**GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ ILGALAIKIO PLANO RENGIMAS**

Ilgalaikio plano pavyzdyje pateikiamas preliminarus 70-ies procentų Bendruosiuose ugdymo planuose dalykui numatyto valandų skaičiaus paskirstymas:

* stulpelyje *Mokymo(si) turinio sritis* yra pateikiamos Gyvenimo įgūdžių bendrosios programos (toliau – BP) sritys;
* stulpelyje *Mokymo(si) turinio tema* yra pateikiamos Gyvenimo įgūdžių BP temos;
* stulpelyje *Valandų skaičius* yra nurodytas galimas nagrinėjant temą pasiekimams ugdyti skirtas pamokų skaičius. Daliai temų valandos nurodytos intervalu, pvz., 1–2. Lentelėje pateiktą pamokų skaičių mokytojas gali keisti atsižvelgdamas į mokinių poreikius, pasirinktas mokymosi veiklas ir ugdymo metodus;
* stulpelyje *30 proc. val.* mokytojas, atsižvelgdamas į mokinių poreikius, pasirinktas mokymosi veiklas ir ugdymo metodus, galės nurodyti, kaip paskirsto valandas laisvai pasirenkamam turiniui;
* stulpelyje *Ugdomi pasiekimai* yra pateikiamiGyvenimo įgūdžių pamokoje ugdomi pasiekimai, remiantis Gyvenimo įgūdžių BP;
* stulpelyje *Ugdomos kompetencijos* yra pateikiamosGyvenimo įgūdžių pamokoje ugdomos kompetencijos, remiantis Gyvenimo įgūdžių BP;
* stulpelyje *Integracija* yra pateikiamos integravimo galimybės.

Dėl ilgalaikio plano formos susitaria mokyklos bendruomenė, tačiau nebūtina siekti vienodos formos. Skirtingų dalykų ar dalykų grupių ilgalaikių planų forma gali skirtis, svarbu atsižvelgti į dalyko(-ų) specifiką ir sudaryti ilgalaikį planą taip, kad jis būtų patogus ir informatyvus mokytojui, padėtų planuoti trumpesnio laikotarpio (pvz., pamokos, pamokų ciklo, savaitės) ugdymo procesą, kuriame galėtų būti nurodomi ugdomi pasiekimai, kompetencijos, sąsajos su tarpdalykinėmis temomis. Pamokų ir veiklų planavimo pavyzdžių galima rasti BP įgyvendinimo rekomendacijose. Planuodamas mokymosi veiklas mokytojas tikslingai pasirenka, kurias kompetencijas ir pasiekimus ugdys atsižvelgdamas į konkrečios klasės mokinių pasiekimus ir poreikius. Šį darbą palengvins naudojimasis [Švietimo portale](https://emokykla.lt/) pateiktos BP [atvaizdavimu](https://www.emokykla.lt/bendrosios-programos/visos-bendrosios-programos/48) su mokymo(si) turinio, pasiekimų, kompetencijų ir tarpdalykinių temų nurodytomis sąsajomis.

**Gyvenimo įgūdžių Ilgalaikio plano 7 klasei pavyzdys**

**Bendra informacija:**

**Klasė** 7

**Mokslo metai \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Savaitinių pamokų skaičius** 1

**Vertinimas \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| EIL. NR. | MOKYMO(SI) TURINIO SRITIS | MOKYMO(SI) TURINIO TEMA | VALANDŲ SKAIČIUS | 30 PROC. | UGDOMI PASIEKIMAI | UGDOMOS KOMPETENCIJOS | INTEGRACIJA |
| 1. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | 1–3 |  | Paaiškina, kokiose situacijose neįmanoma pakeisti emocijų, todėl svarbu koncentruotis į kitus dalykus, analizuoja pykčio priežastis ir taiko pykčio valdymo būdus. Parodo, kaip nukreipti savo mintis, veiksmus ir emocijas teigiama linkme, paaiškina, kur galima kreiptis nepavykus suvaldyti nerimo, streso ar kitas rūpesčius keliančias emocijas (A1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 2. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | 1–3 |  | Remdamasis savo įgūdžiais, pomėgiais ir asmeninėmis savybėmis numato savo karjeros ir (ar) savanorystės galimybes ir imasi veiksmų jas įgyvendinti (A2.3) | Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 3. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | 1–3 |  | Ilgalaikius mokymosi tikslus derina su karjeros tikslais, susikuria sėkmės kriterijus tikslo įgyvendinimo žingsniams vertinti, paaiškina, kaip save motyvuoti susidūrus su nesėkme ar kliūtimi (A3.3) | Kūrybiškumo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 4. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kaip supranta žodžius „priimti kito emocijas“, pademonstruoja, kaip paaiškinti „ketinimas – poveikis“, ir bendraudamas rodo abipusę pagarbą (B1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 5. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kaip galios pasiskirstymas veikia bendravimą grupėje ar komandoje, dirbdamas grupėje išklauso ir vertina siūlomas idėjas, o ne pateikusius idėjas asmenis (B2.3) | Komunikavimo; Kūrybiškumo; Pažinimo; Pilietiškumo; |  |
| 6. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kaip kultūrų įvairovė daro įtaką sveikatą tausojančiam elgesiui ir kaip asmeniniai tikslai, vertybės ir įgūdžiai padės suvaldyti konfliktines situacijas (B3.3) | Kultūrinė; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 7. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kaip stereotipai daro įtaką santykiams, konflikto atsiradimui, atpažįsta ir įvardija pavojingas žmonių, draugų savybes, jų elgesį. Paaiškina ir argumentuoja skirtingų konflikto sprendimo technikų veiksmingumą, taiko abipusio konflikto sprendimo įgūdžius (B4.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 8. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | 1–3 |  | Paaiškina, kas yra socialinės normos, kaip asmens teisės siejasi su atsakomybėmis ir kaip nustatyti teisių ir atsakomybių ribas (C1.3) | Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 9. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | 1–3 |  | Paaiškina, kaip priima tinkamus sprendimus patirdamas bendraamžių spaudimą, pateikia pavyzdžių, kaip bendraamžiai gali padėti priimti tinkamus sprendimus (C2.3) |  |  |
| 10. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | 2–4 |  | Argumentuoja, kaip asmeninės atsakomybės už sveikatą prisiėmimas prisideda prie šeimos, bendruomenės narių ir Lietuvos gyvenimo gerinimo. Paaiškina, kas yra aktyvus ir pasyvus saugumas eismo aplinkoje, darbo aplinkoje, panaudoja žinias mokydamas saugaus ir sveikatą tausojančio elgesio jaunesnius mokinius. Įvardija apsaugos būdus radioaktyviojo, biologinio ir cheminio užterštumo atvejais (šeimos saugumo planas, išvykimo krepšys, evakavimas(is), skydliaukės blokavimas jodu, asmeninės ir kolektyvinės apsaugos priemonės). Paaiškina, ką daryti, išgirdus perspėjimo sireną, parodo, kaip nusistatyti mobilųjį telefoną perspėjimo pranešimui gauti. Apibūdina prekybos žmonėmis formas ir išvardija prevencijos būdus, kurie apsaugo nuo prekybos žmonėmis, paaiškina, kaip atpažinti, kad asmuo atsidūrė nusikalsti linkusių asmenų akiratyje (D1.3) | Pilietiškumo; Skaitmeninė; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |
| 11. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | 2–4 |  | Paaiškina, kaip užtikrinti lytinę ir reprodukcinę sveikatą, paaiškina, kas yra nėštumas, jo planavimas, kokie yra fiziniai, socialiniai ir emociniai planuoto ir neplanuoto nėštumo aspektai, kokios nutrūkusio nėštumo pasekmės. Skaito ir „išpakuoja“ reklamuojamų produktų, reklaminių strategijų siunčiamas žinutes, argumentuoja, kodėl svarbu išmokti suprasti cheminės saugos ženklus ir gebėti įvertinti medžiagų palankumą arba pavojų sveikatai. Išvardija ir apibūdina bendruomenės paslaugas, organizacijas, tarnybas, kurios gali suteikti informaciją ar pagalbą sprendžiant psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo problemą, demonstruoja, kaip padėti pažįstamam asmeniui kreiptis ir ieškoti pagalbos (D2.3) | Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |