



**Out of The Net**  
Erasmus+ Programme – Strategic Partnership  
2020-1-PL01-KA201-082223

Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union 

# IŠTRŪKĘ IŠ TINKLO

2020-1-PL01-KA201-082223

## Gerosios hikikomorio sindromo prevencijos patirtys švietimo aplinkoje

Intelektualinis produktas 4



Polo Europeo  
della Conoscenza



UNIVERSITÀ  
DEGLI STUDI  
DI PADOVA



Junta de  
Castilla y León  
Consejería de Educación



*Europos Komisijos parama šio leidinio leidybai nereiškia, kad ji pritaria jo turiniui, kuris atspindi tik autorių  
požiūrį, ir Komisija negali būti laikoma atsakinga už bet kokį jame pateiktos informacijos panaudojimą.*

# Turinys

Hikikomorio fenomenas .....	3
Psichologiniai elgesio modeliai .....	3
Socialiniai elgesio modeliai .....	3
Sindromą sukeltantys veiksniai .....	4
Gerosios patirtys .....	4
Gamta .....	6
Grupiniai užsiėmimai su hipoterapijos elementais .....	6
Paukščių lesyklėlės ir lizdai .....	7
Užsiėmimai lauke .....	9
Pažintinis turizmas .....	9
Išėikime ir gyvenkime mieste .....	10
Menas ir kūryba .....	11
Vaikų rankų darbo grožis ir stebuklai .....	11
Mokyklos tinklalaidė „Ką veikiame savaitgalį?“ .....	13
Ratai .....	15
Muzika .....	17
Mūsų pasaulio garsai: mūsų aplinkos garsovaizdis .....	17
Garsų pasaka .....	19
Kūrybinės sąveikos grupė .....	20
Seminarai .....	21
Dirbtuvės vaikams ir tėvams .....	21
Seminarai tėvams „Vaikai ir ekranai – atsakingas prietaisų naudojimas“ .....	22
Seminarai vaikams „Ekranų naudojimas ir piktnaudžiavimas jais“ .....	24
Ilgalaikės programos .....	26
Laisvalaikis ir tinklas (OciRed) .....	26
Jaunųjų lyderių programa .....	28
Savaitgalio stovykla vaikams .....	29

# Hikikomorio fenomenas

Terminas „hikikomoris“ kilęs iš japoniško žodžio 引籠もり, kurį sudaro du simboliai: „hiku“ – „traukti“, „komoru“ – „izoliuota erdvė“, „krepšys“ arba „socialinė izoliacija“.

Hikikomoris (socialinio pasitraukimo forma) apibūdina elgesį, kai paaugliai ir jauni suaugusieji atsisako visų realaus gyvenimo (išskyrus virtualius) kontaktų su visuomene ir pasitraukia iš bet kokios socialinės veiklos. Šis sindromas dar vadinamas nenormaliu socialinių kontaktų nutraukimu.

Tai reiškiny, kai jauni suaugusieji, baigę vidurinę mokyklą ar universitetą arba metę mokslus ir nebaigę jų, nesiima darbo, o nutraukia ryšius su visuomene ir gyvena daugiausia šeimos namuose. Japonijoje hikikomorio sindromu dažniau serga vyrai (76,4 proc.).

Japonijos sveikatos, darbo ir gerovės ministerija hikikomorį apibrėžia kaip būseną, kai jaunas žmogus:

1. daugiausia būna namuose;
2. negali dalyvauti arba nedalyvauja socialinėje veikloje, pvz., eiti į mokyklą ar dirbti;
3. tokia būseną tęsiasi ilgiau nei 6 mėnesius;
4. neturi nei psichozinės patologijos, nei vidutinio ar žemesnio lygio protinio atsilikimo;
5. neturi artimų draugų.

Kadangi hikikomorio sindromas gana plačiai paplitęs Japonijoje, yra tyrimų ir pranešimų, patvirtinančių, kad hikikomorio sindromu sergančių žmonių taip pat yra Pietų Korėjoje, Jungtinėje Karalystėje, Omane, Ispanijoje, Italijoje ir kt.

## Psichologiniai elgesio modeliai

- Kompensacinė motyvacija vengti nesėkmės
- Nerimas, baimė, fobijos
- Nelaimės
- Priklausomybė nuo žaidimų (internetiniai vaizdo žaidimai)
- Vienatvė
- Apatija, subdepresija, sutrikimai, depresyvus ir asocialus požiūris
- Neadekvatus savęs vertinimas
- Egoizmas
- Infantili asmenybė (nenori prisiimti atsakomybės už savo gyvenimą, nesugeba priimti sprendimų, linkęs kaltinti kitus)
- Protestavimas prieš tėvų ir visuomenės spaudimą, kuris atima asmeninį pasirinkimą
- Pagrindinių poreikių, tokių kaip bendravimas, gyvybiniai poreikiai, švari ir tvarkinga gyvenamoji erdvė ir kt. slopinimas (frustracija)
- Potencialūs suicidiniai polinkiai
- Agorafobija

## Socialiniai elgesio modeliai

- Socialinė izoliacija (socialinis uždarumas, atsiskyrimas)
- Socialinės adaptacijos sutrikimai (vengimas bendrauti, santūrus elgesys, mažesnė emocinė reakcija ir pan.)
- Agresija kitų atžvilgiu
- Priklausomybę sukeltantys elgesio modeliai
- Socialinis protestas, vartotojiškos visuomenės, jos taisyklių ir veidmainystės atsisakymas
- Bendro socialinio gyvenimo taisyklių ir normų atmetimas
- Gyvų santykių su žmonėmis nebuvimas, socialinių pareigų, emocinio ryšio, rūpinimosi, įsitraukimo vengimas

## Sindromą sukeltantys veiksniai

### Autopatiniai (pirminis hikikomoris)

- Socialinės fobijos genetinės prielaidos
- Autizmas
- Psichikos sutrikimai

### Psichologiniai ir socialiniai (antrinis hikikomoris)

- Patyčios ir kita stresą kelianti patirtis
- Nesubalansuoti konfliktiški santykiai šeimoje, autoritariniai tėvai
- Bendraamžių atstūmimas (žemas socialinis statusas, socialinė atskirtis)
- Nesėkmės patirtis

## Gerosios praktikos

Toliau pateiktoje lentelėje apibendrinta geroji patirtis, apibūdinta pagal pavadinimą, amžiaus grupę, mokomąjį dalyką, trukmę ir vietovę. Visą parengtą gerosios praktikos pavyzdžių rinkinį galima rasti adresu <https://outofthenet.altervista.org/>. Tyrimai atlikti šiose šalyse: Ispanijoje, Lenkijoje, Lietuvoje, Bulgarijoje ir Italijoje. Verta pabrėžti, kad dokumentuoti mokymo ir mokymosi praktikos pavyzdžiai, skirti integruotai hikikomorio sindromo prevencijai ugdymo aplinkoje.

Veiklos pavadinimas	Amžiaus grupė	Pagrindinė veiklos sritis	Trukmė
Vaikų rankų darbo grožis ir stebuklai	8–13 metų	Menas ir kūryba	Trumpasis variantas – 2 val. Ilgasis variantas – 2 val. per savaitę
Paukščių lesyklėlės ir lizdai	6–7 metai	Gamta	1 mėnuo
Ratai	10–11 metų	Menas ir kūryba	40–50 min.
Kūrybinės sąveikos grupė	10–14 metų	Muzika	4 val.
Grupiniai užsiėmimai su hipoterapijos elementais	11–14 metų	Gamta	5 val.
Seminarai vaikams „Ekranų naudojimas ir piktnaudžiavimas jais“	7–12 metų	Seminarai	5 val.
Laisvalaikis ir tinklas ( <i>OciRed</i> )	6–12 metų	Ilgalaikės programos	4 užsiėmimai per mėnesį su mokiniais 1 seminaras per du mėnesius su tėvais
Išeikime ir gyvenkime mieste	7–11 metų	Veiklos lauke	2–3 val.
Seminarai tėvams „Vaikai ir ekranai – atsakingas prietaisų naudojimas“	Pradinių ir pagrindinių klasių mokiniai	Seminarai	1 sesija po 2 val. kiekvieną ketvirtį

Mokyklos tinklalaidė „Ką veikame savaitgalį?“	7–16 metų	Menas ir kūryba	Trumpa tinklalaidė – 45 min. ir 2 pasiruošimo val.
Pažintinis turizmas	11–14 metų	Veiklos lauke	4 val.
Garsų pasaka	8–12 metų	Muzika	5 val. 3 skirtingos pamokos
Mūsų pasaulio garsai: mūsų aplinkos garsovaizdis	8–12 metų	Muzika	5 val. 3 skirtingos pamokos
Savaitgalio stovykla vaikams	6–14 metų	Ilgalaikės programos	3 val. kiekvienai pamokai (10 susitikimų)
Dirbtuvės vaikams ir tėvams	11–14 metų	Seminarai	6 val.
Jaunųjų lyderių programa	11–14 metų	Ilgalaikės programos	5 val.

# Gamta

## Grupiniai užsiėmimai su hipoterapijos elementais

### Veiklos aprašymas

Šioje veikloje numatyti kas savaitiniai seminarai, kuriuose jaunimas turės galimybę išvykti už miesto ribų. Per užsiėmimus žirgynė mokiniai patiria tiesioginį ryšį su gamta ir gyvūnais. Be galimybės mokytis jodinėti, papildoma atrakcija ir terapinio pobūdžio veiklos stiprinimas yra rūpinimasis gyvūnais.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Smalsumo pažinti pasaulį, naujas aistras ir pomėgius skatinimas
- Atsakomybės jausmo ugdymas
- Emocinės sferos stiprinimas
- Dalyvių socialinės sąveikos realiame pasaulyje užmezgimas
- Priklausymo grupei jausmo sukūrimas
- Atsakomybės už gamtą ugdymas
- Aistrų ir interesų stiprinimas
- Tarpasmeninių ryšių kūrimas
- Savigarbos ir pasitikėjimo savimi lygio didinimas
- Viešojo kalbėjimo skatinimas
- Kūrybiškumo didinimas
- Erdvės kūrybiškam ir įkvepiančiam laiko praleidimo būdui sukūrimas

### Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

- vaikų dalyvavimą, atsižvelgiant į jų įsitraukimo į užduotį, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą lygį;
- kaip vaikai supranta veiklos tikslus, pasiūlant keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie pateikiami apibendrinimo etape.

### Amžiaus grupė

11–14 metų

### Veiklos tikslai

- Susipažinti su gyvūnais ir gamta.
- Kurti mažas socialines grupes.
- Kurti mokinių bendravimo erdvę.
- Didinti pasitikėjimo savo gebėjimais lygį.

### Trukmė

5 val. (1 val. kelionei, 3 val. pagrindinei veiklai, 1 val. grįžti iš kelionės)

Hipoterapiją siūloma atlikti bent 1 kartą per savaitę.

### Vieta

Laukas

### Reikalingos priemonės

Galimybė patekti į žaliąsias zonas, žirgynus

### Šalis

Lenkija

# Paukščių lesyklėlės ir lizdai

## Veiklos aprašymas

Šis užsiėmimas skirtas vaikams ir tėvams. Veikla parodo tėvams, kaip jie gali užmegzti ryšį su savo vaikais, juos įtraukti ir ugdyti šeimos aplinkoje.

Šeima bendromis pastangomis gamina paukščių lesyklėlę. Tėvai ir vaikai tyrinėja pasirinkto vietinio paukščio rūšį, maistą ir gyvenimo būdą. Šeima turi bendrą tikslą ir susivienija pasitikėjimo, rūpesčio, šilumos atmosferoje.

Tėvai planuoja, demonstruoja įgūdžius ir parodo vaikui, kaip ieškoma ir įgyjama žinių. Vaikas taip pat atlieka svarbų vaidmenį. Jis pristato gaminį mokyklai, demonstruoja žinias, paaiškina meistriškumą ir detalių svarbą paukščio patogumui. Vaikas paaiškina kiekvieno šeimos nario (net ir paties jauniausio) užduotis ir dalijasi bendro darbo įspūdžiais.

Bendro renginio metu vaikai, tėvai ir mokytojas patikrina tėvų parengtame sąraše, ar pasirūpino visais vietiniais paukščiais. Gali būti, kad yra „liūdnas“ paukštis, kuris dabar negavo lesyklos ar namelio. Jei taip nutiko, sudaromi „ateities planai“. Užsiėmimai baigiami emociu gaminių pakabinimu parke arba mokyklos kieme.

## Pasiruošimas veiklai

1. Mokytojas siūlo tėvams ir vaikams rūpintis paukščiais, gaminti lesyklas ir inkilus – tai įprasta priešmokyklinio ugdymo programos dalis. Jis (ji) mokymo programoje pateikia paprastą informaciją apie paukščių rūšis, tačiau prašo šeimos narių ją praturtinti paukščių, kurie lizdus suka ir gyvena regione, rūšimis. Kiekviena šeima pati pasirenka paukštį ir nusprendžia, ką gaminti ir kaip turėtų atrodyti jų sumanymas.

2. Visi šeimos nariai gali dalyvauti savarankiškai, naudodamiesi savo įgūdžiais. Mokytojas paaiškina tėvų, kaip mokymosi modelio, vaidmens svarbą ir vaiko, kaip komandinio šeimos darbo pristatytojo, vaidmenį.

3. Mokytojas pateikia tėvams pagrindinę informaciją ir naudingų detalių apie lesyklėlių kabinimą ir maitinimą: dydį, medžiagas ir jiems reikalingo maisto rūšį.

4. Mokytojas nurodo tėvams ir vaikams naudoti natūralias medžiagas, užtikrinti paukščiams komfortą ir natūralią priežiūrą. Taip pat pateikia pavyzdžių, kaip turėtų būti gaminamos paukščių lesyklėlės.

5. Šeima turi savaitę paukščių lesyklėlei pagaminti.

6. Nustatoma renginio data ir kiekvienas vaikas turi galimybę pristatyti savo šeimos gaminį.

7. Tą pačią dieną tėvai ir vaikai eina į parką ir pakabina lesyklėles ir inkilus tose vietose, kurios, jų manymu, yra tinkamos pasirinktam paukščiui.

Paprastai daugiausia įspūdžių kyla šeimoms kabinant lesyklėles ant kieme esančių medžių. Mokytojas skatina visus daug kalbėtis apie tai, kodėl reikia rūpintis, saugoti gamtą, kaip tai galima daryti, kaip ir kodėl reikia padėti.

## Amžiaus grupė

6–7 metai

## Veiklos tikslai

- Pagerinti natūralius (šeimos) tėvų ir vaikų santykius rūpinantis paukščiais.
- Užsiimti veikla, kuri vienija ir kuria panašius interesus už ekranų ir virtualaus pasaulio ribų, skatina rankų darbo ir meno objektų kūrimą, suburia tėvus, vaikus, pedagogus.

## Trukmė

1 mėnuo

## Vieta

Uždarose patalpose (mokykloje, namuose) ir lauke

## Reikalingos priemonės

Visų rūšių patogios medžiagos, tinkamos pakartotinai naudoti

## Šalis

Bulgarija

## Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmas mokykloje
- Atviras požiūris į visuomenę ar šeimą
- Gebėjimas parodyti save ar savęs vertinimas
- Noras priklausyti grupei
- Poreikis atkreipti į save dėmesį ar būti lyderiu
- Populiarių elgesio tendencijų filtravimas ir asmeninių sprendimų priėmimas
- Suaugusiųjų elgesio mėgdžiojimas
- Asmeninių įsitikinimų tobulinimas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Šeimos jausmo, siūlant mobilizuoti abipusį mokymąsi, vykstantį individo, šeimos ir institucijos lygmeniu, kūrimas

## Vertinimo strategija

Vaikų apklausa-interviu prieš veiklą ir vėliau, taip pat tėvų apklausa.





# Užsiėmimai lauke

## Pažintinis turizmas

### Veiklos aprašymas

1. Pagrindinis šios veiklos tikslas – jaunų žmonių ugdymas pasitelkiant pažintinį turizmą. Projekto dalis yra ciklinės kelionės į kalnus. Vienos ar kelių dienų kelionėse jaunimas turi galimybę susipažinti su Lenkijos kalnų regionu, įveikti kelių kilometrų ilgio maršrutus ir įkopti į garsias kalnų viršūnes. Kiekvienoje tokio tipo kelionėje yra išgyvenimo ir lauko elementų, leidžiančių dalyviams įveikti savo silpnybes. Populiarėjant turizmui šiais laikais tokia veikla tapo viena iš socialinio gyvenimo sričių. Per šią veiklą jaunimas gali pažinti ir aktyviai dalyvauti.
2. Mokinių ir mokytojų grupė dalyvauja apibendrinimo pokalbyje apie emocinius sunkumus, kilusius įgyvendinant projektą.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Savivertės pagerinimas
- Priklausymo grupei jausmo stiprinimas
- Bendradarbiavimas ir dalijimasis bendrais tikslais su bendraamžiais
- Mus supančios gamtinės aplinkos pažinimas ir patirtis
- Darbas komandoje
- Laisvalaikio įprasminimas
- Interesų ugdymas
- Socialinių kompetencijų, bendravimo įgūdžių tobulinimas
- Nuoseklus tikslų siekimas

### Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

- vaikų dalyvavimo, atsižvelgiant į jų įsitraukimo į užduotį, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą, lygį;
- kaip vaikai supranta veiklos tikslus, pasiūlant keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie pateikiami apibendrinimo etape.

### Amžiaus grupė

11–14 metų

### Veiklos tikslai

- Pateikti mokytojams praktinių veiklos pavyzdžių, kaip paskatinti vaikus dirbti kartu.
- Įgyti naujos, teigiamos patirties.
- Pažinti gamtinę aplinką.
- Įgyti bendravimo su gamta patirties.
- Pažinti naują socialinės veiklos erdvę, užmegzti dalyvių socialinę sąveiką realiame pasaulyje.
- Kurti mažas socialines grupes.
- Ugdyti atsakomybę už grupę nurodant vieną iš aktyvaus laisvalaikio formų.

### Trukmė

4 val. (1 val. – organizuoti, 2 val. – pagrindinei veiklai, 1 val. – apibendrinti)

### Vieta

Laukas (mokyklinė kelionė)

### Reikalingos priemonės

Žemėlapiai, gidai, atsargos, palapinės, navigacijos prietaisai

### Šalis

Lenkija

## Išeikime ir gyvenkime mieste

### Veiklos aprašymas

Mokytojai organizuoja ekskursiją į miesto centrą susipažinti su miestu ir kultūros paveldu. Vaikai mėgausis miesto istorija, atras jo meną ir kartu smagiai praleis laiką, stiprindami klasės draugų socialinius ryšius ir socialinio bendradarbiavimo įgūdžius.

Mokytojai gali paruošti įvairių veiklų, kad įtrauktų vaikus į aktyvų miesto atradimą:

- vietovės pristatymas su istorijomis ir mįslėmis
- lobio paieškos grupėse
- pastatų rekonstrukcijos grupėse naudojant įvairias medžiagas
- viktorinos žaidimai ir atsakymų objektų medžioklė
- mozaikos
- savarankiškas tvarkymasis pagal pasakojimus ir vaizdus
- veikla, skatinanti vaikus užduoti klausimus
- medžiagos atspėjimas liečiant ją užmerktomis akimis
- galimos objektų paskirties ar tikslo stebėjimas ir spėliojimas
- vaizdo įrašų su savo piešiniais ar nuotraukomis kūrimas

### Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmo išeiti iš namų padidinimas, savivertės pagerinimas
- Atviro požiūrio į bendraklasių pasiūlymus ugdymas
- Pagarba kitų grupių pasirinkimui
- Priklausymo grupei jausmo ugdymas, komandinio darbo mokymasis
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Aktyvi veikla lauke kartu su kitais
- Naujų pomėgių, interesų ar aistrų, galinčių tapti priežastimi išeiti į lauką, atradimas
- Žinios apie miesto, šalies istoriją ir meną

### Vertinimo strategija

Vertinimas bus grindžiamas stebint, kaip vaikai nuo nedrąsaus, baikštaus ir atsinaus požiūrio į grupės veiklą pereina prie pasitikėjimo savimi, drąsos ir bendradarbiavimo.

### Amžiaus grupė

7–11 metų

### Veiklos tikslas

Pateikti mokytojams praktinių veiklos pavyzdžių, kaip paskatinti vaikus dirbti kartu lauke, stebint tai, kas juos supa.

### Trukmė

Trumpos 2–3 val. trukmės mokyklinės išvykos

### Vieta

Laukas (mokyklinė kelionė)

### Reikalingos priemonės

Rašikliai, spalvos, klijai, akmenys, medžio gabaliukai, tekstilės gaminiai, fotoaparatai, paveikslėliai ir t. t.

### Šalis

Italija



- Interesų ugdymas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Pasitikėjimo savimi ugdymas, dalijimasis vizijomis ir patirtimi su kitais
- Bendravimo su suaugusiaisiais (tėvais, mokytojais, parodų lankytojais) įgūdžiai

### Vertinimo strategija

Vertinimas grindžiamas stebėjimu ir grupės komentarais, kuriuose daugiausia dėmesio skiriama grožiui ir menui.



# Mokyklos tinklalaidė „Ką veikiame savaitgalį?“

## Veiklos aprašymas

Ši tinklalaidė naudojama kaip šaltinis, kuriuo mokiniams siūloma teigiamų laisvalaikio praleidimo alternatyvų savaitgaliais, sudarant dienotvarkę su įvairiomis mieste esančiomis galimybėmis. Tai temos, kurios bus nagrinėjamos tinklalaidėse:

- Hikiko... kas? Kas yra hikikomorio sindromas.
- Priežasčių, kodėl neleisti laiko su draugais, palyginimas su priežastimis, dėl kurių susitinkama su draugais.
- Ar kada nors galvojote apie kokį nors sportą? (svečias – sportininkas).
- Kas yra tavo aistra? Kokių pomėgių turi šių dienų paaugliai?
- Dialogai tarp kartų (tinklalaidės svečiai – vyresnio amžiaus žmonės).
- Tarpkultūriniai dialogai (tinklalaidės svečiai – kai kurie žmonės, kurių šeimos nariai yra iš kitos šalies).
- Ką vaikams reiškia būti skaitmeniniu paaugliu?
- Draugystės raida per pastaruosius 50 metų: daugiau simpatijų mano socialiniuose tinkluose reiškia daugiau draugų mano gyvenime?
- „Patiktukų“ vergovė (svečiai – du vidurinės ir aukštosios mokyklos mokiniai).

Mokytojai turi išmokti valdyti ir naudoti medžiagą bei garso redagavimo programas. Kai „techninė dalis“ jau paruošta, mokytojai turi paaiškinti mokiniams, kas yra radijo programa ir (arba) tiklalaidė ir koku procesu reikia vadovautis:

1. bendroji veikla: kalbėjimo technikos mokymas ir praktika (kalbėti lėtai, tam tikru atstumu nuo mikrofono, nepertraukinėti vienas kito kalbant...);
2. prieš kiekvieną tinklalaidę mokiniai atlieka tam tikrą tyrimą tinklalaidės tema ir parašo išdėstymą;
3. tinklalaidės įrašas: patartina mokykloje arba klasėje sukurti radijo komisiją, kurią integruotų nedidelė vaikų grupė;
4. tinklalaidės sklaida: tai galima padaryti mokyklos interneto svetainėje.

Jei mokiniai į tinklalaidę pakviečia kokį nors svečią, jie gali atlikti šiuos veiksmus:

- a) susisiekti su potencialiu svečiu;
- b) paaiškinti jam (jai), kokia yra tinklalaidės tema ir kodėl jie (mokiniai) kviečia jį (ją) į svečius;
- c) susitarti su svečiu dėl tinklalaidės įrašymo datos;
- d) padėkoti jam (jai) už dalyvavimą.

## Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmo mokykloje padidinimas
- Atviras požiūris į visuomenę, šeimą
- Gebėjimas parodyti save, savigarba
- Noras priklausyti grupei

## Amžiaus grupė

7–16 metų

## Veiklos tikslai

- Skatinti pagarbų bendravimą ir komandinį darbą.
- Šviesti mokinius apie socialinės žiniasklaidos vertę.
- Užkirsti kelią netinkamam elgesiui, kurį sukelia neteisingas tinklų naudojimas.
- Suteikti mokyklos bendruomenei žalingo laisvalaikio alternatyvų.

## Trukmė

Trumpa radijo tinklalaidė – 45 min. ir 2 val. ankstesnio pasiruošimo

## Vieta

Uždara patalpa

## Reikalingos priemonės

Mokyklos radijo programa; švietimo administracija suteikia šias priemones: mikšerinį pultą, mikrofonus, ausines.

## Šalis

Ispanija

- Poreikis atkreipti dėmesį, būti lyderiu
- Populiarių elgesio tendencijų filtravimas ir asmeninio pasirinkimo priėmimas
- Suaugusiųjų elgesio mėgdžiojimas
- Asmeninių įsitikinimų tobulinimas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Troškimas priklausyti ir tapti socialiai aktyvios bendruomenės dalimi

### Vertinimo strategija

Vertinimas bus grindžiamas geresniu vaikų dalyvavimu radijo laidose. Bus parengtas klausimynas mokytojams ir mokiniams.



# Ratai

## Veiklos aprašymas

10 metų amžiaus vaikams prasideda lytinis brendimas. Jie ieško savo vietos visuomenėje įvairiose grupėse: šeimoje, mokykloje, giminėje, draugų, kaimynų grupėse. Jų socialinė aplinka formuoja individualius „gyvenimo ratus“, kurių centre yra jie patys. „Gyvenimo ratai“ formuoja individualias asmenybės savybes. Ši pamoka moko mokinius pažinti save, ieškoti savo įvaizdžio, įprasminti savo pretenzijas sau ir kitiems bei drąsiai įsilieti į socialines grupes. Naudodamiesi šia formuluote vaikai sąmoningai dirba savarankiškai.

1. Pamoka prasideda Ezopo pasakėčia, kurioje mokiniai atranda žmogaus savybes.

- Pasikalbėkite apie pasakos veikėjus kaip žmogiškosios moralės nešėjus.

- Tęskite pokalbį ir palyginimu apie „du vilkus“ bei diskusija apie žmogaus prigimtį – išsiuvinėtą geru ir blogu, baltu ir juodu, begaline spalvų ir dažų įvairove.

- Aptarkite, kodėl nederėtų pripažinti savo silpnųjų. Mokiniai turėtų būti tikri, kad gali atrasti savo įvaizdžio įvairovę.

2. Papildykite lentą mokinių įvardytomis žmogaus savybėmis. Pabandykite rasti joms priešingybių, taip pat tokių, kurios turi tą pačią reikšmę, bet priešingos kaip teigiama-neigiama žmogaus savybė (atkaklus – užsispyręs; taupus – prislėgtas).

3. Duokite mokiniams A4 formato lapą, kurio vienoje pusėje nupieštas augalas su daugybe lapų. Tegul vaikai ant lapelių užrašo sau būdingus bruožus, bandydami atpažinti kuo daugiau jų.

Jei mokiniams iš pradžių sunkiai sekasi, paskatinkite juos būti sąžiningus ir siekti kuo objektyvesnio požiūrio į save.

4. Duokite jiems A3 formato lapus. Net ir dalydami lapus patikinkite mokinius, kad informacija liks anoniminė. Tai teigiamai veikia entuziazmą ir užduoties atlikimą.

5. A3 formato lapo kitoje pusėje nupiešiami koncentriniai apskritimai, į juos mokiniai surašo socialinių grupių aplinkas, kurių dalimi jie jaučiasi esantys, ir įrašo jau pripažintas asmenines savybes į tas grupes, kurios, jų manymu, yra jų formavimosi vieta, ir pažymi priežastį.

## Nagrinėjamos nuostatos

- Atviras požiūris į visuomenę, šeimą
- Noras priklausyti grupei
- Jausmų išraiška rūpinantis kuo nors
- Populiarių elgesio tendencijų filtravimas ir asmeninių sprendimų priėmimas
- Suaugusiųjų rūpestingo požiūrio ir elgesio mėgdžiojimas
- Asmeninių įsitikinimų tobulinimas
- Teigiamos nuostatos, norint tapti artimu draugu
- Noras priklausyti ir tapti socialiai aktyvios bendruomenės dalimi

## Vertinimo strategija

### Amžiaus grupė

10–11 metų

### Veiklos tikslai

- Mokytojai. Pedagoginės praktikos tikslas – pateikti mokytojams praktinių pavyzdžių, kaip mokiniai apibūdina save, nuoširdžiai ieško savo esmės, ją supranta ir analizuoja.
- Mokiniai. Atrasti kelią į savęs pažinimą ir tobulėjimą. Apsvarstyti savo charakterio bruožus ir nustatyti, kokia jų socialinio gyvenimo aplinka ugdo duotas savybes.

### Trukmė

40–50 min.

### Vieta

Uždara patalpa

### Reikalingos priemonės

A4 formato lapai su augalu, turinčiu daug lapų, A3 formato lapai su nupieštais 10 koncentriniais apskritimais, spalvoti pieštukai

### Šalis

Bulgarija





# Muzika

## Mūsų pasaulio garsai: mūsų aplinkos garsovaizdis

### Veiklos aprašymas

**1. Paruošimo etapas.** Šiame etape mokytojas (auklėtojas) pasiūlo visos grupės diskusiją, kad atkreiptų vaikų dėmesį į garsų svarbą mūsų pasaulio patirčiai. Reikėtų paskatinti vaikus apibūdinti savo patirtį ir išsakyti savo nuomonę; tada galima pasiūlyti šiuos klausimus: kaip galima sugrupuoti garsus, kokias garsų kategorijas galima atpažinti. Čia nėra teisingų ar neteisingų atsakymų, tačiau visi vaikai turi pritarti galimam bendram garsų skirstymui į kategorijas.

**2. Pagrindinis veiklos etapas.** Šiame etape vaikai kartu su mokytoju (auklėtoju) turi išeiti į garsinį pasivaikščiojimą ir susipažinti su aplinkos, kurioje gyvena, garsiniu aspektu (savo garsiniu kraštovaizdžiu). Labai patartina, kad mokytojas (auklėtojas) parinktų gerai žinomą, ne itin ilgą kelią netoli mokyklos (įstaigos), kur vaikai galėtų klausytis ir registruoti girdimus garsus. Keletas nuorodų:

- registraciją galima atlikti išmaniuoju telefonu naudojant balso įrašų programėlę;
- patartina užregistruoti daug trumpų garso takelių, o ne vieną ilgesnį;
- taip pat galima rinkti nuotraukas;
- vaikams galima pateikti žemėlapij;
- vaikus reikėtų suskirstyti į grupes su skirtingomis užduotimis: viena grupė fotografuoja, kita registruoja, trečia tikrina žemėlapij; grupės gali pasiskirstyti užduotimis, kad kiekvienas iš jų galėtų išbandyti visas užduotis.

**3. Galutinio produkto kūrimas.** Naudojamiesi garso takelių tvarkymo ir kūrimo programine įranga (žr., pvz., nemokamą programinę įrangą <https://www.audacityteam.org/download/>), prižiūrimi mokytojo (auklėtojo), vaikai gali kurti savo garso takelius. Su vyresniais vaikais (10–12 m.) taip pat galima sukurti vaizdo įrašą, sujungiant garso takelius su surinktomis nuotraukomis.

**4. Atskleidimas ir kritinė refleksija.** Mokytojas (auklėtojas) turi paskatinti apmąstyti patirtį, kurią vaikai patyrė per garsinį pasivaikščiojimą.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Gebėjimas parodyti save, savęs vertinimas
- Noras priklausyti grupei
- Asmeninių įsitikinimų pagerinimas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Bendradarbiavimas ir dalijimasis bendrais tikslais su bendraamžiais
- Mus supančios gamtinės aplinkos pažinimas ir patirtis

### Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

### Amžiaus grupė

8–12 metų

### Veiklos tikslai

- Suvokti garsus, kurie būdingi mūsų aplinkai.
- Ugdyti požiūrį į klausymąsi.
- Išmokti dirbti kartu.
- Išmokti derėtis dėl vaidmenų, idėjų ir tikslų.
- Užmegzti ryšį su išorine aplinka, kurioje gyvename.

### Trukmė

5 val. (1 val. pasiruošti, 2 – pagrindinei veiklai, 1 val. – galutiniam produktui sukurti, 1 val. – apibendrinti), siūlomi 3 skirtingi susitikimai, po vieną kiekvienam veiklos etapui (3 + 4 etapui skiriamas vienas susitikimas).

### Vieta

Pasiruošimas uždaroje patalpoje. Pagrindinė veikla lauke. Galutinio produkto kūrimas ir aptarimas viduje.

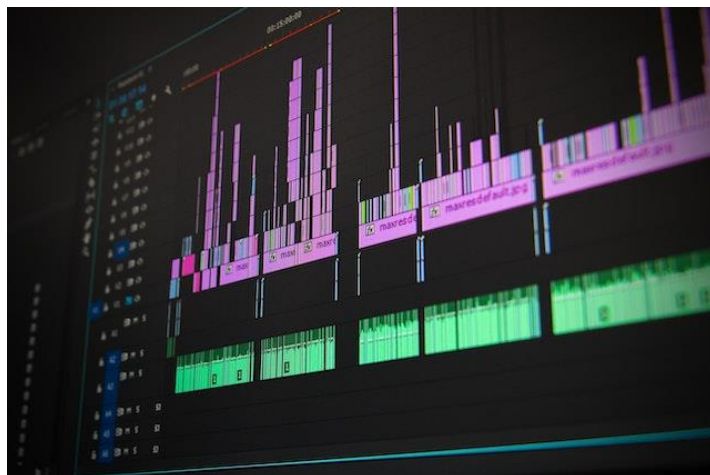
### Reikalingos priemonės

Balso diktofonas (taip pat kaip programėlė išmaniajame telefone), fotoaparatas arba išmanusis telefonas nuotraukoms daryti, kompiuteris arba nešiojamasis kompiuteris su įkelta garso takelio valdymo programine įranga

### Šalis

Italija

- vaikų dalyvavimą, atsižvelgiant į jų įsitraukimo į diskusiją, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą lygį;
- vaikų supratimą apie veiklos tikslus, pasiūlant keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie pateikiami apibendrinimo etape.



# Garsų pasaka

## Veiklos aprašymas

Veiklą sudaro 5 pagrindiniai etapai. Pavyzdys: pasirenkama pasaka apie Raudonkepuraitę.

1. Mokytojo (auklėtojo) pasakos skaitymas visai grupei.
2. Pasakos transformavimas iš žodžių į muziką ir judesį: teminių ritminių dainelių, lopšinių (pvz., apie vilką) įterpimas pasakos aprašyme.
3. Šokių įterpimas (pvz., įsivaizduojant Raudonkepuraitės šokį einant mišku).
4. Įterpimas (kūryba ir (arba) klausymasis) garsų modelių, kurie veikia kaip kontekstas (pvz., miško garsai).
5. Eksperimentavimas su laiku (pvz., lėtas, kai Raudonkepuraitė išeina iš namų, greitas, kai ji turi pabėgti nuo vilko).

## Nagrinėjamos nuostatos

- Gebėjimas parodyti save, savęs vertinimas
- Noras priklausyti grupei
- Bendradarbiavimas ir dalijimasis bendrais tikslais su bendraamžiais
- Žaismingos talpyklos, leidžiančios vaikams ir jaunimui bendrauti per muziką žaidžiant ir linksminantis, sukūrimas

## Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

- vaikų dalyvavimo, atsižvelgiant į jų įsitraukimo į užduotį, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą, lygį;
- kaip vaikai supranta veiklos tikslus, pasiūlant keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie pateikiami apibendrinimo etape.

## Amžiaus grupė

8–12 metų

## Veiklos tikslai

- Ugdyti požiūrį į klausymąsi.
- Skatinti bendraamžių tarpusavio bendravimą per muziką.
- Ugdyti ritmikos įgūdžius.
- Ugdyti neverbalinio bendravimo įgūdžius.
- Skatinti bendrą darbą.

## Trukmė

5 val. (1 val. pasiruošti, 2 val. – pagrindinei veiklai, 1 val. – galutiniam produktui sukurti, 1 val. – apibendrinti), siūlomi 3 skirtingi susitikimai, po vieną kiekvienam veiklos etapui (3 + 4 etapui skiriamas vienas susitikimas).

## Vieta

Pasiruošimas uždaroje patalpoje. Pagrindinė veikla lauke. Galutinio produkto kūrimas ir aptarimas viduje.

## Reikalingos priemonės

Balso diktofonas (taip pat kaip programėlė išmaniajame telefone), fotoaparatas arba išmanusis telefonas nuotraukoms daryti, kompiuteris arba nešiojamasis kompiuteris su įkelta garso takelio valdymo programine įranga

## Šalis

Italija

## Kūrybinės sąveikos grupė

### Veiklos aprašymas

Šis užsiėmimas prasideda nuo vos 4 taktų muzikinio pagrindo labai populiaria visoms kartoms tema.

Muzikuojant reikia pagrindinių gitaros ir bosinės gitaros žinių, tačiau kiti skirtingi instrumentai prieinami visiems, net ir neturintiems muzikinių žinių.

1. Pagrindinę temą elektrine gitara pakartotinai atlieka mokytojas (auklėtojas) arba vienas iš dalyvaujančių mokinių (užtenka turėti).

2. Iš pradžių mokytojas duoda komandą įsiterpti, kiekvieną kartą atliekama skirtinga tvarka. Vaikų intarpai vyksta iš pradžių palaipsniui atskirai, paskui vienas po kito. Šie intarpai yra ir ritminės, ir melodinės intervencijos, elementarios, jei į jas žiūrima atskirai, tačiau reikalauja tikslumo atliekant ir atidumo įsiklausant į ansamblį, kad grupinis rezultatas būtų muzikaliai malonus, ką net ir nepatyręs žmogus geba įvertinti.

3–4. Įgiję tam tikro žaidimo supratimo, vaikai patys palaipsniui įsitrauks kaip režisieriai. Keitimasis priemonėmis dar labiau skatins vaikų susidomėjimą ir smalsumą.

5. Kitas, kūrybiškesnis, etapas vyksta tada, kai dalyviai pasiekia tam tikrą sklandumo ir tikslumo lygį, o svarbiausia – gebėjimą įsiklausyti į visumą. Visą laiką su anksčiau priimta sudėtimi vaikai bandys improvizuoti savo instrumentu nesudėtingus ritmus (tiek ritminius, tiek melodinius), pamažu prisitaikydami pagal grupės lygmeniu pasiektą rezultatą ar mažiau patenkinamą rezultatą, vadovaujant mokytojui.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Gebėjimas parodyti save, savęs vertinimas
- Noras priklausyti grupei
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Vaikų skatinimas dalytis idėjomis ir tikslais

### Vertinimo strategija

Siekiant įvertinti mokymosi procesą ir veiklos rezultatus, vedama diskusija apie pasiektus rezultatus, apmąstomi priimti sprendimai, jei yra pasiūlymų, galbūt kartu klausomasi grupės darbo garso įrašo.

### Amžiaus grupė

10–14 metų

### Veiklos tikslai

- Skatinti kūrybinį mąstymą.
- Ugdyti ritmikos įgūdžius.
- Skatinti vaikų priklausomybės jausmą.
- Padėti ugdyti asmeninės atsakomybės jausmą už bendro rezultato sėkmę.

### Trukmė

4 val. (po 1 val. 1 ir 2 etapams, 1 val. 3 etapui, 1 val. 4 etapui ir 1 val. 5 etapui)

### Vieta

Daugiausia uždaroje patalpose

### Reikalingos priemonės

Elektrinė gitara (pritariamasis takelis), elektrinis bosas, ksilofonas, metalofonas, timpanai, mušamieji, bongai, lazdelės, cimbolai (melodiniai instrumentai)

### Šalis

Italija

# Seminarai

## Dirbtuvės vaikams ir tėvams

### Veiklos aprašymas

Dirbant su jaunais žmonėmis labai svarbu nuolat ir sistemingai palaikyti ryšius su jų šeimomis ir teisėtais globėjais.

1. Tėvų mokykla: tėvai kartą per dvi savaites dalyvauja seminaruose. Šie susitikimai vyksta tėvų mokyklos forma, derinama su tarpasmeninio mokymo ir savitarpio pagalbos grupių elementais. Kilus auklėjimo sunkumams, tėvai naudojami vieni kitų patirtimi. Kartais į grupes kviečiami ekspertai, pvz., priklausomybių terapijos specialistai.

Seminaruose taip pat suteikiama erdvė kasdieniams įgūdžiams įgyti ir lavinti.

2. Vaikų dalyvavimas: vaikai taip pat periodiškai kviečiami į tėvų grupes. Šiose grupėse taikomi darbo metodai, grindžiami pokalbiais, bendradarbiavimu, žaidimu, sportu, poilsiu ir bendra patirtimi. Tokius momentus galima laikyti puikia diagnostine erdve specialistams. Svarbiausia, kad tėvams tai yra galimybė per seminarus įgytus įgūdžius panaudoti bendraujant su vaiku, sukuriant pozityvią sąveiką.

3. Apibendrinimo etape dalyviai diskutuoja apie emocinius sunkumus, kurie iškilo įgyvendinimo metu.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Nenoras kreiptis į visuomenę ir (arba) šeimą
- Noro priklausyti grupei stoka
- Nesugebėjimas mėgdžioti suaugusiųjų rūpestingo požiūrio ir elgesio
- Asmeninių įgūdžių trūkumas
- Socialinių ryšių nesuvokimas elementariu lygmeniu, kuris gali būti pastebimas šeimos ryšiuose
- Nenoras bendradarbiauti ir siekti bendrų tikslų su šeima

### Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

- vaikų ir tėvų dalyvavimą, atsižvelgiant į įsitraukimą į užduotį, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą lygį;
- vaikų ir tėvų supratimą apie veiklos tikslus, siūlydamas keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie buvo užduoti apibendrinimo etape.

### Amžiaus grupė

11–14 metų

### Veiklos tikslai

- Ugdyti atvirą požiūrį į visuomenę, šeimą.
- Ugdyti norą priklausyti grupei.
- Mėgdžioti suaugusiųjų rūpestingą požiūrį ir elgesį.
- Tobulinti asmeninius įgūdžius.
- Stiprinti šeimos jausmą, siūlant mobilizuoti tarpusavio mokymąsi, vykstantį individo, šeimos ir institucijos lygmeniu.
- Kurti tarpasmeninius ryšius, dalyvauti socialiniame gyvenime.

### Trukmė

6 val. (1 val. pasiruošti, 2 val. pagrindinei veiklai su tėvais, 2 val. pagrindinei veiklai su vaikais, 1 val. apibendrinti)

### Vieta

Uždara patalpa

### Reikalingos priemonės

Atsižvelgiant į temą, užsiėmimams su technikos elementais buvo naudojamos reikalingos priemonės: seminarų grupės, gastronomijos seminarai, pažintinis turizmas, sportas.

### Šalis

Lenkija

# Seminarai tėvams „Vaikai ir ekranai – atsakingas prietaisų naudojimas“

## Veiklos aprašymas

Kiekvieną ketvirtį mokyklose dirbantys švietimo socialiniai darbuotojai (Ispanijoje tai specialūs ekspertai, tačiau šią veiklą gali vykdyti ir mokytojai) organizuoja susitikimus su tėvais, juose kalbama apie tai, kaip svarbu turėti šeimos skaitmeninį planą arba šeimos skaitmeninį susitarimą, kuris yra tam tikra tėvų ir vaikų sudaryta „sutartis“, padedanti šeimoms derinti gyvenimą internete ir už jo ribų. Šeimos gali naudotis šiuo planu, norėdamos nustatyti zonas ir laiką be ekrano, įrengti įkrovimo vietas ne miegamuosiuose ir t. t.

Daugiau informacijos šia tema ir įrankių šeimos skaitmeniniam planui sukurti rasite šiose interneto svetainėse: <https://www.natureplaywa.org.au/family-media-plan/>, <https://www.gustodio.com/en/blog/family-digital-agreement/>, <https://www.healthychildren.org/English/fmp/Pages/MediaPlan.aspx#/family>

Tuo pat metu socialinis pedagogas ir (arba) mokytojas pasinaudoja galimybe pasiūlyti laisvalaikio ir laisvalaikio užsiėmimų ir skatinti atsakomybę pagrįstą ugdymą, taikant pozityvią discipliną.

1. Pirmasis kurso užsiėmimas skirtas tėvų interesams ir poreikiams, susijusiems su jų žiniomis, kaip elgtis su ekranais ir kitais skaitmeniniais prietaisais namuose, įsisaugoti bei aptarti.

2. Per kitus užsiėmimus mokytojas ir (arba) socialinis pedagogas žengia dar vieną žingsnį į priekį, įtraukdamas tėvus, suteikdamas jiems galimybę išsakyti savo sunkumus, susijusius su nagrinėjama tema. Pvz., vienas iš karštųjų taškų namuose, kuris kiekvieną dieną paveikdavo pažįstamą dinamiką ir buvo būdingas daugumai, yra laikas, kada tėvai ruošia vakarienę. Tėvai nurodė, kad tai kritinis momentas, kai dažniau duodavo vaikams planšetinį kompiuterį arba pasodindavo juos prie televizoriaus, kad turėtų kelias minutes ramiai paruošti vakarienę.

Dėl apmąstymų ir aktyvaus požiūrio į situacijos keitimą iškilo daug alternatyvų prietaisams ir ekranams naudoti, kai tėvai ruošia vakarienę. Mokytojas ar švietimo socialinis darbuotojas parengė infografiką, kuriame surinkti visi alternatyvūs pasiūlymai.

3. Per trečiąjį ir paskutinį užsiėmimą visoms šeimoms pateiktas infografikas su daugiau nei 50 alternatyvų, kad galėtų jį pakabinti matomoje vietoje namuose. Pedagoginis socialinis darbuotojas ar mokytojas įvertino tėvus, kad jie patys surengtų susitikimą su savo vaikais ir gautų daugiau jų sūnui ar dukrai tinkamų alternatyvų.

## Amžiaus grupė

Pradinių ir pagrindinių klasių mokiniai

## Veiklos tikslai

- Supažindinti šeimas su tinkamu naujų informacinių, ryšių ir žaidimų technologijų naudojimu.
- Informuoti švietimo bendruomenę apie įvairius socialinės izoliacijos prevencijos projektus švietimo centruose.
- Skatinti šeimos laisvalaikį kaip apsauginį socialinės izoliacijos veiksnį mūsų švietimo bendruomenėje.

## Trukmė

1 užsiėmimas po 2 val. kiekvieną metų ketvirtį

## Vieta

Uždaroje patalpose arba lauke

## Reikalingos priemonės

Per interviu su šeimomis naudoti klausimynai internete (formos) ir klausimynai, registracijos šablonas, knygos, kompiuteris.

Patalpa arba klasė, kurioje būtų galima rengti susitikimus su šeimomis.

## Šalis

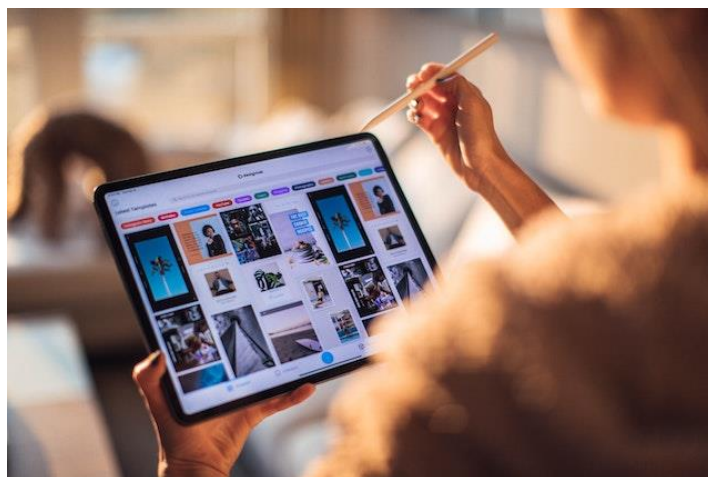
Ispanija

## Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmo mokykloje padidinimas
- Visos švietimo bendruomenės įtraukimas į prevenciją
- Atsakingo ir neperteklinio auklėjimo stiliaus skatinimas
- Vaikų laisvalaikio veiklos kokybės didinimas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Noras priklausyti aktyviai socialinei bendruomenei
- Kūrybiškumo skatinimas

## Vertinimo strategija

Kiekybinė ir kokybinė elektroninių prietaisų naudojimo ir piktnaudžiavimo jais analizė, atliekant interviu ir šeimos klausimynus bei registruojant mokyklose nustatytus rizikos atvejus. Taip pat būtini susitikimai su auklėtojais ir vadovų komandomis.



# Seminarai vaikams „Ekranų naudojimas ir piktnaudžiavimas jais“

## Veiklos aprašymas

Šie seminarai perduodami vaikams ir juos gali vesti mokytojai per pamokoms skirtą valandą (jei mokykla neturi pamokoms skirtos valandos, vadovų komanda gali parinkti laiką, kada juos rengti per pamokas, kad jais galėtų pasinaudoti kuo daugiau vaikų).

1. Jautrumo nustatymo etapas: galbūt mokytojas pastebėjo atvejų, kai mokiniai per daug naudojami ekranais ir stokoja socialinės sąveikos gebėjimų įvairiuose kontekstuose.

Pirmoji veikla: įsivaizduokite save izoliuotą miegamajame, naudojantį labiausiai patinkantį prietaisą, ir nupieškite jį.

Po piešimo užsiėmimo mokiniai kartu su mokytoju veda dialogą apie galimas pasekmes, kai per daug laiko praleidžiama izoliuotai naudojant planšetinius kompiuterius, išmaniuosius telefonus ar kitus įrenginius kaip laisvalaikio praleidimo būdą.

2. Antrasis užsiėmimas pradedamas žiūrint šį trumpametražį filmą pavadinimu „Glued“: <https://www.youtube.com/watch?v=rW2g5cwxrQ>. Siūlomame trumpametražiam filme kalbama apie piktnaudžiavimo technologijomis pasekmes (fizines, socialines ir fiziologines). Vaizdo forumas „Laikas žaisti (su kuo, kiek laiko), skaitmeninio ir fizinio gyvenimo pusiausvyra“...

3. Per trečiąjį užsiėmimą vaikai mažose grupelėse pasiūlys veiklas, kuriomis norėtų užsiimti kartu su tėvais ar šeima, kai kartu leis laisvalaikį (viena sąlyga: veikla negali būti susijusi su jokiais ekranais). Po darbo mažose grupelėse vaikai pasidalys savo pasiūlymais didelėje grupėje, o mokytojas (arba patys vaikai) surinks visas alternatyvias veiklas.

4. Dirbtuvės, skirtos sukurti „analogišką infografiką“ – mažose grupelėse vaikai pasirinks bent tris alternatyvias veiklas, kuriomis norėtų pasidalyti su savo artimaisiais. Kiekvienas vaikas namie aptars idėją su savo artimaisiais.

5. Įvertinimas, mažų pokyčių poveikis: klasėje organizuojami nedideli apskritieji stalai, skirti įvertinti, kokį poveikį, mokinių manymu, jų pateikti pasiūlymai turėjo bandant juos įgyvendinti realiame gyvenime: kokių sunkumų iškilo, kaip jie jautėsi, koks buvo šeimos ar giminaičių atsakas į pasiūlymus...

## Nagrinėjamos nuostatos

- Apmąstymas apie mokinių leidžiamą laiką
- Entuziazmo dėl pomėgių nenaudojant IRT padidinimas
- Entuziazmo mokykloje padidinimas
- Visos švietimo bendruomenės įtraukimas į

### Amžiaus grupė

7–12 metų

### Veiklos tikslai

Užkirsti kelią mokinių socialinės izoliacijos problemoms, kylančioms dėl padidėjusio ekranų ir kitų prietaisų naudojimo pasibaigus COVID-19 pandemijai

### Trukmė

5 val.

### Vieta

Uždara patalpa

### Reikalingos priemonės

PPT, vaizdo įrašai, klausimynai, šablonas ir klasė arba vieta, kurioje vyks užsiėmimai su mokiniais

### Šalis

Ispanija



- prevenciją
- Gebėjimas parodyti save, savigarba
- Gerėjantys socialiniai santykiai
- Noras priklausyti grupei
- Pozityvių gyvenimo tikslų paieška
- Noras priklausyti aktyviai socialinei bendruomenei
- Kūrybiškumo skatinimas

## Vertinimo strategija

Kiekybinė ekranų naudojimo su vaikais analizė, naudojant registracijos šabloną. Tikslas – išanalizuoti tinkamiausių amžiaus tarpsnį, kuriame būtų galima išplėsti vykdomą veiklą. Kiekybinė analizė, atliekant individualią šeimų apklausą apie vaikų informuotumą apie laiką, kurį jie praleidžia su IRT.

## Nuorodos:

De la Fuente Corregidor, Elena & San Victoriano Huertas, María Ángela (2022). Kids seminars – Use and overuse of screens. Material no publicado, EOEP 1 Salamanca.

Flores Montañez, L. Y. Ramos Prado, I. G. (2013). “Enseñando Habilidades sociales en el aula. Manual para profesores y profesoras”. Manual de cuadernos “Puentes para crecer”. México. Facultad de Psicología de la UNAM.

Hurtado Montesinos, M. D. (2006). Educación emocional: programa y guía de desarrollo didáctico. Murcia. Consejería de Educación y universidades. Secretaría general. Servicios de publicaciones y estadísticas.

Monjas Casares, Inés (2017): PEHIS, Programa de Habilidades de interacción social.

<https://www.pantallasamigas.net/>

<https://www.hijosdigitales.es/es/>

<https://www.youtube.com/watch?v=3SMqdzqttpQ>

<https://www.aeped.es/>

<https://www.healthychildren.org/>

<https://www.aao.org/salud-ocular/consejos/uso-de-pantalla-para-los-ninos>



# Ilgalaikės programos

## Laisvalaikis ir tinklas (OciRed)

### Veiklos aprašymas

*OciRed* – tai prevencinė programa (ispanų kalba tai žodžių „laisvalaikis“ ir „tinklas“ atitikmuo), skatinanti leisti laiką su mokyklų šeimomis. Mokyklos švietimo pagalbos komanda siūlo klasės ir šeimos laisvalaikio užsiėmimus, kad apsaugotų vaikus nuo socialinės izoliacijos.

1. *Entramados*: tai pasiūlymas, kurį sudaro bendraamžių mokymas, šiuo atveju penktos ir šeštos klasės mokiniai padeda ir teikia bendraamžių pamokas trečios ir ketvirtos klasės mokiniams. Vyresnieji mokiniai kas dvi savaites turi valandą padėti jaunesniems mokiniams mokykloje. Kartais jie kartu skaito knygą, kartais dirba su mokymo turiniu, o penktos klasės mokiniai ką nors aiškina trečios klasės mokiniams. Vaikai taip pat kartą per savaitę nustatė pertrauką (visi vaikai turi pertrauką nuo 11.30 iki 12.00 val.), tada jie visi būna lauke, mokyklos aikštelėje, ir vyresnieji bei jaunesnieji vaikai pradėjo dalytis laiku, skirtu žaisti kartu, ir pažinti vieni kitus, todėl tarp jų ėmė kurtis glaudesnė bendruomenė (priklausymo jausmas). Vaikai sukūrė naujų draugysčių tinklą.

2. Kiekvieną mokslo metų mėnesį siūlomas šūkis arba devizas ir mėnesio žaidimas. Tada pagal šūkio temą mokykla siūlo šeimoms suplanuotus laisvalaikio užsiėmimus. Patys mokytojai kartu su mokiniais pasiūlo veiklas darbui klasėje pagal šūkį – mėnesio žaidimą.

Pavyzdžiai „Vėl nuobodžiaukime“ (angl. *Let's get bored again*)

- Veiklos pradiniam ugdymui: ratas pokalbiui, nuobodulio kampelis-refleksija: nuobodulys kūrybiškumas; kartų susitikimai ir dialogai, pasakos ir veiklos, knygos, vaizdo įrašai ir kt.

- *OciRed* veikla lauke: „Keliaukime į parkus“, „Tradiciniai žaidimai miške“, „Bendradarbiavimo žaidimai sode“...

- Mėnesio nuotrauka. Kiekvieną mėnesį padedama šeimoms pozityviai naudotis programėlėmis.

- Seminarai su šeimomis: informaciniai ir prevenciniai susitikimai, sąmoningumo didinimas šia tema.

### Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmo mokykloje padidėjimas
- Atviras požiūris į visuomenę, šeimą
- Gebėjimas parodyti save, savigarba.
- Noras priklausyti grupei
- Troškimas priklausyti ir tapti socialiai aktyvios

### Amžiaus grupė

6–12 metų

### Veiklos tikslai

- Užkirsti kelią mokinių socialinės izoliacijos problemoms, kylančioms dėl padidėjusio ekranų ir kitų prietaisų naudojimo pasibaigus COVID-19 pandemijai.
- Informuoti šeimas apie asmenį (-is), atsakingą (-us) už naujas informacines, komunikacines ir žaidimų technologijas. Tai reiškia, kad vienas ar du suaugusieji šeimoje (tėvai) yra įrenginių savininkai ir jie turi žinoti, kokios programėlės ir žaidimai atsisiųsti į skirtingus įrenginius, taip pat kiekvieno iš jų naudojimo laiką.
- Informuoti švietimo bendruomenę apie įvairius socialinės izoliacijos prevencijos projektus švietimo centruose.
- Skatinti šeimos laisvalaikį kaip apsauginį socialinės izoliacijos veiksnį mūsų švietimo bendruomenėje.

### Trukmė

4 užsiėmimai su mokiniais per mėnesį  
1 seminaras su tėvais per du mėnesius

### Vieta

Daugiausia uždaroje patalpose

### Reikalingos priemonės

Knygos, spalvos, kamuoliukai

### Šalis

Ispanija

- bendruomenės dalimi
- Kūrybiškas aplinkos išteklių naudojimas
  - Santykių šeimoje gerinimas
  - Šeimų dalyvavimo skatinimas siūlant laisvalaikio aplinkas
  - Keitimasis patirtimi su kitais Europos ugdymo centrais
  - Mokinių, kurie didžiąją laisvalaikio dalį praleidžia prie ekranų, socialinės izoliacijos mažinimas

## Vertinimo strategija

Pradinis įvertinimas: šeimų ir mokytojų poreikių nustatymas.

Nuolatinis vertinimas: mokinių veikla, auklėtojai, klausimynai, pokalbiai su šeimomis.

Galutinis vertinimas: dalyvaujantys mokiniai, pasitenkinimas (šeimos, mokiniai ir mokytojai), praktikos tikslai, veiklų skaičius.

Projekto savęs vertinimas bus atliekamas pagal *Stufflebeam* modelį: poreikių nustatymas, plano projekto pritaikymas prie mokyklos realijų, plano kūrimas ir jo pasiekimai.

## Nuorodos

Patino, B. (2020). La civilización de la memoria de pez. Pequeño tratado sobre el mercado de la atención. Alianza Editorial.

Peirano, M. (2019). El enemigo conoce el sistema. Manipulación de ideas, personas e influencias después de la economía de la atención. Barcelona. Penguin Random House Grupo Editorial.

Puig Trilla (1996). La pedagogía del ocio. Lartes Psicopedagogía.

Wolf, M. A. (2020). Lector, vuelve a casa. Cómo afecta a nuestro cerebro la lectura en pantallas. Barcelona. Editorial Planeta.

Zuboff, S. (2020). La era del capitalismo de vigilancia. La lucha por un futuro humano frente a las nuevas fronteras del poder. Barcelona. Editorial Planeta.

<http://www.ocioenfamilia.com/>

<https://familiasenruta.com/destinos/segovia-con-ninos/>

<https://www.zonaviajero.com/que-hacer-en-segovia-con-ninos/>

# Jaunujų lyderių programa

## Veiklos aprašymas

1. Jaunimo lyderiais atrenkama grupė jaunuolių pagal pasiektus ugdymo ir auklėjimo rezultatus.
2. Reguliariai susitikdami ir dirbdami su globėju, lyderiai savarankiškai kuria ir vėliau įgyvendina aktyvinimo projektus tarp savo bendraamžių. Per metus jie įgyvendina apie 5 originalius projektus, kurie daro tiesioginį poveikį mokyklos bendruomenės gyvenimui. Šias veiklas sudaro aktyvus dalyvavimas veiklose, įgyvendinant įvairius projektus, pvz:
  - Nepriklausomybės šventės organizavimas, rengiant akcijas, susijusias su nacionalinių didvyrių palaidojimo vietų įamžinimu;
  - diskusijų rato, kurį sudaro reguliarūs susitikimai su įkvepiančiais ar žymiais žmonėmis ir (arba) jaunimo lyderiais, organizavimas;
  - įvairių bendraamžių integracijos formų organizavimas: bendri piknikai ir susitikimai, sporto varžybos ir kt.
3. Apibendrinimo etape grupės jaunuoliai, vadovai ir auklėtojai diskutuoja apie emocinius sunkumus, kilusius įgyvendinant projektą.

## Nagrinėjamos nuostatos

- Priklausymo grupei ir atsakomybės už ją jausmas
- Bendradarbiavimas ir bendrų tikslų dalijimasis su bendraamžiais
- Tarpasmeninių ryšių dalyvauti socialiniame gyvenime kūrimas
- Savigarbos didinimas
- Drąsos imtis socialinės veiklos ugdymas
- Socialinės kompetencijos, bendravimo įgūdžių gerinimas
- Nuoseklus tikslų siekis
- Asmeninių įsitikinimų pagerinimas
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Noras priklausyti ir tapti socialiai aktyvios bendruomenės dalimi

## Vertinimo strategija

Mokytojas ir (arba) auklėtojas gali įvertinti:

- vaikų dalyvavimo, atsižvelgiant į jų įsitraukimo į užduotį, pagrindinę veiklą ir galutinio produkto kūrimą, lygį;
- kaip vaikai supranta veiklos tikslus, pasiūlant keletą paprastų rašytinių refleksyvių atvirų klausimų, panašių į tuos, kurie pateikiami apibendrinimo etape.

## Amžiaus grupė

11–14 metų

## Veiklos tikslai

Ugdyti socialinę atsakomybę kuriant jaunimo aplinkosaugos lyderių vaidmenį.

Skatinti socialinės sąveikos procesą.

Mokyti metodų, skirtų jaunimo bendravimo erdvei kurti.

Mokyti dalyvauti mažose socialinėse grupėse.

Kurti laiko praleidimo formas ir būdus realiame pasaulyje.

Mokyti dirbti kartu.

## Trukmė

5 val. (1 val. – organizuoti, 3 val. – pagrindinei veiklai, 1 val. – apibendrinti)

## Vieta

Daugiausia lauke

## Reikalingos priemonės

Atsižvelgiant į dalyką, reikiamos priemonės naudojamos klasėms, kuriose yra metodinių elementų, įgyvendinti.

## Šalis

Lenkija

# Savaitgalio stovykla vaikams

## Veiklos aprašymas

Didelė dalis vaikų savaitgaliais nėra užimti. Tėvai nerimauja, bet dažnai neturi laiko prasmingai praleisti savaitgalį su vaikais ir palieka vaikus vienus su telefonais ar kompiuteriais. Savaitgalinė vaikų stovykla sprendžia šią problemą. Užsiėmimai padės vaikams savaitgaliais prasmingai praleisti laiką su bendraamžiais: vaikams organizuojami įvairūs edukaciniai ir kultūriniai pažintiniai sportiniai užsiėmimai, išvykos, ekskursijos, amatų dirbtuvės ir ekologijos diena.

Stovyklą veda savanoriai edukatoriai, jauni žmonės (14–29 m.), kurie organizuoja vaikams patrauklias veiklas, atsižvelgdami į vaikų amžių, gebėjimus ir poreikius.

Veiklos pavyzdžiai:

1. Stovyklos atidarymas „Aš ir komanda“. Vaikai suskirstomi į grupes. Grupėse vyksta savęs pažinimo, viešojo kalbėjimo ir komandos formavimo užsiėmimai. Apibrėžiamas nario vaidmuo komandoje, sprendimų priėmimas ir bendravimas komandoje, lyderystė, komandinis bendradarbiavimas. Programos pristatymas ir žaidimas „Dosjė“ – savęs pristatymas ir pažintis su draugais. Stovyklos atidarymo ceremonija.
2. Ekologijos diena: Organizuojami ekologijos užsiėmimai, skirti klimato kaitos mažinimo priemonėms.
3. Sporto diena.
4. Kelionių diena.
5. Kulinarijos diena.
6. Pasakų ir teatro diena.
7. Pilietiškumo diena „Būti piliečiu – ginti savo valstybę“.
8. Tyrinėjimo diena. Organizuojamos gamtos mokslų ir STEAM veiklos bei eksperimentai.
9. Meno diena.

## Nagrinėjamos nuostatos

- Entuziazmo išeiti į lauką padidinimas
- Savivertės pagerinimas
- Priklausymo grupei jausmas, komandinio darbo mokymasis
- Teigiamų gyvenimo tikslų paieška
- Aktyvi veikla gamtoje kartu su kitais
- Naujų pomėgių, interesų ar aistrų, kurie galėtų tapti priežastimi išeiti į lauką, paieška
- Smalsumo ir dalyvavimo skatinimas
- Laisvalaikio įprasminimas, interesų ugdymas
- Socialinių gebėjimų, bendravimo įgūdžių gerinimas
- Nuoseklus tikslų siekis

## Vertinimo strategija

Vertinimas bus grindžiamas stebint, kaip vaikai nuo nedrąsaus, baikštaus ir atsinaus požiūrio į grupės veiklą pereina prie

## Amžiaus grupė

6–14 metų

## Veiklos tikslai

- Sudaryti sąlygas vaikams aktyviai leisti laisvalaikį savaitgaliais ir plėsti savo kultūrinį bei pažintinį akiratį.
- Vykdyti edukacinius užsiėmimus, išvykas, ekskursijas vaikams.
- Įtraukti į vaikų laisvalaikio organizavimą savanorius ir jaunus žmones.
- Įtraukti socialinę atskirtį patiriančius asmenis į projekto veiklą įgyvendinimą.
- Projekte taikyti kovos su klimato kaita priemones.

## Trukmė

Trumpi edukaciniai užsiėmimai po 3 val. (10 susitikimų)

## Vieta

Lauke ir uždaroje patalpoje

## Reikalingos priemonės

Kanceliarinės priemonės, sporto įranga, maisto produktai, keramika, mokslinių tyrimų įranga, vaizdo medžiaga ir kt.

## Šalis

Lietuva

pasitikėjimo savimi, drašos ir bendradarbiavimo.

