**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 3 klasei pavyzdys**

**Bendra informacija:**

**Klasė** 3

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

**Savaitinių pamokų skaičius** Mokoma integruotai

**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, kas yra jausmai, emocijų raiškai taiko proceso „mintys-veiksmai-emocijos“ logiką, paaiškina, kada neigiamos emocijos gali tapti naudingos. Atpažįsta ir įvardija fizinius pojūčius ir emocijas, kurie rodo grėsmę keliantį pavojų ar nerimą, pademonstruoja išmoktos nusiraminimo sekos „Įvardyk emociją – nusiramink – apmąstyk“ žingsnius (A1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Kalbinis ugdymas; Dorinis ugdymas; Fizinis ugdymas; Klasės val. |
| 2. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | 1–3 |  | Paaiškina, kaip patirtos nesėkmės gali padėti siekti išsikeltų sėkmių, pateikia pavyzdžių, kaip asmeniškai prisideda prie bendruomenės gerovės ir kaip – bendruomenė (A2.3) | Komunikavimo; Kūrybiškumo; Pažinimo; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Visuomeninis ugdymas; Dorinis ugdymas; Klasės val.; Galima integracija į visus dalykus |
| 3. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | 1–3 |  | Išsikelia mokymo(si) tikslą, fiksuoja pažangą žodžiu, raštu, paaiškina, kas yra vidinė ir išorinė motyvacija, pateikia vidinės motyvacijos pavyzdžių iš savo patirties (A3.3) | Komunikavimo; Kūrybiškumo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Dorinis ugdymas; Klasės val.; Galima integracija į visus dalykus |
| 4. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Iš žodinių ir nežodinių užuominų paaiškina kito žmogaus jauseną ir tinkamai į ją reaguoja, įvardija, pateikia abipusės pagarbos pavyzdžius, pagarbiai elgiasi (B1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Dorinis ugdymas; Kalbinis ugdymas; Klasės val. (pagal poreikį visi dalykai) |
| 5. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kaip vertybės padeda sutarti grupės nariams, įsipareigoja ir prisiima atsakomybę dirbant grupėje, komandoje, kartu su grupe nustato bendrus tikslus (B2.3) | Komunikavimo; Kultūrinė; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Visi dalykai |
| 6. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kas yra privatumas ir duomenų apsauga, pasakoja apie skirtingų kultūrų bendravimo ypatumus, argumentuoja, kaip skirtingų kultūrų žmonės praturtina vieni kitų gyvenimą (B3.3) | Kultūrinė; Skaitmeninė; | Visuomeninis ugdymas; Kalbinis ugdymas |
| 7. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | 1–3 |  | Paaiškina, kas yra teigiamas ir neigiamas bendraamžių spaudimas, ir pademonstruoja, kaip atsispirti, paaiškina ir pateikia pavyzdžių, kaip atskirti problemos įvardijimą nuo kaltinimo. Paaiškina, kaip jaučiasi visi patyčių dalyviai, pademonstruoja veiksmingus atsako į patyčias būdus (B4.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Kalbinis ugdymas; Visuomeninis ugdymas; Dorinis ugdymas; Klasės val.; Galima integracija į visus dalykus (informacijos patikimumas) |
| 8. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | 1–3 |  | Paaiškina, kaip atsispirti provokacijai pažeisti taisykles, kaip reaguoti ir į ką kreiptis, jeigu nežino, kaip pasielgti (C1.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Visuomeninis ugdymas; Dorinis ugdymas; Kalbinis ugdymas; Fizinis ugdymas; Gamtamokslinis ugdymas; Technologinis ugdymas; Klasės val. |
| 9. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | 1–3 |  | Paaiškina, kaip bendraamžiai daro įtaką priimant sprendimus, kaip įvertinti spaudimą ir priimti sprendimą pritaikius sprendimo priėmimo metodą (C2.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Skaitmeninė; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Dorinis ugdymas; Kalbinis ugdymas; Visuomeninis ugdymas; Klasės val. (visi dalykai - problemų sprendimas, alternatyvų vertinimas) |
| 10. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | 2–4 |  | Atpažįsta kitų nesaugų elgesį ir paaiškina, koks elgesys bus saugus ir padės saugoti save ir kitus, paaiškina, kas yra išvykimo krepšio paruošimas. Saugiai evakuojasi iš uždarų patalpų, padeda evakuotis draugui. Įvardija saugaus elgesio taisykles gavus informaciją apie pavojų, papasakoja, kokios skubiosios pagalbos tarnybos teikia pagalbą, ir ją apibūdina. Įvardija asmenines savybes, įgūdžius ir gebėjimus, kurie padės išvengti rizikingų situacijų, paaiškina, kokių pirmųjų veiksmų imtis patyrus smurtą ir kas gali suteikti pagalbą (D1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Gamtamokslinis ugdymas; Technologinis ugdymas; Fizinis ugdymas; Visuomeninis ugdymas; Kalbinis ugdymas; Meninis ugdymas; Dorinis ugdymas; Klasės val. |
| 11. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | 2–4 |  | Paaiškina kasdienės higienos brandos periodu ypatumus, kas yra sveika gyvensena ir kaip ji padeda siekti išsikeltų tikslų ir saugoti sveikatą. Apibūdina, kas yra sveikatos sutrikimas, paaiškina, kaip atpažinti ir kada reikia kreiptis pagalbos, pademonstruoja pirmosios pagalbos teikimo įgūdžius. Papasakoja apie žalingą alkoholio ir tabako poveikį sveikatai ir gyvybei, įvardija savo vertybes ir nuostatas, kurios padės atsispirti jų vartojimui, argumentuoja (D2.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Gamtamokslinis ugdymas; Technologinis ugdymas; Fizinis ugdymas; Kalbinis ugdymas; Meninis ugdymas |