

VILNIAUS DARŽELIS-MOKYKLA GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ BENDROJI PROGRAMA

BENDROSIOS NUOSTATOS

Gyvenimo įgūdžių bendroji programa (toliau – Programa) apibrėžia gyvenimo įgūdžių dalyko paskirtį, tikslą ir uždavinius, dalyku ugdomas kompetencijas, pasiekimų sritis ir pasiekimų raidą, dalyko mokymo(si) turinį, pasiekimų lygių požymius ir pasiekimų vertinimą.

Programa siekiama padėti vaikams, paaugliams ir jaunimui pasirengti gyvenimui, suteikti mokiniams galimybę įgyti žinių, nuosekliai ugdyti vertybes, nuostatas, elgesį, kuris padės laiku atpažinti įvairius gyvenime kylančius iššūkius ir juos įveikti savarankiškai arba ieškant, suteikiant pagalbą ir pasiruošti visaverčiam gyvenimui. Šiais amžiaus tarpsniais neįveikti gyvenimo iššūkiai gali tapti savižudybių, tapimo smurto, prekybos žmonėmis, patyčių aukomis priežastimi, o nepakankamas žinojimas, kaip saugoti sveikatą, gyvybę, kaip priimti sprendimą, įvertinti atsakingai pasekmes, gali tapti ypač grėsmingais sprendimais sveikatai ir gyvybei. Nuosekliai dėstomas

Programos turinys skatins pažinti save ir kitus, išmokti naudotis įrankiais, kurie padės plėtoti savo asmenines galias, siekti ir pasiekti asmeninius, akademinus tikslus veikiant privačiame ir bendruomeniniame gyvenime.

Programa padės mokiniams: pažinti savo emocijas, jas valdyti, įveikti sudėtingas gyvenimo situacijas išvengiant neigiamų santykiams, tikslų siekti ir sveikatai padarinių; ugdytis jautrumą ir empatiškumą kitiems, kurti ir plėtoti santykius, išmokti dirbti ir bendradarbiauti įvairiose grupėse; mokytis analizuoti įvairias situacijas, vertinti pasekmes, priimti atsakingus sprendimus ir už juos prisiimti atsakomybę; atpažinti sveikatai ir gyvybei pavojingas ir nepavojingas situacijas, įgyti žinių, kaip jose elgtis, išmokti saugoti savo ir kitų sveikatą; mokytis atpažinti, tyrinėti ir tenkinti asmens, mokyklos, bendruomenės, šalies, pasaulio gerovės poreikius ir problemas.

Gyvenimo įgūdžių dalyko paskirtis – sudaryti sąlygas ir galimybes ugdytis įgūdžius, gebėjimus, asmenines savybes, vystyti talentus, įgyti žinių, kurie jaunam žmogui taps įrankiais, padedančiais savarankiškai nuspręsti dėl savo ateities, priimti su karjera ir asmeniniu gyvenimu sietinus sprendimus, kelti tikslus ir jų siekti.

Programoje išskirtos keturios pasiekimų sritys:

- Savęs pažinimas, kėlimas ir siekimas asmeninių tobulėjimo tikslų;
- Tarpusavio santykių kūrimas ir mokymasis bendradarbiauti;
- Atsakingas elgesys ir pasekmių įvertinimas;
- Asmens, bendruomenės gerovės kūrimas, sveikatos stiprinimas ir saugojimas.

Šios pasiekimų sritys yra bendros visoms klasėms nuo pirmos iki ketvirtos; Kiekvienam koncentriui numatyti konkretūs kiekvienos srities pasiekimai, suformuluoti atsižvelgiant į vaiko raidos ypatumus ir įgytą patirtį. Programoje įgūdžiai ir gebėjimai ugdomi spiralės principu, kartojant kasmet, pridėdant kiekvienam įgūdžio ar gebėjimo mokymuisi ir tobulinimui po vieną plėtojantį, įgūdį įtvirtinantį žingsnį ar skirtingą kontekstą.

Programoje aprašyti mokinių pasiekimai suprantami kaip elgesio, atspindinčio žinias ir supratimą, gebėjimus ir nuostatas, visuma. Dalykas yra nevertinamas pažymiais, tačiau mokiniai aktyviai įtraukiami į situacijas, kuriose turėtų galimybes pademonstruoti savo vertybes ir nuostatas arba žinojimą.

Programos turinys išdėstytas kiekvieniems mokslo metams. Programoje pateikiami skirtingiems mokinių amžiaus tarpsniams numatyti pasiekimai – mokymo(si) rezultatai. Mokymo(si) turinys nusako kontekstus, kuriuose ugdomi mokinių pasiekimai, ir mokymo(si) kontekstų pasirinkimo galimybes laipsniškai įgyti žinias ir supratimą, ugdyti gebėjimus ir vertybines nuostatas.

Pasiekimai aprašomi keturiais pasiekimų lygiais: slenkstinis (1), patenkinamas (2), pagrindinis (3) ir aukštesnysis (4). Kiekvienas pasiekimo lygio požymis nurodo mokinio pasiektus rezultatus. Aprašomos

svarbiausios į(si)vertinimui reikšmingos įgytos žinios ir supratimas, išugdyti gebėjimai ir vertybinės nuostatos.

Vaiko socialinė ir emocinė raida yra individuali, nes vaikas šių įgūdžių yra ugdomas ne tik formaliajame ugdyme, dėl šios priežasties kiekvienas pasiektas lygis yra traktuojamas kaip ugdymo sėkmė. Pateiktas lygių aprašymas yra gairės mokytojui, kokius įgūdžius ir gebėjimus gali išsiugdyti vaikas, organizuojant nuoseklų ugdymą.

DALYKO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

Tikslas:

Gyvenimo įgūdžių dalyko tikslas – sudaryti galimybę kiekvienam mokiniui nuosekliai ugdytis gyvenimui svarbius įgūdžius: socialinius ir emocinius įgūdžius bei gebėjimus, sveikos gyvensenos nuostatas, mokytis saugoti savo ir kitų sveikatą ir gyvybę, pasiruošti kurti asmeninius ir profesinius santykius, pasirinkti profesinį kelią bei tapti jautriems ir atliepiantiems kitų asmenų, bendruomenės, visuomenės gerovės poreikius.

Uždaviniai:

Pradinio ugdymo uždaviniai. Siekdami tikslo mokiniai:

- tyrinėja savo ir kitų emocijas, mokosi atpažinti jas sukeliančius impulsus ir juos valdyti;
- mokosi ir tobulina įtraukiojo elgesio įgūdžius, kurie padeda kurti santykius, dirbti ir bendradarbiauti su įvairiais asmenimis;
- analizuoja įvairias situacijas, kuriose reikia priimti atsakingus sprendimus ir įvertinti pasekmes dėl savo ir kitų gerovės;
- įgyja žinių ir įgūdžių, reikalingų sveikatai ir gyvybei saugoti, mokosi suteikti pirmąją pagalbą ir išvengti ligų ir traumų;
- aktyviai tyrinėja mokyklos, bendruomenės, šalies, pasaulio poreikius ir problemas, pritaiko įgūdžius, gebėjimus ir kompetencijas kuriant, gerinant, saugant kitų asmenų, skirtingų grupių gerovę.
- mokosi ir tobulina įtraukiojo elgesio įgūdžius, kurie padeda kurti santykius, dirbti ir bendradarbiauti su įvairiais asmenimis;
- analizuoja įvairias situacijas, kuriose reikia priimti atsakingus sprendimus ir įvertinti pasekmes dėl savo ir kitų gerovės;
- įgyja žinių ir įgūdžių, reikalingų sveikatai ir gyvybei saugoti, mokosi suteikti pirmąją pagalbą ir išvengti ligų bei traumų;
- aktyviai tyrinėja mokyklos, bendruomenės, šalies, pasaulio poreikius ir problemas, pritaiko įgūdžius, gebėjimus ir kompetencijas kuriant, gerinant, saugant kitų asmenų, skirtingų grupių gerovę.

KOMPETENCIJŲ UGDYMAS

Įgyvendinant Programą ugdomos šios kompetencijos: pažinimo, kūrybiškumo, komunikavimo, skaitmeninė, pilietiškumo, socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos, kultūrinė. Jos pateiktos pagal kompetencijos ugdymo intensyvumą.

Pasiekimų sritys ir pasiekimai

Programoje pasiekimų sritys žymimos raide (pavyzdžiui, A, B), o raide ir skaičiumi (pavyzdžiui, A1, A2) žymimas tos pasiekimų srities pasiekimas. Lentelėse kiekvienam klasių koncentrai pateikiami keturių lygių pasiekimų aprašai: slenkstinis, patenkinamas, pagrindinis, aukštesnysis. Pasiekimų lygių požymių lentelėse raidės ir skaičių junginyje (pvz., A1.3) raide žymima pasiekimų sritis (A), pirmu skaičiumi (1) nurodomas pasiekimas, o antru skaičiumi (3) – pasiekimų lygis.

MOKYMO(SI) TURINYS

1–2 klasių koncentras

1 klasė

Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai

Santykiai ir bendradarbiavimas

Atsakingi sprendimai ir elgesys

Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė

2 klasė

Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai

Santykiai ir bendradarbiavimas

Atsakingi sprendimai ir elgesys
Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė

3–4 klasių koncentras

3 klasė

Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai

Santykiai ir bendradarbiavimas

Atsakingi sprendimai ir elgesys

Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė

4 klasė

Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai

Santykiai ir bendradarbiavimas

Atsakingi sprendimai ir elgesys

PASIEKIMŲ VERTINIMAS

Susiformavę gyvenimo įgūdžių ugdymo pamokose išsiugdyti įgūdžiai, gebėjimai, vertybinės nuostatos – svarbūs mokinio akademinėi ir asmeninei sėkmei, tačiau ugdymo procese nevertinami nei pažymiais, nei balais, nei kitais juos pakeičiančiais ženklais ar formomis. Nors Programa turi aiškų ir konkretų turinį, mokinių vertinimas suvokiamas tik kaip pagalba mokiniui sėkmingai mokytis, tobulėti ir bręsti, pasiruošti savarankiškam gyvenimui: kurti tvarius ir darnius asmeninius ir profesinius santykius, tausoti ir puoselėti sveikatą, atrasti profesinį interesą, kuriame turėtų galimybę atsiskleisti visas asmens potencialas.

Pamokos turinio nagrinėjimas organizuojamas dalimis: temos atskleidimas, analizė, praktikavimasis klasėje ir pritaikymas kituose kontekstuose ir aplinkose (pvz., įgūdžio pritaikymas namuose). Pamokos sėkmei ypatingas dėmesys turi būti skiriamas trijų lygių refleksijai, kuri skatina mokinį atsakyti sau, aptarti su klasės draugu ir pasidalyti su visa klase trimis klausimais: kas?, kas iš to?, kas toliau?

Siekiant įvertinti mokinių ugdymosi sėkmę svarbus pasirengimas organizuoti pamokos procesą. Mokytojas jau ruošdamasis pamokai, išsikeldamas pamokos tikslą, suformuluodamas mokymosi uždavinį ir numatydamas užduotis turėtų įvardyti, kokie požymiai atskleis, kad mokiniui sekasi ugdytis, stiprinti ir suformuoti konkretų įgūdį, parinks aktyvaus mokymosi metodus ir tikslą atitinkančias priemones mokinių mokymosi veiklai.

Siekdamas padėti ugdytiniams patirti mokymosi sėkmę ir ugdytis gyvenimui reikalingus įgūdžius pamokoje mokytojas drąsina mokinius pasirinkti savistabos-įsivertinimo strategiją, drauge planuoja mokinio patirties ir daromos pažangos stebėseną.

Mokytojas pamokoje pasirenka mokinio ugdymo, jo patirties ir daromos pažangos stebėjimo ir vertinimo strategijas, taiko formuojamąjį, diagnostinį, apibendrinamąjį vertinimą.

Siekiant veiksmingai organizuoti visą ugdymo procesą mokytojas vadovaujasi stebėjimu ir analize grįsto mokymo ir vertinimo proceso organizavimo principais, vertinimą organizuoja etapais:

- mokslo metų pradžioje mokytojas atlieka diagnostinį vertinimą, nustato klasės mokinių socialinių ir emocinių įgūdžių lygį;
- per mokslo metų pusmetį (arba kitą mokymo(si) periodą) mokytojas pasirenka tinkamus mokiniams ir mokytojui, patogius formuojamojo vertinimo instrumentus, juos taiko, surenka vertinimo rezultatus;
- mokslo metų, pusmečio (arba kito mokymo(si) periodo) pabaigoje mokytojas apibendrina individualius mokinių vertinimus, pradinėse klasėse juos aptaria kartu su mokiniais ir jų tėvais (globėjais), pagrindinėse klasėse – su mokiniais ir, pagal poreikį, su jų tėvais (globėjais);
- mokslo metų pabaigoje mokytojas taiko diagnostinį vertinimą, padedantį atskleisti mokinių mokymosi pažangą, įgytus įgūdžius, gebėjimus, žinias ir nuostatas.

Ugdant gyvenimo įgūdžius rekomenduojama atlikti kiekvieno mokinio individualų ir visos klasės mokinių pasiekimų diagnostinį vertinimą. Tai padės pamatyti ir individualaus mokinio, ir mokymosi kolektyvo darnos lygį, iššūkius bei tikslingai pasirinkti veiklos tobulinimo kryptį.

Individualus diagnostinis vertinimas gali būti atliekamas naudojant klausimynus, mokinių mokymosi veiklos vertinimo protokolus, įvertinant ir analizuojant, aprašant esamą situaciją, kuri padėtų atskleisti mokinių vertybes, nuostatas, elgesio pasirinkimus ir žinias.

FORMUOJAMASIS VERTINIMAS – tęstinis procesas.

Kiekviename pamokoje stebimas mokinių mokymasis, įsitraukimas ir dalyvavimas veiklose, elgesys, įpročiai, įgūdžiai bei vertybinės nuostatos. Mokytojas nuosekliai renka ir kaupia informaciją apie mokinio pasiekimus, teikia grįžtamąją informaciją bei ugdymosi krypties nuorodas mokiniui, apie tai, kaip jam sekasi. Mokytojas gauna grįžtamąją informaciją iš mokinio, ką mokinys suprato ir kaip sekasi panaudoti žinias bei ugdymus įgūdžius realiame gyvenime. Vadovaudamasis šiais duomenimis, mokytojas planuoja ir, jeigu reikia, koreguoja tolesnį mokymą, siekiant padėti mokiniams siekti pažangos.

Gali būti taikomi keli formuojamojo vertinimo instrumentai vienu metu, mokymo(si) metodus parenkant atsižvelgus į formuojamojo vertinimo tikslus, pvz., dirbant grupėje, skirti laiko pagalvojimui, refleksijai, žaidimams ir pan. Rekomenduojama skirti kompetencijų aplanko kūrimo, dienoraščio rašymo, mokymosi refleksijos užrašų vedimo, mokymosi tarnaujant projektų įgyvendinimo užduočių.

Kiekvieno gyvenimo įgūdžio mokymas vyksta plečiant mokinio individualią mokymo(si) erdvę, įgalinant mokinį mokytis ir pritaikyti tai, ko mokėsi klasėje su mokytoju, bendraklasiais ar savarankiškai, atsakingai rinktis mokymosi strategijas. Mokymosi atsakomybės kelias įtvirtinamas keturiais etapais: pademonstruoja mokytojas (mokytojas aiškiai parodo ir artikuliuoja įgūdį, kurio mokomasi), su mokytoju kartu veikia mokinys (mokinys bando kartu su mokytoju, mokytojas prižiūri ir suteikia pagalbą tinkamai pademonstruoti įgūdį) – mokiniai daro kartu (mokiniai praktikuoja įgūdį, reflektuoja, mokytojas stebi ir suteikia nukreipiančią refleksiją) – mokinys atlieka pats vienas, savarankiškai, pasitikėdamas tuo, ką daro. Formuojamasis vertinimas tinkamas taikyti kiekviename pamokos proceso etape.

Formuojamojo vertinimo stebėjimui svarbu:

- surinkti pakankamą kiekį mokinių mokymosi pavyzdžių;
- sistemingai fiksuoti naudingas išvalgas ir grįžtamąjį ryšį tarp mokytojo bei mokinių;
- įtraukti mokinius tariantis ir planuojant mokymosi lūkesčius bei nustatant elgesio kriterijus, vadovaujantis klasės, mokyklos ir bendruomenės sutarimais, normomis bei reikalavimais;
- atsižvelgti į mokinių įgūdžių raidos dėsninumus ir jų pasiekimo kriterijus;
- skirti laiko asmeninės veiklos prasmės ir jos poveikio kitiems apmąstymui;
- sudaryti lygias sąlygas visiems mokiniams, gerbti jų žinias ir padrašinti plėtoti unikalius talentus bei gebėjimus.

Sudarant mokymosi užduotis rekomenduojama atsižvelgti, kad:

- užduotis būtų reikšminga savo rezultatu mokiniams ir mokytojui;
- užduotis būtų siejama su esama mokinių patirtimi, pajėgumais ir galimybėmis;
- užduotis būtų aktuali ir būtų realiai pritaikoma gyvenimo situacijose bei kontekstuose;
- užduotis skatintų reflektuoti, formuoti tvarius įgūdžius, juos taikyti ateityje;
- užduotis skatintų mokinius ieškoti, rasti ir analizuoti informaciją, formuluoti išvalgas;
- užduotis reikalautų aiškiai apibūdinti rezultatus ir pateikti išvadas;
- užduotis sudarytų sąlygas mokiniams bendradarbiauti, bent dalį užduoties atlikti kartu.

Taikant apibendrinamojo vertinimo principus, matuoti mokinio individualią ūgtį ir ją atspindėti. Vadovaujantis pasiekimų lygių požymiais, fiksuoti sustiprėjusius socialinius, emocinius įgūdžius, įgytas mokinio žinias, gebėjimus ir nuostatas, mokiniams bei jų tėvams (globėjams) pateikti rekomendacijas, kokius įgūdžius reikėtų lavinti, sustiprinti, į ką svarbu atkreipti dėmesį.

Pradinėse klasėse apibendrinamojo vertinimo rezultatai būtų naudingi veiksmingam pokalbiui su mokiniu ir jo tėvais (globėjais).

GYVENIMO ĮGUDŽIŲ UGDYMO PROGRAMA (IKIMOKYKLINIS, PRIEŠMOKYKLINIS AMŽIUS)

Vystymosi sritys	Savęs pažinimas	Bendravimas	Bendradarbiavimas	Sprendimų priėmimas	Gyvenimo sunkumų įveikimas
Savimonė	Ugdyti pasitikėjimą savimi ir savo gebėjimais. Tobulinti gebėjimą	Ugdyti pasitikėjimą savimi, bendraujant su kitais. Tobulinti gebėjimą reikšti	Pasiusti grupės nariu, atsakingu už bendros veiklos sėkmę. Tobulinti gebėjimą klausytis, matyti, pajauti kitą.	Suprasti, kad kiekvieną dieną priimami įvairūs sprendimai. Ugdytis gebėjimą atskirti kasdienes ir	Suprasti, kad žmonių nuotaikos ir jausmai įvairūs ir nuolat keičiasi. Ugdytis nuostatą, kad kiekvienas turi teisę jaustis ir

	<p>suvokti save kaip savitą ir ypatingą. Pajausti augimą kaip natūralų žmogaus keitimąsi gyvenant. Ugdyti gebėjimą atpažinti ir įvardyti savo jausmus. Ugdyti nuostata rūpintis savo kūnu ir gera savijauta.</p>	<p>ir atpažinti jausmus bei ketinimus. Pratintis susipažinti, pristatyti, pakalbinti.</p>	<p>Tobulinti gebėjimą tiksliai išreikšti jausmus, keltinius, idėjas. Išmėginti, kaip kiti veikia tavo nuotaiką, bandyti pačiame daryti poveikį, kito nuotaikiai.</p>	<p>sveikatai bei saugumui labai reikšmingus sprendimus. Tobulinti gebėjimą įvairiose situacijose priimti tinkamus sprendimus. Ugdytis kritinio mąstymo gebėjimus.</p>	<p>išreikšti ne tik gerą savijautą, bet ir sunkus jausmus (pikti, nuoskauda, liūdesį). Suprasti jog yra būdų, padedančių sumažinti sunkių jausmų, keliama įtampa.</p>
<p>Priklausymas grupei</p>	<p>Paskatinti išgyventi ir atpažinti priklausomybės vaikų grupei jausmą. Skatinti pasididžiavimą savo šeima. Stiprinti savo unikalumo ir priklausymo grupei suvokimą. Ugdytis gebėjimą atpažinti ir suvokti žmonių panašumus ir skirtumus. Ugdytis jautrumą kito emocinei būsenai ir nuostata padėti.</p>	<p>Plėtoti supratimą apie draugystę ir draugus. Ugdyti nuostata ir gebėjimą susidraugauti, palaikyti draugystę. Skatinti bendravimą šeimoje ir nuostata dirbti bendrus darbus. Tobulinti kritinio mąstymo įgūdžius.</p>	<p>Ugdyti nuostata suprasti bendraamžius ir gebėjimą klausytis kito. Tobulinti panteriško ir grupinio bendradarbiavimo gebėjimus. Platintis susitarti, priimti bendrą sprendimą it jo laikytis. Skatinti bendradarbiaujant siekti numatyto tikslo. Plėtoti supratimą apie pagalbą šeimoje.</p>	<p>Skatinti apmastyti ir kritiškai vertinti kito žodžius. Tobulinti gebėjimą rasti išeiti iš sudėtingos padėties. Platinti tvirtai laikytis nuomonės, taisyklės, susitarymo. Plėtoti supratimą apie paslaptis ir jų saugojimą.</p>	<p>Suprasti, kad kiekvienas žmogus kartais išgyvena stiprius, sunkius jausmus, gebėti jose atpažinti ir įvardinti. Padėti suprasti, kad bendraamžiai taip pat išgyvena sunkios jausmus. Ugdytis gebėjimą ir kritiniu atveju elgtis sau ir kitiems priimtinais būdais. Platintis pastebėti kūno reagavimo į stiprius jausmus požymių.</p>
<p>Poreikiai teisės ir atsakomybė</p>	<p>Padėti geriau suvokti savo poreikius, išsiaiškinti, kurie jų svarbūs gyvybei ir sveikam augimui, o kurie yra tik</p>	<p>Žinoti ir ginti savo bei kitų teisę į vardą, pastebėti ir aptarti šios teisės pažeidimus. Plėtoti supratimą, jog visi vaikai yra</p>	<p>Pripažinti savo ir kitų pasirinkimo teisę, gebėti pasirinkti, atsispręsti. Ugdyti gebėjimą šlėkti lygių galimybių. Tobulinti gebėjimą ieškoti išeičių, kai nesutampa poreikiai ir interesai žaidžiant.</p>	<p>Padėti suvokti teisę klysti, priimant sprendimus. Atpažinti situacijas, kai turi teisę ieškoti paramos ir pagalbos.</p>	<p>Ugdyti gebėjimą atsikratyti „sunkių“ minčių ir slogios nuotaikios. Išmokti naujų būdų, kaip susivaldyti ir nepakenkti sau bei kitiems</p>

	malonūs įgeidžiai. Geriau suvokti savo teises, gebėti atpažinti situacijos, kai jos pažeidžiamos. Platintis prisiimti atsakomybę už savo paties kasdienį elgesį.	svarbus ir turi lygias teises. Žinoti ir naudotis savo teise klausinėti ir sulaukti atsakymų. Gebėti suvokti kitų (įvairaus amžiaus, kitakalbių, neįgalių) vaikų ir suaugusiųjų poreikius ir teises).	Palaikyti vaiko teisę žaisti, dalyvauti ir turėti savo nuomonę. Plėtoti supratimą apie vaikų ir tėvų teises.	Ugdyti gebėjimą kreiptis pagalbos, kai pažeidžiamos vaikų teisės.	patekusį keblį ar konfliktinę situaciją. Pratintis atpažinti situacijas, kai pažeidžiamos vaiko teisės gyventi be baimės bei prievartos. Skatinti visiems drauge ieškoti išeičių iš tokių situacijų kai vaikas yra skriaudžiamas.
Kasdieninės situacijos	Gebėjimas atpažinti kasdienes trumpalaikės situacijas, kurios sunkios vaikams (kilia trumpalaikius nemalonius jausmus, įtampą). Pirmieji bandymai suprasti nemalonius jausmus sukėlusias priežastis (nepasisekė, nesulaukė suaugusiųjų dėmesio, nesusitarė su draugais ir kt.)	Gebėjimas įvardinti kasdienes bendravimo su suaugusiais sunkumus (reikia laikytis tvarkos, paisyti draudimų, nors nesinori to daryti, netyčia ką nors sudaužai ir bijai bausmės ir kt.). Jausmo, jog tavo išgyvenimai natūralūs (būdingi ir kitiems) Gebėjimas intuityviai pasirengti tinkamus kasdieninio bendravimo būdus.	Gebėjimas įvardinti kasdienes bendravimo su vaikais sunkumus (nesiklauso, ką sakai, sunku susitarti dėl žaidimo; prasivardžiuoja, stumdomi; nesidalija ir kt). Gebėjimas mokytis bendravimo būdų vienam iš kito (kaip paprašyti, kad priimtų žaisti; kaip susilaikyti, jei susipyko; kaip susidraugauti ir kt.) Pirmieji bandymai diskutuoti ir susitarti, spręsti konfliktus, derinti kaltinimus ir kt.	Gebėjimas pasirinkti, priimti sprendimus, susitarti buitės kasdinių žaidimų ir kitos veiklos situacijose. Gebėjimas įveikti buitės, kasdienų žaidimų ir veiklos kliūtis (tenka valgyti neskanią sriubą, pametė iš namų atsineštą žaislą, nepavyko darbelis). Problemų sprendimo būdo išbandymas, sprendžiant kasdienes sunkumus.	Gebėjimas atskirti tas kasdienio gyvenimo aplinkybės, kurios yra pakeičiamos ir kurios nepakeičiamos. Pirmieji bandymai pakeisti nepatinkančias, nemalonias gyvenimo aplinkybes (taisykles, draudimus, elgesį) jei jos gali būti pakeistos. Gebėjimas emociškai priimti ir prisitaikyti prie tų aplinkybių, kurių negalima pakeisti (bendra dienos tvarkė, popietės, miegas, svyruojančios nuotaikos, grupės draugas). Bandymas išvelgti nepakeičiamų aplinkybių šviesėją pusę.

**GYVENIMO ĮGUDŽIŲ UGDYMO PROGRAMA
PRADINĖS KLASĖS**

Vystymosi sritys	Savęs pažinimas	Bendravimas	Bendradarbiavimas	Sprendimų priėmimas	Gyvenimo sunkumų įveikimas
Savimonė	<p>Suvokti sudėtingas klausymosi dalis ir išmokyti įdėmiai klausytis. Suprasti, kad metams bėgant jausmų stiprumas keičiasi. Suprasti, kad veido išraiška (mimika)- tik vienas iš jausmų išraiškos būdų. Geriau suvokti savo jausmus ir emocijas. Suvokti save kaip unikalią asmenybę. Suvokti, kokios fizinės ir psichikos savybės daro mus išskirtinius.</p>	<p>Suvokti puikaus bendravimo poreikio svarbą. Nustatyti skirtingus bendravimo aspektus. Išmokyti pritaikyti savo bendravimo gebėjimus. Suprasti, kad kiekvienam žmogui kartais tenka patirti stiprių jausmų ar emocijų. Suprasti būdus, kaip savo jausmus išreikšti kitiems.</p>	<p>Suvokti savo unikalumą ir įtaką kitiems žmonėms.</p>	<p>Suvokti nevienodą individų augimo ir kitimo tempą, įvairiais amžiaus tūpsniais. Atpažinti gyvojoje gamtoje vykstančio augimo ir kitimo procesus.</p>	<p>Stiprinti vaikų pasitikėjimą savimi, padėti daugiau sužinoti apie save bei išsiaiškinti, ką galima ir ko negalima daryti. Supažindinti su tam tikromis taisyklėmis, teigiamais ir konstruktyviais sprendimo būdais, siekiant ateities tikslų. Supažindinti su vienas kitam daroma įtaka ir pagalbos būdais, padėti įtvirtinti pasitikėjimą savimi. Suvokti savo pasitikėjimus ir priimti tinkamus sprendimus. Suvokti kitimą sąlygojančius veiksnius. Rasti paprasčiausią tinkamo sprendimo priėmimo būdą.</p>
Priklausymas grupei	<p>Išsiaiškinti, kurie žmonės vaikui svarbūs. Suvokti artimų žmonių reikšmę vaiko gyvenime.</p>	<p>Suvokti, kad bendraudami su kitais žmonėmis išgyvename tam tikrus jausmus, patiriame emocijų. Suvokti, kad mes taip pat darome įtaką kitų jausmams. Suvokti sudėtingą draugo ir draugystės</p>	<p>Suprasti, ką jaučia neįgalūs žmonės. Padėti neįgaliems žmonėms įveikti iškilusios sunkumus.</p>	<p>Rasti būdų, padedančių susidraugauti ir palaikyti draugystę. Suvokti, kodėl draugystė kartais baigiasi ar pasidaro ne tokia stipri. Rasti būdų, kaip sumažinti skausmą dėl pasibaigusios draugystės.</p>	<p>Suvokti, kad klysta kiekvienas žmogus nepriklausomai nuo amžiaus ir patirties. Suvokti, kad klysti visai nebaisu, o kartais net ir šaunu. Išmokyti pasinaudoti savo klaidomis. Pripažinti savo klaidas.</p>

		reikšmę gyvenime. Suvokti draugystės pranašumus.			
Rizikos situacijos	Ugdyti gebėjimą suvokti ir atpažinti rizikingas situacijas: pavojingas vietas, nesaugų savo elgesį ir blogus kitų kietinimus. Padėti suvokti galimus rizikingo elgesio padarinius, pasekmes. Pratintis atpažinti ir įvardyti rizikos situacijomis išgyvenamus jausmus.	Ugdytis gebėjimą išvelgti rizikingą elgesį skatinančių žmonių kietinimus. Pajusti saugios rizikos ir pavojingo elgesio skirtumą. Bandyti susilaikyti nuo rizikingo elgesio.	Ugdytis gebėjimą pasirinkti saugios žaislus ir saugias žaidimų vietas. Pratintis susilaikyti nuo pavojingų žaidimų. Mokytis taikiai spręsti konfliktus, ugdytis probleminio mąstymo gebėjimus. Užjausti vienišą, atstumtą, mokytis jam padėti.	Pratinti atpažinti rizikos situacijas, padėti kitam jas atpažinti. Ugdytis gebėjimą pasakyti „ne“ jei kas nors provokuoja rizikingą elgesį. Pratintis atsispirti pagundoms ir tvirtai laikytis taisyklių, susitarimo. Ugdytis kritinio mąstymo gebėjimus.	Padėti suvokti, jog patekus į bėda būtina kam nors apie tai pasakyti, prašyti pagalbos. Ugdytis gebėjimą kalbėti apie slegiančius dalykus. Išbandyti naujus būdus, padedančius atsikratyti įtampos: išvelgti džiugus dalykus, pasikalbėti, fiziškai atsipalaiduoti. Sužinoti į kokius žmones ar tarnybas gali kreiptis į bėdą pakliuvęs vaikas.