



### 1-4 klasėse mokiniai ugdytis šiuos įgūdžius:

- |  |  |   |
|--|--|---|
| ✓ <i>Emocijų atpažinimas</i>             | ✓ <i>skirtumų suvokimas</i>            | ✓ |
| ✓ <i>impulsyvumo ir impulsų kontrolė</i> | ✓ <i>įvairovės priėmimas</i>           | ✓ |
| ✓ <i>tiksli savivoka</i>                 | ✓ <i>įvairovės vertinimas</i>          | ✓ |
| ✓ <i>pasitikėjimas savimi</i>            | ✓ <i>socialinis įsitraukimas</i>       | ✓ |
| ✓ <i>stipriųjų pusių atpažinimas</i>     | ✓ <i>pagalbos prašymas ir teikimas</i> | ✓ |
| ✓ <i>tikslų išsikėlimas</i>              | ✓ <i>santykių kūrimas</i>              | ✓ |
| ✓ <i>savikontrolė</i>                    | ✓ <i>bendravimas</i>                   | ✓ |
| ✓ <i>savidrausmė</i>                     | ✓ <i>bendradarbiavimas</i>             | ✓ |
| ✓ <i>streso valdymas</i>                 | ✓ <i>konfliktų sprenimas</i>           | ✓ |
| ✓ <i>savimotyvacija</i>                  | ✓ <i>situacijos analizė</i>            | ✓ |
| ✓ <i>savarankiškumas</i>                 | ✓ <i>problemos atpažinimas</i>         | ✓ |

ATIDŪS IR RŪPESTINGI

Planavimas

3.3

## Kas tave erzina?

*Gebėjimas tinkamai reaguoti į erzinantį elgesį yra labai svarbus savitarpio santykių įgūdis. Jis padeda ugdyti empatiją ir socialinę savimone.*

### SEU KOMPETENCIJOS

Socialinis sąmoningumas,  
Tarpusavio santykiai

**ĮGŪDŽIAI:** empatija, pagalbos  
siekimas

### PRIEMONĖS

- ✓ Temos atskleidimo 3.3.1 pateiktis
- ✓ Temos analizės 3.3.2 pateiktis
- ✓ Temos analizės 3.3.2 pateiktis kopijos
- ✓ Žurnalas *Mano laikas*
- ✓ Dalijamosios medžiagos *Jungiamo šeimos* 3.3 užduoties lapas
- ✓ Dideli popieriaus lapai

### KLASĖS IŠDĖSTYMAS

- 1 visa klasė 2 visa klasė
- 3 porose 4 individualiai

### UŽDAVINIAI

Vaikai gebės

- ✓ paaiškinti, kaip reikia reaguoti, jeigu klasės draugai juos erzina;
- ✓ tinkamai atsakyti į erzinantį elgesį.

### ĮGŪDŽIŲ PAŽANGA



#### PRAĖJUSIAIS METAIS

vaikai mokėsi tinkamai prašyti pagalbos.



**ŠIAIS METAIS** vaikai mokosi tinkamai reaguoti, kai kas nors juos skaudina ar suerzina.



**KITAIŠ METAIS** vaikai toliau mokysis metodo *Kas, kodėl ir kaip*, kuris padeda tinkamai reaguoti į erzinantį elgesį.

## 1 TEMOS ATSKLEIDIMAS 10 MINUČIŲ

Pamoka **Ryšys**

1 VEIKLA

Pasakykite klasei, kad šiandien mokysitės, kaip kalbėtis su žmonėmis, kurių elgesys kelia jums nerimą ar erzina. Paprašykite vaikų prisiminti įvykį, kada koks nors žmogus yra juos erzinęs. Paklauskite, kaip vaikai reagavo į tokį elgesį. Parodykite **temos atskleidimo 3.3.1 pateiktį**, kurioje yra naudingos informacijos kalbėtis šia nelengva tema. Tada išdalykite vaikams popieriaus lapus ir paprašykite taikant metodą „Minčių lietus“ atsakyti į klausimą.



### PAKLAUSKITE. Kokie kitų žmonių poelgiai tave erzina?

Pakvieskite norinčiuosius perskaityti savo atsakymus. Užrašykite šiuos atsakymus ant didelio popieriaus lapo su pavadinimu „Dalykai, kurie mane erzina“. Paašinkite vaikams, kad, nors mes negalime kontroliuoti kitų žmonių elgesio, mes galim kontroliuoti savo atsaką į šį elgesį. Tegul vaikai apverčia savo lapus ir kitoje pusėje užrašo, ką jie daro, kai kiti žmonės juos erzina.

### PAKLAUSKITE. Ką jūs paprastai darote, kai kas nors jus erzina?

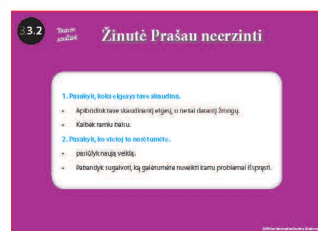
Pakvieskite norinčiuosius pasidalyti savo atsakymais. Pripažinkite, kad gali būti nelengva nuspręsti, kaip elgtis, kada tave kas nors erzina.

## 2 TEMOS ANALIZĖ 10 MINUČIŲ

INSTRUKCIJOS

Paašinkite klasei, kad viena iš priežasčių, kodėl gali būti sunku kalbėti apie erzinantį elgesį, yra baimė užgauti šio žmogaus jausmus.

Pakvieskite norinčiuosius priminti klasės draugams apie pagarbos ir klausymosi svarbą pokalbio metu. Tada pasakykite vaikams, kad mokysitės įgūdžių, kurie padės jiems išlikti pagarbiems ir neužgauti kitų žmonių jausmų, netgi kalbant apie erzinantį šių žmonių elgesį.



### Pristatykite žinutę *Prašau neerzinti*

Parodykite **temos analizės 3.1.2 pateiktį** „Prašymas neerzinti“. Pasakykite klasei, kad šis prašymas susideda iš dviejų dalių, kurias dabar aptarsite.

### Pasakykite, koks elgesys jus erzina.

- Apibūdinkite jus erzinantį elgesį, o ne tai darantį žmogų.
- Kalbėkite ramiu balsu.



## Jungiamė bendruomenę

Pakvieskite grupę mažesnių vaikų apsilankyti jūsų klasėje ir pasimokyti, kaip reikia elgtis, kai koks nors žmogus juos erzina. Tegul jūsų klasės vaikai parodo svečiams sąrašą „Dalykai, kurie mane erzina“ ir trumpą vaidinimą apie tinkamą atsaką į skaudinantį elgesį. Paskatinkite norinčiuosius iš mažesnių vaikų dalyvauti pokalbyje.



## Jungiamė šeimas

Tegul vaikai pasikalba su savo šeimos nariais apie tai, kas skaudina jų mėgstamo filmo, laidos ar knygos veikėją. Duokite vaikams parsinešti į namus dalijamosios medžiagos **Jungiamė šeimas** užduoties lapą **Erzinantis elgesys**. Vaikai turi jame parašyti šiam veikėjui kelis žinutes *Prašau neerzinti* variantus ir aptarti, kaip šis metodas galėtų padėti ir bendraujant šeimoms.



## Pritaikymas bendrosioms programoms

**KALBA.** Tegul vaikai parašo trumpą rašinėlį apie žmogų, kurio diena buvo itin bloga. Rašinėlyje herojus bendraudamas su jį erzinančiais žmonėmis turi pasakyti žinutę *Prašau neerzinti*. Kai užduotis bus baigta, vaikai galės paskaityti savo istorijas visai klasei ir paklausti, kaip istorijų veikėjai susidoroję su problemomis.

### SOCIALINIAI MOKSLAI.

Paskatinkite vaikus grupėse sukurti kokios nors jų matytos populiarios kulinarinės laidos parodiją. Tegul vaikai vaidinimui pasirenka kokį nors nesudėtingą patiekalą, pavyzdžiui kiaušinienę ar skrebučius. Kiekvienas „kulinaras“ gauna vieną ar kelias užduotis. Vaikai turi sugalvoti situaciją, kai du ar daugiau „kulinarų“ vienoje virtuvėje ima trukdyti vienas kitam. Tegul vaikai savo veikėjams sukuria žinutes *Prašau neerzinti*, kad kulinarinė laida praeitų sklandžiai. Pakvieskite norinčiuosius parodyti savo vaidinimus likusiems klasės draugams.

## Pasakykite, ko vietoj to norėtumėte.

- Pasiūlykite naują veiklą.

## Pabandykite sugalvoti, ką galėtumėte nuveikti kartu problemai išspręsti.

### Pademonstrukite, kaip taikyti žinutę *Prašau neerzinti*

Grįžkite prie sąrašo „Dalykai, kurie mane erzina“. Pasirinkite iš sąrašo vieną pavyzdį ir pakartokite, koks elgesys šiame pavyzdyje erzina. Sugalvokite žinutę *Prašau neerzinti*, kuri padėtų išspręsti šią problemą. Toliau yra pateikti keli prašymo variantai, kuriais galite pasiremti.

**SAKYKITE.** *Kai tu paimi mano pieštukus neatsiklausęs, aš nežinau, kur jie yra. Prašau kitą kartą pasiklausti prieš imant iš manęs ką nors.*

**SAKYKITE.** *Jūsų pokalbis trukdo man skaityti knygą. Dabar mes visi turime tyliai skaityti. Gal jūs norite, kad padėčiau jums rasti naują knygą?*

**SAKYKITE.** *Kai tu pliaukšteli man per nugarą, tai mane tikrai išgąsdina ir sutrukdo man dirbti. Jeigu tu nori atkreipti mano dėmesį, tiesiog pakviesk mane vardu.*

Taip dirbkite su kiekvienu erzinančio elgesio pavyzdžiu tol, kol pajusite, kad vaikai išties supranta, kad į tokių elgesį dera reaguoti mandagiai. Tada kreipkitės į klasę.

**PAKLAUSKITE.** *Kaip žinutė „Prašau neerzinti“ padeda ir man, ir mane erzinančiam žmogui?*

Paašškinkite, kad žinutė *Prašau neerzinti* padeda kalbančiajam nutraukti jam nemalonų elgesį ir neįžeisti taip besielgiančio žmogaus. Šis prašymas yra naudingas ir tam žmogui, kuris erzina kitą, nes padeda jam sužinoti apie kito žmogaus reakciją ir pasiūlo kitą elgesio variantą. Taigi šis metodas leidžia išspręsti konfliktą.

Pakabinkite klasėje atspausdintą pateiktą su žinute *Prašau neerzinti* ir pasakykite vaikams, kad jie gali taikyti šį metodą, kada tik prireikia.

## 3

## PRAKTIKA 15–20 MINUČIŲ

2 VEIKLA

### Paašškinkite veiklą žinutė *Prašau neerzinti*

Pasakykite klasei, kad netrukus duosite užduotį išnagrinėti dvi situacijas. Paašškinkite, kad ši veikla padės jiems porose pasimokyti kurti žinutes *Prašau neerzinti*.

### Vaikai mokosi kurti žinutes *Prašau neerzinti*

Kūrybiškai suskirstykite vaikus poromis. Liepkite poroms ant atskirų lapų užrašyti dvi situacijas.

- Kažkas paėmė nuo stalo mano rašiklį.
- Kažkas išpylė klijus ir pasakė, kad tai padariau aš.

Tegul poros kiekvienai situacijai sukuria po vieną žinutę *Prašau neerzinti*. Kai užduotis bus atlikta, trumpai aptarkite dažniausius atsakymų variantus.

## Refleksija

Vaikai, naudodamiesi savo žurnalu *Mano laikas*, apmąsto ir aptaria su klase, ką išmoko per šią pamoką.

<b>Kas?</b>	Kas yra žinutė <i>Prašau neezinti?</i>
<b>Kas iš to?</b>	Kaip jūs jaučiatės žinodami, kad prirėikus galite pasinaudoti žinute <i>Prašau neezinti?</i> Kuo šis būdas yra geresnis palyginti su jūsų ankstesne reakcija?
<b>Kas toliau?</b>	Kaip, jūsų nuomone, žinutė <i>Prašau neezinti</i> padės jums sutarti su draugais kartu dirbant ar žaidžiant? Kaip pasielgsite, kai kas nors jus erzins?

## 4 PRITAIKYMAS 5 MINUTĖS

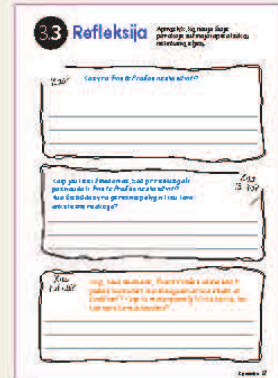
Tegul vaikai pritaiko žinias apie žinutę *Prašau neezinti* ir atlieka užduotis žurnalo *Mano laikas* pritaikymo puslapyje. Šiame puslapyje pateiktos naujos situacijos, kuriose galima pritaikyti šį metodą.

## ĮVERTINIMAS

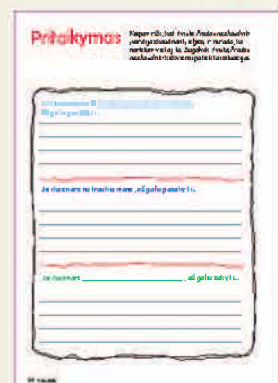
**PRAKTIKA (neformalusis vertinimas).** Perskaitykite vaikų atsakymus popieriaus lapuose bei žurnale *Mano laikas* esančias refleksijos užduotis ir įvertinkite, kaip vaikai supranta ir geba perduoti žinutę *Prašau neezinti*.

**PRITAIKYMAS (formuojamasis vertinimas).** Peržvelkite atsakymus žurnale *Mano laikas* ir įvertinkite, kaip vaikai įvairiose situacijose supranta ir geba perduoti žinutę *Prašau neezinti*.

## Refleksijos šaltinis: Žurnalas *Mano laikas*, 37 psl.



## Pritaikymo šaltinis: Žurnalas *Mano laikas*, 38 psl.



## ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS UŽ KLASĖS RIBŲ

### Atlikite!

SUSTIPRINTI

**PRAKTIKA.** Kad vaikams būtų lengviau suprasti, kad žinutė *Prašau neezinti* yra iš dviejų dalių, paprašykite jų susukti du popieriaus lapus ir pasigaminėti garsiakalbius. Vienas garsiakalbis bus skirtas „įvardyti elgesį“, kitas garsiakalbis – „pasiūlyti ką nors kita“. Tegul vaikai, sukūrę žinutę *Prašau neezinti*, kiekvieną žinutės dalį paskelbia per atskirą garsiakalbį. Toks veiksmas padės vaikams įsąmoninti skirtumą tarp prašymo dalių.

### Nupieškite!

**PRITAIKYMAS.** Tegul vaikai išsirenka vieną iš pateiktų situacijų ir nupiešia nedidelį komiksą. Pirmajame paveikslėlyje komiso veikėjas įvardija jį skaudinančią elgesį. Antrajame paveikslėlyje šis veikėjas pasako, kaip siūlytų elgtis. Trečiajame paveikslėlyje abu komikso veikėjai turėtų daryti tai, ką pasiūlė pirmasis veikėjas. Šis darbas suteiks vaikams galimybę geriau suvokti, kaip veikia žinutė *Prašau neezinti*.

### Perskaitykite naujienas!

PRATURTINTI

**PRAKTIKA.** Pasiūlykite poroms pasirinkti kokį nors patikimą žinių šaltinį ir paieškoti informacijos apie realius konfliktus. Tegul vaikai išspausdina šiuos straipsnius ir įdeda juos į plakatą, o šalia užrašo žinutę *Prašau neezinti*, kuri straipsnio veikėjams galėtų padėti išspręsti šiuos konfliktus. Pakabinkite plakatus klaseje.

### Suvaidinkite!

**PRITAIKYMAS.** Vaikai turės išsirinkti kurią nors situaciją iš žurnalo *Mano laikas* pritaikymo puslapio ir pagal ją sukurti lėlių vaidinimą. Lėlėms kurti galima panaudoti kojines arba pasigaminėti jas iš popieriaus. Kiekvienai lėlei reikia parašyti trumpą scenarijų. Norintieji galės parodyti savo vaidinimus mažesniems vaikams ir supažindinti juos su žinute *Prašau neezinti*.