

Vaikai karstosi, nušoka, balansuoja sporto aikštyne, stebimi suaugusiųjų.

Į bendravimo valandėlę pakviečiami kelių vaikų tėveliai. Valandėlė vedama sporto aikštyne. Ratu sustojusiems vaikams paaiškinama, kad saugi rizika, tėvams stebinti ir sauganti, ugdo drąsą, suteikia smagių pojūčių. Pasiūloma vaikams tai išbandyti. Vaikai užlipa aukštai, nučiuozia, kabo, balansuoja. Pažaidę vėl kviečiami į ratą ir diskutuojama, ar tai buvo pavojingas elgesys. Vaikams pasiūloma sugalvoti daugiau dalykų, ko jiems vieniems negalima daryti, o kartu su tėveliais – galima (pavyzdžiui, įsileisti į namus nepažįstamą žmogų, įjungti elektros prietaisus, naudotis peiliu).

BENDRADARBIAVIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Pasirinkti saugius žaislus ir saugias žaidimų vietas.
2. Susilaikyti nuo pavojingų žaidimų.
3. Taikiai spręsti konfliktus, protauti.
4. Užjausti vienišą, atstumtą, jam padėti.

Pratimai

1. Žaidžiu ir mokausi.
2. Taikos kilimas.
3. Stebuklinga karūna.

1 pratimas. „Žaidžiu ir mokausi“

Ugdomi gebėjimai:

- pasirinkti saugius žaislus ir saugias žaidimų vietas;
- susilaikyti nuo pavojingų žaidimų.

Išankstinis pasirengimas: grupėje vaikų žaidimų vietose padedama aplūžusių, aštrių žaislų; vaikų žaidimų vieta įrengiama tarpduryje, po krepšinio lanku ir kt. Rūpinamasi, kad vaikai neištrauktų į nesaugius žaidimus per anksti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: žaislai, krepšinio kamuolys, keliolika pavojaus ženklų (pavyzdžiui, žaibas skritulyje).

Eiga

Vaikai suranda nesaugius žaislus ir žaidimų vietas, atsako į klausimus apie nesaugius žaidimo būdus.

Susėdusiems ratu vaikams pasakoma, kad grupė šiuo metu nesaugi. Paaiškinama, kad vaikai dabar mokysis žaisdami kasdienius žaidimus pastebėti pavojų ir jo išvengti. Vaikai lėtai ir ramiai apeina visas žaidimų vietas ir suranda pavojingus žaislus: aštirus, sulūžusius, labai smulkius, besimėtančius praėjimo vietose, ir pavojingas žaidimų vietas, įrengtas judriose vietose (gali užgauti kamuolys ar netyčia pastumti kitas vaikas). Tuos žaislus ir tas vietas pažymi pavojaus ženklais.

Paskui visi kartu prieina prie kiekvieno pavojaus ženklo ir pasikalba, kodėl nesaugi yra mašina be rato, su atsikišusia ašele ar po kojomis besimėtančios aštrios metalinės konstruktoriaus dalys. Nesaugiose žaidimo vietose pasiūloma vaikams vieniems bandyti žaisti, o kitiems vaikščioti pro juos, spraudžiantis pro tarpą, kliūnant už žaislų; arba vieniems žaisti, o kitiems virš jų

galvų į krepšį mėtyti kamuolį. Aptariama, kodėl nesaugi tokia žaidimo vieta.

Drauge sutvarkoma grupė, kad ji taptų saugi, ir vaikai pakviečiami vėl susėsti į ratą. Pedagogas vaikams pateikia keletą klausimų apie nesaugius žaidimo būdus.

Ar galima žaisti gydytoją ir iš tikrųjų durti adata, pjauti, girdyti tikrus vaistus?

Ar galima smėlio dėžėje užkasti draugą, pilti smėlį jam ant veido?

Ar galima „migdyti vaikelį“, uždengiant veidą antklode, užspaudžiant pagalve?

Ar galima žaidžiant skatinti kitą užsilipti aukštai ir nušokti, suvalgyti vabalą, žemių?

Diskutuojama, kuo pavojingi tokie žaidimai. Susitariama, kad vaikai niekada taip nežais ir perspės kitus apie tokių žaidimų pavojų.

2 pratimas. „Taikos kilimas“

Ugdomi gebėjimai:

- taikiai spręsti konfliktus;
- protauti.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kilimas, skirtas 4–6 vaikams atsisėsti.

Eiga

Vaikai prisimena žaidžiant įvykusius konfliktus ir bando rasti taikų konflikto sprendimo būdą.

Į ratą susirinkusiems vaikams pasiūloma prisiminti, kurie iš jų žaisdami susipyko, galbūt net sudavė vienas kitam, vadino vienas kitą negražiais žodžiais. Konfliktą prisiminę vaikai atsisėda ant stebuklingojo „taikos kilimo“. Pedagogas iš eilės vieną po kito pateikia jiems klausimus. Klausimai moko vaikus konfliktą spręsti taikiai.

1. Giedrute, papasakok, kas atsitiko. O dabar papasakok tu, Mantai. O dabar tu, Mariau. (Vaikai orientuojami trumpai išdėstyti faktus.)

2. Giedrute, tai ką tu darei? Kaip tai paveikė žaidimą ir kitus žaidėjus? Ką tu darei, Mantai, ir kaip tai paveikė žaidimą ir žaidėjus? O tu, Mariau? (Vaikai orientuojami kalbėti apie savo elgesį ir jo pasekmes, o ne apie kitus vaikus ir kuo jie kalti.)

3. Giedrute, o ką tu galėjai padaryti kitaip? Ar tuomet būtumėte nesusipykę? O tu, Mantai? O tu, Ma-

riau? (Vaikai skatinami pagalvoti apie kitus elgesio būdus, kurie padėtų išvengti konflikto.)

4. Suvaidinkite tą patį žaidimą, tik dabar pasielkite kitaip. Pažiūrėsim, ar jums pavyks išvengti konflikto ir muštynių. (Sudaryti sąlygas vaikams įsitikinti, jog palankus ir draugiškas elgesys skatina palankų ir draugišką *kito* elgesį.)

5. Puiku. Susitarkime, kad nuo šiol žaisdami naudosisime taikius, vadinasi, ir saugesnius, nesutarimų sprendimo būdus.

Ant „taikos kilimo“ sėdasi dar 2–3 vaikų grupelės. „taikos kilimas“ kurį laiką paliekamas grupėje, kad vaikai juo naudotųsi, kai kyla aštrūs ginčai.

3 pratimas. „Stebuklinga karūna“

Ugdomi gebėjimai:

- užjausti vienišą, atstumtą, jam padėti.

Išankstinis pasirengimas: vaikams pasiūloma pasidaryti atvirukų, piešinių, širdelių, žaisliukų – mažų mielių dovanėlių kitam žmogui.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: graži karališka karūna.

Eiga

Nepopuliarūs, vieniši vaikai, užsidėję karūna, pajunta bendraamžių dėmesį ir palankumą.

Į ratą susėdusiems vaikams parodoma „Karaliaus karūna“. Paaiškinama, jog karūna turi stebuklingų galių – ją užsidėjęs vaikas tampa visų mylimas, su juo visi nori draugauti, kalbėtis, žaisti, dovanoja jam dovanas. Tuomet į rato vidurį pakviečiamas iš žaidimų dažniausiai išstumiamas vaikas. Jam uždedama karūna ir pakomentuojama, kad dabar jis yra pats geidžiamiausias draugas. Kiti vaikai paskatinami jam sakyti komplimentus, girti jį patį ir jo gebėjimus, kviesti jį žaisti, dovanoti jam dovanas, ko nors gero linkėti. Kai „Karalius“ patiria daug dėmesio, paklausiama, kaip jis jaučiasi, ką išgyvena. „Karaliaus karūna“ uždedama dar keliems tarp bendraamžių mažiau populiariejiems vaikams.



SPRENDIMŲ PRIĖMIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Atpažinti rizikos situacijas, padėti kitam jas atpažinti.
2. Pasakyti „ne“, jei kas nors provokuoja rizikingą elgesį.
3. Atsisipirti pagundoms ir tvirtai laikytis taisyklės, susitarimo.
4. Kitiškai mąstyti.

Pratimai

1. Dešimt „ne“.
2. Meškiukas ir vaistai.
3. Vykdau ir nevykdau.

1 pratimas. „Dešimt „ne“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti rizikos situacijas, padėti kitam jas atpažinti;
- pasakyti „ne“, jei kas nors provokuoja rizikingą elgesį.

Išankstinis pasirengimas: vaikai įpareigojami parašyti tėvelių popieriaus lape surašyti, ką jie draudžia vaikui dėl jo saugumo.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: didelis popieriaus lapas, popieriaus juostelės, rašikliai.

Eiga

Vaikai kartu sudaro „Dešimt ne“ sąrašą svarstydami, ko tikrai negalima daryti, kad ir labai norisi, nes gresia pavojus sveikatai ar gyvybei.

Susėdusiems ratu vaikams paaiškinama, jog visi kartu bandys pasakyti „ne“ rizikai ir pavojams. Vaikų klausama: „Kur ir ko negalima daryti?; Kur ir kaip negalima elgtis? Kodėl?“ Vaikų samprotavimai užrašomi dideliame popieriaus lape, pavyzdžiui, „Negalima vienam išeiti iš darželio kiemo, nes gali paklysti“; „Negalima bėgioti ant kelio, nes pakliūsi po mašina“; „Negalima skinti ir valgyti uogų, kurių nepažįsti – susirgsi“; „Negalima imti degtukų – gali uždegti namus“ ir kt.

Vaikų mintims išsekus, garsiai skaitomi vaikų tėvelių parašyti draudimai: „Draudžiu eiti kartu su nepažįstamu suaugusiu asmeniu – jis gali nuskriausti vaiką“; „Draudžiu lipti į svetimą mašiną – vaiką gali pagrobti“; „Draudžiu imti svetimus pinigus ir daiktus“; „Draudžiu vienam eiti prie tvenkinio vasarą, žiemą lipti ant ledo – gali nuskęsti“ ir kt. Šios mintys taip pat surašomos popieriaus lape.

Po to kartu su vaikais atrenkama 10 svarbiausių teiginių ir jie paverčiami taisyklėmis:

- Neinu kartu su nepažįstamu žmogumi.
- Nelipu į nepažįstamo žmogaus mašiną.
- Neimu iš nepažįstamo žmogaus saldinių, pinigų, gėrimų.
- Be leidimo neinu į kito vaiko namus.
- Vienas neinu prie vandens.
- Neimu skanėstų iš parduotuvės.
- Nežaidžiu gatvėje.
- Neimu žirnelių, gėrimų ar cigaretės iš kito vaiko.
- Nesikarstau aukštai, jei šalia nėra artimųjų ar pedagogų.
- Nepažeidžiu taisyklių, draudimų.

Taisyklės užrašomos į popieriaus juosteles. Dar kartą aptariama, kuo pavojinga kiekviena situacija. Vaikai mokomi pasakyti „ne“ pavojams: visi drauge garsiai skanduoja 10 taisyklių, stiprindami pasiryžimą laikytis šių taisyklių gyvenime.

2 pratimas. „Meškiukas ir vaistai“

Ugdomi gebėjimai:

- atpažinti rizikos situacijas;
- atsispirti pagundoms ir tvirtai laikytis taisyklės, susitarimo.

Trukmė: 25–30 min.

Priemonės: pasakos „Meškiukas ir vaistai“ tekstas, spalvoti pieštukai, popieriaus lapai.

Eiga

Klausydamiesi pasakos vaikai aptaria vaistų vartojimo taisykles.

Vaikams sekama pasaka „Meškiukas ir vaistai“.
Nurodytose vietose pateikiami klausimai.

MEŠKIUKAS IR VAISTAI

L. Bulotaitė

Meškiukas Lepeškiukas buvo labai smalsus. Kai tik tėveliai išeidavo į darbą, jam patikdavo pasirausti spintos stalčiuose ir įvairiose spintelėse. Ten jis rasdavo vi-

sokiausių įdomių dalykelių: paveikslėlių, dėželių, sagų, buteliukų, segtukų.

Vieną dieną spintelėje jis rado mažą gražią dėžutę. Atidaręs ją pamatė spalvotus žirnelius. Lepeškiukas labai mėgo saldumynus. Kai tik jų gaudavo – iš karto visus suvalgydavo. Todėl mama kartais paslėpdavo saldinius ir duodavo tik po vieną. Pamatęs dėžutėje spalvotus žirnelius Lepeškiukas nusprendė, kad tai irgi saldiniai, kuriuos mama nuo jo paslėpė, kad visų nesuvalgytų. Meškiukas Lepeškiukas greitai prarijo vieną mėlyną žirnelį. „Hm...hm...“, – pagalvojo jis, – šis saldiniukas neturi jokio skonio. Gal reikia suvalgyti dar kelis...“ Ir jis prarijo dar kelis spalvotus žirnelius.

Vaikai, kaip manote, kas galėjo būti tie spalvoti žirneliai dėžutėje, kurią surado meškiukas Lepeškiukas?

Suvalgęs tuos žirnelius Lepeškiukas nušlepsėjo į savo kambarį pažaisti. Tačiau netrukus jam pradėjo skaudėti galvą, jį ėmė pykinti.

Dabar jau tikrai galime pasakyti, kas buvo toje dėžutėje – vaistai. O kas būna, kai vaikai patys išgeria vaistų?

Taip, meškiukas Lepeškiukas apsinuodijo vaistais. Laimei, po kelių minučių sugrįžo meškiuko mamytė. Ji

iš karto viską suprato, nes pamatė atidarytą dėžutę ir pabirusius spalvotus žirnelius, o kitame kambaryje – vaitojantį Lepeškiuką. Mama greitai puolė prie telefono.

Vaikai, kaip manote, kam skambino Lepeškiuko mama? O ar žinote, kokį numerį reikia surinkti, norint pasikviesti greitąją pagalbą?

Ji paskambino greitajai medicinos pagalbai. Sužinoję, kas atsitiko meškiukui Lepeškiukui, gydytojai greitai atvyko į jo namus.

Vaikai, ar žinote, kaip atrodo greitosios pagalbos automobilis?

Gydytojai išvalė meškiuko Lepeškiuko skrandį. Pasakui jie apžiūrėjo dėžutę su spalvotais žirneliais ir pasakė, kad tai vaistai, kuriuos galima gerti tik tada, kai žmogus serga ir kai juos skiria gydytojas. Jeigu vaistus geria sveikas žmogus, jis gali apsinuodyti. Vaistai ypač pavojingi vaikams.

Meškiukas Lepeškiukas pažadėjo mamai ir gydytojams, kad jis be leidimo niekada negers jokių vaistų. Gers tik tuos vaistus, kuriuos jam duos mama arba tėtis. Meškiukas Lepeškiukas suprato, kad vaistai ne tik gydo, bet gali ir labai pakenkti.

Pasekus pasaką vaikai paprašomi nupiešti meškiuką Lepeškiuką.

Vaikai parodo vienas kitam savo piešinėlius. Dar kartą prisimenamos vaistų vartojimo taisyklės.

- Vaistai geriami tik tada, kai žmogui ką nors skauda, kai jis serga.
- Vaikai gali gerti tik tuos vaistus, kuriuos jiems duoda mama, tėtis arba gydytojai.
- Reikia gerti tik tiek vaistų, kiek nurodė gydytojas. Išgėrus daugiau negu nurodyta, greičiau nepasveiks-tama, atvirkščiai, galima net dar labiau susirgti.

3 pratimas. „Vykdau ir nevykdau“

Ugdomi gebėjimai:

- greitai atpažinti netinkamą elgesį;
- kritiškai vertinti suaugusiojo žodžius.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: porinės kortelės (į dvi dalis perkirpti atvirukai, piešinėliai).

Eiga

Vaikai klausosi suaugusiojo nuorodų ir greitai nusprendžia, kurias komandas vykdyti, o kurių – ne, kartu mokosi kritiškai vertinti suaugusiojo žodžius.

Į dvi dalis perkirpti atvirukai ar piešinėliai paberiami ant stalo. Vaikų paprašoma pasirinkti po vieną atviruko ar piešinėlio dalį ir surasti kitą dalį turintį draugą. Šitaip sudaromos poros. Vaikai sustoja poromis vienas priešais kitą, kad poros sudarytų ratą. Pedagogas paaiškina vaikams, kad jie žais žaidimą, kurio metu mokysis nevykdyti tų suaugusiojo nurodymų, kurie skatina netinkamai elgtis.

Nuorodos gali būti pačios įvairiausios: paduok draugui žaislą, šokuok aplink draugą ant vienos kojos, *pešk draugą už plaukų*, parodyk draugui pirštukų žaidimą, *išvadink draugą kvailiu*, pasakyk draugui „Tu šaunuolis“.

Vaikai sustabdomi kiekvieną kartą, kai jie pagal pedagogo komandą ketina elgtis netinkamai. Aptariama, kuo blogas, netinkamas toks elgesys. Pasikalbama, jog būtina pačiam apgalvoti ne tik draugų, bet ir suaugusiojo žodžius, kad vaikas turi teisę nevykdyti tų suaugusiojo prašymų, kurie jį verčia elgtis netinkamai arba prieš jo valią.



GYVENIMO SUNKUMŲ ĮVEIKIMAS



UGDOMI GEBĖJIMAI

1. Suvokti, jog patekus į bėdą būtina kam nors apie tai pasakyti, prašyti pagalbos.
2. Kalbėti apie slegiančius dalykus.
3. Išmokti naujų būdų, padedančių atsikratyti įtampos: išvelgti džiugius dalykus, pasikalbėti, fiziškai atsipalaiduoti.
4. Sužinoti, į kokius žmones ar tarnybas gali kreiptis į bėdą pakliuvęs vaikas.

Pratimai

1. Penki džiuginantys dalykai.
2. Pagalba telefonu.
3. Tinginių karalystė.

1 pratimas.

„Penki džiuginantys dalykai“

Ugdomi gebėjimai:

- suvokti, jog patekus į bėdą būtina kam nors apie tai pasakyti, prašyti pagalbos;
- kalbėti apie slegiančius dalykus;
- išmokti naują būdą, padedantį atsikratyti įtampos: išvelgti džiugius gyvenimo dalykus.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: 20 paveikslėlių, vaizduojančių džiuginančius vaiką dalykus: besišypsantis motinos vei-

das, vaiko ranka tėvo rankoje, saulė danguje, žaislai, šuniukas, papūgėlė ir žuvytės, draugai, skanėtai, dviratukas, televizorius, gimimo dienos šventė, Kalėdų senelis, televizorius, išvyka, karuselės, cirkas, balutė, gėlė, knygutė, sūpuoklės, megztnis.

Eiga

Vaikai pasakoja apie juos slėgusius ar slegiančius įvykius bei jausmus ir pasirenka 5 jiems džiaugsmą teikiančių dalykų paveikslėlius, šitaip atsikratydami įtampos ir pajusdami, jog gyventi gera.

Ratu susėdusiems vaikams pasiūloma kalbėtis apie tas gyvenimo minutes, kada viskas atrodo juoda, bloga, bjauru. Vaikai užsimerkia ir prisimena tą laiką, vietą ar įvykį, kuomet jautėsi labai prislėgti. Jei vaikams nepakankamai aišku, pateikiami pavyzdžiai (atrodo, jog nemylti tėvai; jautiesi vienišas; vyresni vaikai žada pirmuštį; jautiesi labai nusikaltęs...).

Kai vaikai jau pasirenę kalbėti, ateina pirmasis norintysis. Jis saugiai įsitaiso šalia pedagogo ir papasakoja blogiausią savo gyvenimo akimirką ar laikotarpį. Vaikui baigus pasakoti prieš jį ant kilimo padedama 20 paveikslėlių „Mus džiugina“. Pasiūloma pasirinkti 5

paveikslėlius, kuriuose vaizduojami jį džiuginantys dalykai, pavyzdžiui, žaislai, draugai, šuniukas... Paprašoma pasirinktus paveikslėlius parodyti ir pakomentuoti visiems sėdintiems ratu. Po to prisiminimais pasidalyti ateina kitas vaikas. Pasakojimai tęsiasi tol, kol yra norinčiųjų kalbėti.

Diskutuojama apie tai, jog pakliuvus į bėdą ar turint labai sunkių jausmų svarbu su kuo nors pasikalbėti, nes yra dalykų, kurie gali pradžiuginti, net jeigu esi labai prislėgtas.

2 pratimas. „Pagalba telefonu“

Ugdomi gebėjimai:

- sužinoti, į kokius žmones ar tarnybas galima kreiptis pakliuvus į bėdą;
- suvokti, jog patekus į bėdą būtina prašyti pagalbos.

Trukmė: 25–30 min.

Priemonės: kelios lėlės, keli meškinai, kaladėlės ir kitos statybinės detalės, greitosios pagalbos, gaisri-

nės automobilis, tikras ar žaislinis telefono aparatas, popierius, spalvoti pieštukai, žirkklės.

Eiga

Vaikai žaidžia siužetinius žaidimus „Gaisras“, „Nelaimingas atsitikimas“, „Bloga savijauta“ ir įsidėmi telefonus, kuriais galima kviesti pagalbą.

Ratu susėdusiems vaikams pasiūloma kartu pažais-ti tris žaidimus: „Gaisras“, „Nelaimingas atsitikimas“ ir „Bloga savijauta“.

Pirmiausia žaidžiamas „Gaisras“. Paprašoma vaikų rato viduryje pastatyti erdvius namus lėlytėms ar meškiukams. Šalia namo padedamas tikras ar žaislinis (didelis) telefono aparatas. Popieriuje vaikams stebint nupiešiama liepsna ir iškerpama, tuo pat metu pasakojama, kad lėlių namas užsidegė. Liepsna uždedama ant namo, vaikų klausiant, kaip ir kokios pagalbos galėtų prisieškuti lėlės. Pritariama tokioms vaikų mintims: bėgti iš namų, šaukti atsidarius langą ir kviesti žmones. Nepritariama minčiai pasislėpti po lova ir kt. Jei kuris nors vaikas paminėjo telefoną, dideliame popieriaus lape užrašoma 01, greta nupiešiama liepsna. Vaikas paskatinamas skambinti šiuo numeriu ir kviesti pagalbą lėlėms. Pedagogė atsa-

kinėja jam, kalbėdamasi telefonu. Žaidžiama, kaip atvažiavo gaisrinė, kaip išgelbėjo lėles ir užgesino liepsną.

Analogiškai žaidžiamas „Nelaimingas atsitikimas“: lėlė susižalojo, apsiplikė karštu vandeniu, susitrenkė galvą, o namuose nėra suaugusiųjų. Popieriaus lape, kuriame jau užrašytas numeris 01, užrašomas numeris 03, o greta nupiešiamas kryžiuokas. Kuris nors vaikas skambina šiuo numeriu ir kviečia pagalbą lėlėms, o pedagogas atsakinėja jam. Žaidžiama, kaip gydytojai atvažiuoja greitosios pagalbos automobiliu, gydo lėles ar išveža jas į ligoninę.

Pedagogas pasako, kad žino dar vieną labai svarbų telefoną ir užrašo popieriaus lape *psichologinės pagalbos vaikams telefono linijos* numerį. Pasikalbama su vaikais, kada jie gali šiuo telefonu skambinti – kai labai labai liūdna, bloga, baisu, skaudu, o šalia nėra nieko, kas galėtų padėti. Vienas kitas vaikas pabando paskambinti šiuo numeriu ir pasakyti apie savo savijautą ar bėdą.

Vaikams išdalijamos popierinės kortelės ir pasiūloma nusikopijuoti visus tris telefonų numerius, greta nupiešiant simbolinį paveikslėlį. Vaikai parsineša korteles į namus, kad žinotų, kaip kviesti pagalbą, ištikus bėdai.

3 pratimas. „Tinginių karalystė“

Ugdomi gebėjimai:

- išmokti naujų fizinio atsipalaidavimo būdų.

Trukmė: 15–20 min.

Priemonės: kilimas, minkštas apklotas, pagalvėlės, dideli minkšti ir švelnūs žaislai, varpelis.

Eiga

Vaikai voliojasi ant minkšto apkloto, apkabina ir glaudžia minkštas pagalvėles, žaislus, atsipalaiduoja, nusiramina.

Į ratą susirinkusiems vaikams pasakoma, kad dabar bus pati maloniausia pabuvimo kartu valandėlė – vaikai mokysis tinginiauti. Paprašoma vaikų pasiimti po pagalvėlę ar minkštą žaislą ir patogiai atsigulti ant apkloto. Jie užsimerkia ir įsivaizduoja, kad saulutė šildo veidą, rankas ir visą kūną. Apkabina žaislą, priglaudžia ir lėtai pasivolioja su juo ant apkloto, po to – pažiovauja ir pasiraivo, dar truputį paguli, svajoja, įsivaizduoja ką nors malonaus.

Švelniu varpelio skambėjimu vaikai pakviečiami į ratą. Kiekvienas iš eilės pasako, kaip jautėsi „tinginiaudamas“. Jei jautėsi gerai, susitariama, kad šį būdą savijautai pagerinti jie naudos užplūdus sunkiems jausmams.

GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS
Ikimokyklinis amžius

Redaktorė *Nijolė Šorienė*
Dailininkas *Adomas Matuliauskas*
Viršelyje panaudotos *Egidijaus Skipario* nuotraukos

2004-11-10. Tir. 1000 egz. Užs.

Išleido Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministerijos
švietimo aprūpinimo centras, Geležinio Vilko g. 12, LT-01112 Vilnius.
Spausdino UAB „Sapnų sala“, S. Moniuškos g. 21, LT-08113, Vilnius.