

OLWEUS patyčių prevencijos programą vykdančių mokyklų geroji patirtis

Įvadas

Klasės valandėlės yra viena pagrindinių Olweus patyčių prevencijos programos įgyvendinimo veiklų. Patirtis rodo, jog tose klasėse, kuriose klasės valandėlės buvo organizuojamos nuosekliai, kruopščiai laikantis Olweus patyčių prevencijos programos reikalavimų, patyčių atvejų skaičius mažėjo labiau nei klasėse, kuriose klasės valandėlėms vesti nebuvo skiriama tiek daug dėmesio.

Pagal Olweus patyčių prevencijos programą mokiniai per klasės valandėles supažindinami su patyčių reiškiniu, su prieš patyčias nukreiptų taisyklių svarba ir reagavimo į patyčias būdais. Klasės valandėlių metu siekiama skatinti bendrumo ir priklausymo grupei jausmą, ugdyti vertybes ir bendrą požiūrį į patyčias bei kitas svarbias problemas, padėti mokiniams geriau pažinti save, bendraamžius, savo ir kito jausmus bei reakcijas, kurti saugią aplinką, išreikšti savo nuomonę, mokytis bendrauti ir bendradarbiauti. Olweus patyčių prevencijos programą įgyvendinantiems klasių auklėtojams suteikta laisvė pasirinkti, kaip ir kokias klasės valandėles ves, tačiau svarbu atsižvelgti į bendrus reikalavimus:

- Klasės valandėlės turi būti vedamos reguliariai: Olweus patyčių prevencijos programos diegimo metu kartą per savaitę (tą pačią dieną), o programos kokybės užtikrinimo sistemos vykdymo metu kas antrą savaitę (tą pačią dieną).
- Rekomenduojama sėdėti ratu ar puslankiu.
- Trukmė gali skirtis priklausomai nuo vaikų amžiaus. Rekomenduojama trukmė pradinė klasių mokiniams nuo 15 iki 45 min., vyresniems – 45 min.
- Mokytojas klasės valandėlių metu – pagalbininkas. Jis padeda pasiekti tikslus ir suteikia mokiniams galimybę dalytis jausmais, nuomonėmis bei siūlyti sprendimus.
- Patyčios – ne vienintelė klasės valandėlių tema. Galima kalbėti ir kitomis daugiau ar mažiau su patyčiomis susijusiomis temomis, kurios yra aktualios mokiniams.

Prieš pradėdant vesti klasės valandėles labai svarbu tinkamai susiplanuoti konkrečias veiklas ir numatyti, kiek laiko joms skirsite. Kiekviena klasė, su kuria dirbate, yra labai skirtinga: mokinių skaičiumi, amžiumi, darbo tempu, įsitraukimu į veiklas, klasės atmosfera ir pan. Taigi ir klasės valandėlių veiklos, ir jų trukmė gali skirtis.

Pateikiame bendras rekomendacijas, kaip paskirstyti laiką klasės valandėlių metu.

KLASĖS VALANDĖLĖS DALYS	LAIKAS	PASTABOS
Ižanga	~ 5 min.	<p>Ižangos metu svarbu mokinius supažindinti su klasės valandėlės tema, pristatyti jos tikslus ir veiklas.</p> <p>Atkreipkite dėmesį į mokinių būseną bei nusiteikimą prieš prasidedant klasės valandėlei. Tik tuomet, kai mokinių neveikia ar netrikdo kiti jiems svarbūs išgyvenimai, jie gali efektyviai įsitraukti į jūsų numatytas veiklas. Jei matote, kad mokinys (-iai) išgyvena stiprius jausmus, aptarkite tai kartu su visais arba individualiai.</p> <p>Rekomenduojama klasės valandėles vesti visiems sėdint ratu. Tai palengvina tarpusavio bendravimą, kuria saugesnę aplinką.</p>
Pagrindinė dalis (dėstymas, veiklos)	~ 30 min.	<p>Šioje klasės valandėlės dalyje pristatoma teorinė dalis ir įgyvendinamos veiklos.</p> <p>Parengtos Olweus klasės valandėlės yra pagalbinių medžiaga. Atsižvelgdami į savo ugdomosios klasės ypatumus, galite pasirinkti – vadovautis visu numatytu klasės valandėlės planu ar pasinaudoti tik tam tikra jums tinkančia dalimi.</p> <p>Daugiau užduočių ne visuomet yra geriau. Verčiau pasirinkite mažiau veiklų, kurias atliksite kartu su mokiniais, kad turėtumėte pakankamai laiko jas kokybiškai įgyvendinti. Svarbu aptarti ir apibendrinti kiekvieną užduotį.</p>
Apibendrinimas	~ 10 min.	<p>Nepraleiskite apibendrinimo, nes tai yra bene svarbiausia klasės valandėlės dalis. Apibendrinimas yra skirtas patiems mokiniams įsivardyti, ką jie sužinojo, suprato ar patyrė šios klasės valandėlės metu.</p> <p>Skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, jausmus, mintis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Būkite jautrūs mokinių išgyvenimams. Jeigu pastebite, kad mokiniui veiklos sukėlė stiprius jausmus, nepalikite jo vieno. Po klasės valandėlės pasikalbėkite individualiai apie tai, kaip jis jaučiasi, ką išgyvena. Jeigu reikia, suteikite pagalbą arba palydėkite pas kitus specialistus (pvz., mokyklos psichologą, socialinį pedagogą).</p>

Svarbu prisiminti, jog nėra vieno teisingo klasės valandėlių vedimo būdo, o šis leidinys yra tik pagalbini priemonė asmenims, įgyvendinantiems Olweus patyčių prevencijos programą. Jame pateikti galimų klasės valandėlių planai, kuriais galite naudotis veddami valandėles.

Nuoširdžiai dėkojame Olweus patyčių prevencijos programą įgyvendinančioms mokykloms ir jų darbuotojams už pagalbą rengiant šį leidinį:

1. Aidui Zabelevičiui (Vilniaus Jeruzalės progimnazija)
2. Aistei Fiurst (Joniškio Saulės pagrindinė mokykla)
3. Aivai Urbaitienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
4. Andželai Zenkevičienei (Švenčionių r. Švenčionėlių progimnazija)
5. Astai Girletei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
6. Audronei Blužienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
7. Audronei Pakeltienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
8. Audronei Survilienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
9. Auksei Grižaitėi (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)
10. Daivai Lukienei (Joniškio Saulės pagrindinė mokykla)
11. Daivai Rocienei (Joniškio Saulės pagrindinė mokykla)
12. Daivai Stefanavičienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
13. Daliai Mockuvienei (Kretingos r. Kūlupėnų Motiejaus Valančiaus pagrindinė mokykla)
14. Daliai Pyragienei (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)
15. Daliai Žilevičienei (Joniškio Saulės pagrindinė mokykla)
16. Danguolei Kepalienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
17. Danutei Barauskienei (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)
18. Danutei Dumbrienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
19. Danutei Stancevičienei (Mažeikių r. Židikų Marijos Pečkauskaitės gimnazija)
20. Eglei Narkevičienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
21. Elenai Vaitkuvienei (Raseinių r. Nemakščių Martyno Mažvydo gimnazija)
22. Elvitai Šeputaitei (Mažeikių r. Židikų Marijos Pečkauskaitės gimnazija)
23. Genovaitei Lukoševičienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
24. Giedrai Umbražiūnienei (Švenčionių r. Švenčionėlių progimnazija)
25. Gitanai Bieliauskaitei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
26. Gražinai Bataitienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
27. Gražinai Zdanevičienei (Vilniaus Jeruzalės progimnazija)
28. Gretai Joniškienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
29. Ievai Jankauskienei (Vilniaus Jeruzalės progimnazija)
30. Ilonai Gustienei (Vilniaus Jeruzalės progimnazija)
31. Ingai Navickienei (Panevėžio Vyturio progimnazija)
32. Ingai Šilinskaitei (Mažeikių r. Židikų Marijos Pečkauskaitės gimnazija)
33. Ingridai Tuskėnienei (Pasvalio r. Vaškų gimnazija)
34. Irenai Griškienei (Raseinių r. Nemakščių Martyno Mažvydo gimnazija)
35. Iрмаi Kelpšienei (Šilutės Pamaro pagrindinė mokykla)
36. Janinai Gedvilienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
37. Janinai Skubrienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
38. Jūratei Alešiūnienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
39. Jūratei Laučienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
40. Kristinai Tamauskienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
41. Laimai Juzėnienei (Ukmergės Užupio pagrindinė mokykla)
42. Laimai Palionienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
43. Leonorai Daugudienei (Trakų r. Paluknio „Medeinos“ gimnazija)
44. Linai Šatkuvienei (Tauragės r. Gaurės pagrindinė mokykla)

45. Linai Špokauskienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
46. Loretai Šeputytei (Vilniaus Jeruzalės progimnazija)
47. Miglei Ruzienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
48. Nomedai Ulickienei (Truskavos pagrindinė mokykla)
49. Ramunei Taunienei (Joniškio Saulės pagrindinė mokykla)
50. Ramutei Šumskienei (Druskininkų sav. Leipalingio progimnazija)
51. Rasai Kuprytei (Panevėžio Vyturio progimnazija)
52. Reginai Merkelienei (Šilalės r. Obelyno pagrindinė mokykla)
53. Reginai Žalienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
54. Renatai Skužinskaitei (Raseinių r. Viduklės Simono Stanevičiaus gimnazija)
55. Rimai Kemzūrienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
56. Rimai Šiuipienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
57. Rimai Vaišnorienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
58. Ritai Jurgaitienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
59. Sigutei Kairienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
60. Sonatai Kazlauskienei (Mažeikių r. Židikų Marijos Pečkauskaitės gimnazija)
61. Sonatai Marcinkevičienei (Panevėžio Kazimiero Paltroko gimnazija)
62. Stanislavai Odinienei (Skuodo Bartuvos progimnazija)
63. Stasei Janušienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
64. Vaidai Miknevičienei (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)
65. Vaidai Seifert (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
66. Verai Mitunevičienei (Panevėžio r. Naujamiesčio gimnazija)
67. Vigitai Bernadiškienei (Panevėžio „Ažuolo“ progimnazija)
68. Vilmai Martinkienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
69. Violetai Rudienei (Joniškio Skaistgirio gimnazija)
70. Virginijai Abramavičienei (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)
71. Virginijai Ralienei (Raseinių r. Nemaščių Martyno Mažvydo gimnazija)
72. Virginijai Skrebūnienei (Panevėžio Kazimiero Paltaroko gimnazija)
73. Vitai Masėnienei (Radviliškio r. Sidabravo gimnazija)
74. Vytautei Kurtovienei (Prienu Revuonos pagrindinė mokykla)

Taip pat dėkojame Olweus patyčių prevencijos programos instruktoriams už jų dalijimąsi gerąja patirtimi, įgyvendinant programą mokyklose:

1. Aurelijai Petronytei
2. Daivai Gasparavičiūtei
3. Daliai Bačiulinienei
4. Gitanai Svirskienei
5. Henrikui Vaicekauskui
6. Ingai Navickienei
7. Kristinai Barauskienei
8. Kristinai Žaltauskienei
9. Laimai Stankevičienei
10. Loretai Vainauskienei
11. Meilei Girdenienei
12. Mildai Leleivienei
13. Sonatai Liutikienei
14. Vilmai Jankauskaitei

Turinys

OLWEUS klasės valandėlės 1–4 klasėms

Klasės valandėlė Nr. 1. Pasitikėjimas kitais	9
1.1 priedas	11
Klasės valandėlė Nr. 2. Jausmai, kylantys patyčių metu	12
2.1 priedas	14
Klasės valandėlė Nr. 3. Kaip padėti klasės draugui, kuris jaučiasi atstumtas	15
Klasės valandėlė Nr. 4. Kaip susidraugauti su kitu	17
Klasės valandėlė Nr. 5. Jausmų ir emocijų raiška	18
Klasės valandėlė Nr. 6. Emocijų raiška per kūno kalbą	20
6.1 priedas	žr. 6.1 priedą
Klasės valandėlė Nr. 7. Kaip kurti ir puoselėti draugystę	22
7.1 priedas	24
Klasės valandėlė Nr. 8. Komandos bendrumai	25
Klasės valandėlė Nr. 9. Kaip elgtis, jei iš tavęs tyčiojasi?	27
9.1 priedas	29
9.2 priedas	31
9.3 priedas	žr. 9.3 priedą
Klasės valandėlė Nr. 10. Skirtingi vaidmenys patyčių situacijose	32
10.1 priedas	34
10.2 priedas	35
10.3 priedas	37
10.4 priedas	žr. 10.4 priedą
Klasės valandėlė Nr. 11. Kas padeda kurti draugystę?	38
Klasės valandėlė Nr. 12. Patyčių atpažinimas ir pagalbos galimybės	40
12.1 priedas	42
12.2 priedas	44
12.3 priedas	45
Klasės valandėlė Nr. 13. Konfliktai ir jų sprendimo būdai	47
Klasės valandėlė Nr. 14. Pykčio atpažinimas ir kontrolė	49
14.1 priedas	51
14.2 priedas	52
Klasės valandėlė Nr. 15. Pagalba draugui	53
Klasės valandėlė Nr. 16. Drąsa patyčių situacijose	55
16.1 priedas	57
Klasės valandėlė Nr. 17. Mano teigiamos savybės	58

OLWEUS klasės valandėlės 5–8 klasėms

Klasės valandėlė Nr. 1. <i>Žodžių galia</i>	60
Klasės valandėlė Nr. 2. <i>Jausmai, emocijos ir jų raiška</i>	62
Klasės valandėlė Nr. 3. <i>Socialiniai vaidmenys</i>	64
3.1 priedas	žr. 3.1 priedą
Klasės valandėlė Nr. 4. <i>Patyčių atpažinimas</i>	66
4.1 priedas	69
4.2 priedas	70
Klasės valandėlė Nr. 5. <i>Teisės ir pareigos</i>	71
Klasės valandėlė Nr. 6. <i>Draugiškumas</i>	72
6.1 priedas	74
6.2 priedas	75
6.3 priedas	76
Klasės valandėlė Nr. 7. <i>Vaidmenys patyčių situacijose</i>	77
7.1 priedas	79
7.2 priedas	80
7.3 priedas	81
7.4 priedas	82
Klasės valandėlė Nr. 8. <i>Pagarba</i>	83
Klasės valandėlė Nr. 9. <i>Mes visi skirtingi</i>	85
9.1 priedas	žr. 9.1 priedą
Klasės valandėlė Nr. 10. <i>Pyktis ir jo valdymo būdai</i>	87
10.1 priedas	89
10.2 priedas	90
10.3 priedas	žr. 10.3 priedą
Klasės valandėlė Nr. 11. <i>Žmogaus unikalumas</i>	91
Klasės valandėlė Nr. 12. <i>Lyderystė ir patyčių baimė</i>	93
12.1 priedas	95
Klasės valandėlė Nr. 13. <i>Elektroninės patyčios</i>	96
Klasės valandėlė Nr. 14. <i>Skundimas ar pagalbos ieškojimas?</i>	98
14.1 priedas	100
14.2 priedas	žr. 14.2 priedą
Klasės valandėlė Nr. 15. <i>Bendradarbiavimas</i>	101
Klasės valandėlė Nr. 16. <i>Panašumai ir skirtumai</i>	103
16.1 priedas	105
16.2 priedas	106
Klasės valandėlė Nr. 17. <i>Konfliktai ir jų sprendimo būdai</i>	107
Klasės valandėlė Nr. 18. <i>Pagarba sau ir kitiems</i>	109

Klasės valandėlė Nr. 19. Pagalbos ieškojimas patyčių metu	111
19.1 priedas	113
19.2 priedas	114
19.3 priedas	115
19.4 priedas	žr. 19.4 priedą

OLWEUS klasės valandėlės 9–12 klasėms

Klasės valandėlė Nr. 1. Empatijos svarba	117
Klasės valandėlė Nr. 2. Laisvė ir atsakomybė	119
2.1 priedas	121
Klasės valandėlė Nr. 3. Konfliktai ir patyčios	122
3.1 priedas	124
3.2 priedas	126
3.3 priedas	127
Klasės valandėlė Nr. 4. Vienatvė ir vienišumas	128
Klasės valandėlė Nr. 5. Pagarba vienas kitam	130
5.1 priedas	132
5.2 priedas	133
5.3 priedas	134
Klasės valandėlė Nr. 6. Empatija ir kito priėmimas	135
6.1 priedas	137
6.2 priedas	138
Klasės valandėlė Nr. 7. Pagalba skriaudžiamajam	139
7.1 priedas	141
7.2 priedas	142
Klasės valandėlė Nr. 8. Draugystės puoselėjimas	143
8.1 priedas	145
8.2 priedas	148
Klasės valandėlė Nr. 9. Vaidmenys patyčių situacijose	149
9.1 priedas	151
9.2 priedas	152
Klasės valandėlė Nr. 10. Savęs pažinimas	153
10.1 priedas	155
10.2 priedas	156
Klasės valandėlė Nr. 11. Patyčių mažinimas mokykloje	157
11.1 priedas	159
Klasės valandėlė Nr. 12. Mitai ir faktai apie patyčias	160

12.1 priedas	žr. 12.1 priedą
Klasės valandėlė Nr. 13. Socialiniai vaidmenys klasėje	161
13.1 priedas	žr. 13.1 priedą
13.2 priedas	163
13.3 priedas	164
13.4 priedas	165
Klasės valandėlė Nr. 14. Klasė kaip komanda	166
14.1 priedas	žr. 14.1 priedą
14.2 priedas	168
Literatūros sąrašas	170
Naudingos nuorodos	172

Aprašas

PAVADINIMAS	Pasitikėjimas kitais
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Suteikti mokiniams žinių apie pasitikėjimo svarbą santykiuose.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė užduotis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Situacijos apie pasitikėjimą (<i>1.1 priedas</i>), 3 lapeliai popieriaus.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Pasiruošimas valandėlei</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ant trijų lapelių užrašyti tris frazes: „Pasitikėti“, „Nesu tikras“, „Nepasitikėti“. • Klasėje sustumdyti suolus į šonus. Įsivaizduoti per klasę einančią ištisinę liniją. Jos pradžioje padėti kortelę „Nepasitikėti“, viduryje – „Nesu tikras“, o linijos pabaigoje – „Pasitikėti“. • Atrinkti situacijas, kurios bus naudojamos praktinėje užduotyje. <p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <hr/> <p>Diskusija. Mokiniams užduodami klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ką reiškia pasitikėti kitu?</i> • <i>Ar lengva pasitikėti kitais? Iš kur žinome, kad žmogumi galima pasitikėti?</i> • <i>Kokiu žmogumi (ar žmonėmis) jūs pasitikite?</i> <p>Užduotis. Paprašykite, kad mokiniai įsivaizduotų liniją, einančią per klasę. Pristatykite, kad jiems bus skaitomos situacijos (<i>1.1 priedas</i>). Jie turės pamąstyti, ar toje situacijoje galėtų pasitikėti žmogumi, galbūt priešingai, o gal dėl to nėra tikri. Kai mokinys nuspręs, kaip konkrečioje situacijoje derėtų pasielgti, jis turi atsistoti toje vietoje (prie lapelio su užrašu).</p>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Diskusija. Susodinkite mokinius ratu. Mokiniam užduodami klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ar kiekvienas iš mūsų klasės mokinių jaučiasi taip pat kiekvienoje situacijoje?</i> • <i>Kokiose situacijose sunkiau pasitikėti kitais?</i> • <i>Iš kur žinome, kad galime pasitikėti kitu žmogumi?</i> • <i>Koks jausmas, kai pasitiki kitu?</i> • <i>Kodėl svarbu pasitikėti kitu žmogumi?</i> • <i>Kai esi viduryje, nesi tikras, ar verta pasitikėti, kas tave verčia abejoti?</i> • <i>Kodėl svarbu pasitikėti savo draugais? Klasės draugais?</i> • <i>Kuo pasitikėjimas kitais yra svarbus, kai patiri patyčias?</i> • <i>Ką reiškia būti vertu pasitikėjimo?</i> • <i>Ką tu darai, kad draugai suprastų, kad tavimi galima pasitikėti?</i> (Galimi atsakymai: būnu nuoširdus, klausausi, ką kiti sako, pasitikiu kitais, juos gerbiu.) <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Mes pasitikime kitais, kai jaučiame, kad galime jais pasikliauti. Pasitikėjimas leidžia mums būti draugais, nes tuomet žinome, kad kitas yra dėl mūsų, o mes – dėl jo. Aptarkite, kokiais žmonėmis galima pasitikėti, kokie tai žmonės, kokios jų savybės skatina pasitikėjimą ir pan. (šeimos nariai, bendraamžiai, suaugusieji mokykloje ir kt.).</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>1.1 priedas.</i></p>

Situacijos apie pasitikėjimą

*Pastaba. Galima skaityti ne visas situacijas, bet išsirinkti tas, kurios atrodo svarbiausios.

1. Tau paskambina naujas draugas ir pasiūlo susitikti šią savaitę, pasibaigus pamokoms. Ar pasitiki juo? Ar tiki, kad jis tau paskambins?
2. Tu turi paslaptį ir nenori, kad ją kas sužinotų, išskyrus artimą draugą. Nusprendi jam ją papasakoti. Ar pasitiki, kad jis to niekam neatskleis?
3. Viena mergaitė ar berniukas, gyvenantis netoliese, labai mėgsta naują žaidimą, kurį gavai per gimtadienį. Jis (ji) nori žaidimą pasiskolinti vienam vakarui. Ar pasitiki juo (ja) ir esi tikras, kad žaidimą grąžins?
4. Vienas populiarus vaikas sakė, kad gali ateiti į jo gimtadienį, tačiau tik tuomet, jei nustos bičiuliauti su savo klasės draugu, su kuriuo dažniausiai žaidi. Ar tavo artimas klasės draugas gali tavimi pasitikėti?
5. Tavo klasės draugai nuolat žaidžia sportinį žaidimą, kurio žaisti kartu tavęs niekada nekviatė. Šiandien jie sako, kad tu gali prisijungti. Ar pasitikėsi jais? Ar esi tikras, kad jie nepasijuoks iš tavęs?
6. Vienas vaikas iš tavo mokyklos nuolat juokiasi iš akinių, kuriuos nešioji. Prašai jo, kad taip nesielgtų. Ar tu tiki, kad tavo draugai gins tave ir lieps jam liautis?
7. Vienas suaugęs žmogus, kurį esi matęs prieš tai, sustabdo tave prie mokyklos, kad paklaustų kelio. Tu žinai tą vietą, kur jis nori nuvykti. Žmogus tau pasiūlo sėstis į jo mašiną, kad parodytum kelią. Ar tu pasitikėsi juo ir vyksi kartu?
8. Draugas pasako tau savo paslaptį ir prašo jos niekam neatskleisti. Ar jis gali tavimi pasitikėti?
9. Tu su tėvais susitari susitikti tam tikroje vietoje. Ar jie gali tavimi pasitikėti, kad atvyksi ten laiku?

Aprašas

PAVADINIMAS	Jausmai, kylantys patyčių metu
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti savo jausmus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Individualus darbas, darbas poromis, pokalbis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Popieriaus lapai, pieštukai, flomasteriai, didelis popieriaus lapas.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Susodinkite mokinius ratu. Kartu su vaikais prisiminkite, ką elgesį vadiname patyčiomis. Akcentuokite, jog patyčios nėra pajuokavimas! Aptarkite, kuo skiriasi patyčios nuo pajuokavimo. Paašškinkite mokiniams, kad kai juokaujama, linksma būna abiem žmonėms, o tyčiojantis smagu tik vienam vaikui – kitas tuo metu jaučiasi įskaudintas, liūdnas. Paprašykite vaikų prisiminti kokią nors situaciją, kai bendraamžis jį (ją) pažemino, pasišaipė iš jo (jos) ar kitaip netinkamai pasielgė. Paklauskite, kaip jie tuo metu jautėsi. (Norintys kalbėti pasisako ir bando įvardyti savo jausmus.) Išdalinkite mokiniams popieriaus lapus ir paprašykite jų nupiešti, kaip jie jautėsi, kai iš jų kas nors pasišaipė. Kai vaikai nupiešia piešinėlius, pakvieskite kelis savanorius parodyti ir papasakoti, ką nupiešė (kalba tik norintys vaikai). Išklausius mokinius, pradedama diskusija. <ul style="list-style-type: none"> <i>Ką aš darau, kai būnu liūdnas, piktas, nusiminęs, išsigandęs ir kt. (pagal tai, kokius jausmus vaikai įvardijo).</i> <i>Kas man padeda, kai jaučiuosi blogai? (koks žmogus, kokia veikla).</i>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Vaikai ieško įvairių galimų pagalbos būdų. Kiekvienas, norintis kalbėti, išklausomas. Akcentuokite, kad labai svarbu yra pasikalbėti su kuo nors apie tai, kaip jautiesi. Aptariama, su kuo galima pasikalbėti mokykloje, namuose.

6. Pasikalbėjus pateikiama paskutinė užduotis – parengti plakatą „Kas man gali padėti?“.

Eiga. Lapo viduryje nupieštas liūdnas veidelis. Kiekviena mokinių pora gauna po žiedlapį, kuriame turi užbaigti sakinius:

- *Kai būnu liūdnas, nusiminęs aš...* (Parašo, ką tada veikia; pvz., skaito, būna vienas, būna su savo augintiniu ir t. t.)
- *Žinau, kad visada galiu pasikalbėti su...* (Parašo, į ką kreiptųsi pagalbos.)

7. Užpildę žiedlapius visi suklijuoja gėlės žiedą aplink liūdną veidelį (2.1 priedas).

8. Užsiėmimo pabaigoje dar kartą prisimenami žingsniai, *ką daryti, kai iš tavęs tyčiojasi*. Jie kartojami kiekvieno užsiėmimo metu (2.1 priedas).

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

- Ką šiandien sužinojau, supratau?
- Jeigu iš manęs kas nors tyčiojasi, skriaudžia mane, ką svarbu padaryti? (Išklausykite mokinių atsakymų ir dar kartą akcentuokite, kaip svarbu yra apie tai papasakoti suaugusiam žmogui, kurio vaikas pasitiki.)

PRIEDAI

2.1 priedas.

Žingsniai, ką daryti, kai iš tavęs tyčiojasi

1 priedas

Ignoruok ir nueik į šoną.

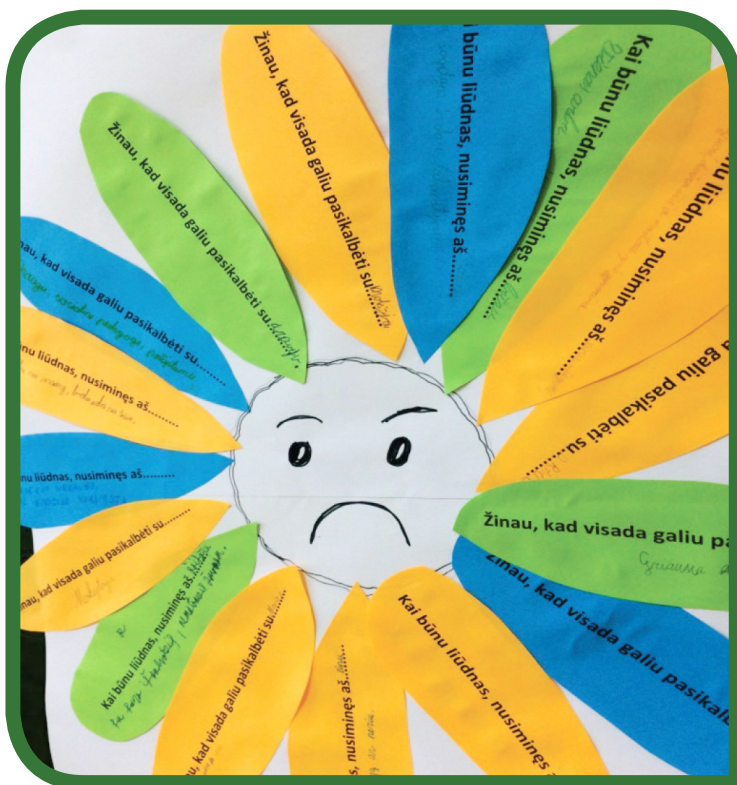
Pasakyk: „Prašau liautis, tu mane skaudini.“

Garsiai pasakyk: „Liaukis, man nepatinka.“

Sakyk: „Liaukis, arba aš pasakysiu mokytojai.“

Eik pas mokytoją (arba kitą suaugusįjį) ir papasakok, kas atsitiko.

2 priedas



Aprašas

PAVADINIMAS	Kaip padėti klasės draugui, kuris jaučiasi atstumtas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti draugiškumą, mokytis padėti atstumtam vaikui.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pokalbis, diskusija, animacinio filmo peržiūra, minčių lietus.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Projektorius, ekranas filmukui rodyti.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Valandėlės pradžioje – pokalbis. Mokiniam skiriama užduotis – prisiminti situaciją, kada jautėsi atstumti, kada jų nepriėmė žaisti, kažkur keliauti ir pan.</p> <p>Tęsiamas pokalbis, vyksta diskusija. Toliau, pateikiant klausimus, aptariamos situacijos, su kuriomis vaikai susidūrė.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kaip tu jauteisi? • Kokia buvo tavo nuotaika? • Ar apie savo jausmus kam nors pasakojai? • Ar atsirado tokių vaikų, kurie pasiūlė tau įdomią veiklą? • Gal tu pasiūlei kokį užsiėmimą, kuris sudomintų kitus? • Ar pavyko susidraugauti su kitais ir kartu praleisti laiką? <p>Pastaba. Galimi kiti panašūs klausimai, skatinantys dalytis savo patirtimi.</p> <p>Aptarus atstūmimo patirtis, išklauius apie vaikų jausmus, tikimasi atidesnės ir jautresnės animacinio filmuko „Ančiukas, kuris nemokėjo žaisti futbolo“ (žr. literatūros sąrašą) ištraukos peržiūros (viso filmuko trukmė – 9:36 min., galima stabdyti peržiūrą po 1:56 min. ir aptarti peržiūrėtą dalį).</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

- Ar matyta situacija filmuke jums ką nors primena?
- Ar įžvelgėte patyčias žiūrėdami ištrauką?
- Kokias patyčias matėte? Įvardykite.
- Aptariamas patyčių ratas filmuko ištraukoje:
 - Kas yra ančiuko skriaudėjas? Kaip jis elgiasi?
 - Kas yra nuskriaustasis? Kaip jis jaučiasi?
 - Kas yra stebėtojai? Kaip jie elgiasi?
 - Kas yra ančiuko gynėjas? Kaip jis elgiasi?

Intriga prieš tęsiant filmuko peržiūrą: *Kaip manote, kas vyks toliau?* Kelios vaikų mintys – spėjimai. Filmą žiūrimas toliau. Po peržiūros tęsiamas pokalbis.

- Ar pavyko atspėti, kas toliau vyks filmuke?
- Kuri situacija tau labiausiai patiko? Kodėl?
- Kada kiti ančiukai suprato, kad negražiai elgėsi su ančiuku muzikantu?
- Kuo ančiukai panašūs į vaikus?
- Ko galime pasimokyti iš filmuko veikėjų?
- Kas svarbu santykiuose su žmonėmis, draugais ir kt.?

Pastaba. Galimi kiti panašūs klausimai, atsižvelgiant į mokinių patirtis, tarpusavio santykius, mikroklimatą ar kita.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti jausmus, išsiaiškinti sudėtingas situacijas ar tai, kas jiems svarbu.

Refleksija – minčių lietus. Mokiniai daro išvadą ir teikia pasiūlymus, *kaip elgtis situacijoje, kai šalia atsiranda vaikas, kuris yra atstumtas. Ką daryti, kad visiems kartu leisti laiką būtų įdomu ir smagu?*

Aprašas

PAVADINIMAS	Kaip susidraugauti su kitu
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių socialinius įgūdžius, mokytis užmegzti ir palaikyti draugystę.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pokalbis, vaidybinės situacijos, minčių lietus „Aš draugui galiu...“.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Lapeliai, rašikliai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Vaidinimas. Mokiniai suskirstomi grupelėmis. Grupelėse patys pasiskirsto vaidmenimis: naujokas (-ė) ir kiti mokiniai. Kiekviena grupelė suvaidina, kaip galima susidraugauti su naujoku (-e)?</p> <p>Pokalbis „Kaip puoselėti draugystę?“, minčių lietus „Aš draugui galiu...“.</p> <p>Užduotis – nupiešti širdelę, iškirpti ir užrašyti svarbų žodį draugystei puoselėti.</p> <p>Žodžius širdelėse (lapeliuose) suklijuojame ant klasės durų.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Priminkite mokiniams, kaip galima pasitikti naujus mokinius, kaip susidraugauti su naujoku (-e). Apibendrinkite mokinių veiklą, akcentuodami, kaip galima draugystę puoselėti ir išlaikyti.</p>

Aprašas

PAVADINIMAS	Jausmų ir emocijų raiška
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti savo ir kitų jausmus, emocijas bei jų priežastis.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė vaidybinė veikla (emocijų pantomima), minčių lietus, animacinio filmo peržiūra ir aptarimas, diskusijos, praktinė kūrybinė veikla.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, vienkartinės popierinės lėkštutės, piešimo priemonės.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Praktinė užduotis</p> <p>Pademonstruok jausmus (liūdesį, pyktį, baimę...). Galimi keli variantai:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Mokytoja įvardija nuotaiką (liūdesys, džiaugsmas...), o visi vaikai veido išraiška ir (ar) judesiu tai parodo. 2. Vienas mokinyš atsistoja prieš klasę ir nusisuka į lentą. Paskui jis atsisuka į klasėje sėdinčius mokinius ir stengiasi jiems parodyti jausmą (pvz., šypsosi). Vaikai mėgina atspėti, kokį jausmą jiems rodo draugas. 3. Gali būt naudojamos emocijų lėlės. <p>Pokalbis-diskusija:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kada mes džiaugiamės?</i> • <i>Kada mums būna liūdna?</i> • <i>Kada mums būna baisu?</i> • <i>Kaip pradžiuginti kitą žmogų? ir t. t.</i> <p>Animacinio filmo „Meškėniukas“ peržiūra ir aptarimas</p> <p>Ekране rodomas animacinis filmas „Meškėniukas“ (žr. literatūros sąrašą). Paskui diskutuojama pagal užduotyje pateiktus klausimus. Po filmo – aptarimas.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Klausimai filmui aptarti:

- *Pasakykite, kodėl upelio gyventojas buvo nedraugiškas?*
- *Kaip meškėniukui pavyko susidraugauti su upelio gyventoju?*
- *Kaip keitėsi meškėniuko nuotaikos? Kodėl?*

Kūrybinė veikla

Šypsenėlių ant lėkštučių piešimas (ši veikla gali būti atliekama dailės pamokos metu, tada dar nuspalvinami ir lėkštučių krašteliai). Kiekvienam mokiniui duodama po vieną vienkartinę popierinę lėkštutę. Vaikai lėkštutės viduryje nupiešia šypsenėlę. Ten, kur lieka laisvos vietos, parašo, kas juos džiugina. Vėliau lėkštutes galima priklijuoti ant lentos ar sienos. Taip pat galima ant lėkštučių rašyti palinkėjimus ir padovanooti klasės draugui, tėveliams ir pan.

Dainelė „Šypsenėlė“ (žr. literatūros sąrašą)

Dainelę vaikai gali išmokti per muzikos pamoką, o per klasės valandėlę padainuoti. Dainuodami veidelius pridengia nupieštomis šypsenėlėmis arba mojuoja šypsenėlėmis papuoštomis lėkštutėmis.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Pamokos pabaigoje mokytoja apibendrina mokinių atsakymus, nurodydama, kokiais būdais galima pradžiuginti kitą žmogų (pvz., papasakoti linksmą istoriją, padėti padaryti darbą, apkabinti, paglostyti, išklausti).

Aprašas

PAVADINIMAS	Emocijų raiška per kūno kalbą
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Supažindinti mokinius su emocijų įvairove, jų raiška, mokyti jas atpažinti per kūno kalbą.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė kūrybinė užduotis, darbas grupėmis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Viela, folija, multimedija, skaidrės (6.1 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Mokytojas pasakoja apie tai, kad visi sutinkame žmonių, kurie vaikšto pakėlę galvas. Kiti – atvirksčiai (galva žemyn, pečiai nuleisti). O yra ir tokių, kurie sėdi kur nors kamputyje susigūžę ir apkabinę save rankomis, stovi stipriai suspaudę kumščius ir pasiruošę kovai. Mes suprantame, kad tokiems žmonėms reikia mūsų pagalbos. (Galima žiūrėti filmukų ištraukas arba įrašus.)</p> <p>Prieš atliekant užduotis aptariami sėkmingo darbo kriterijai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dirbkime pamokoje aktyviai. • Dirbkime pamokoje bendradarbiaudami ir padėdami vieni kitiems. • Kalbėkime po vieną. • Gerbkime vieni kitus. • Dirbkime taip, kad būtų smagu. <p>Praktinė kūrybinė užduotis</p> <p>Mokiniai dirba individualiai arba grupėmis, mokytojo padedami. Vaikai iš vielos išlanksto žmogaus karkasus. Gautus vielos karkasus apsuoka folija.</p>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Užduodami klausimai žinioms įtvirtinti (rodomos skaidrės; <i>6.1 priedas</i>):</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Apie ką byloja į viršų pakeltos rankos ir galva?</i> • <i>Apie ką byloja nuleista žemyn arba įtraukta į pečius galva?</i> • <i>Apie ką byloja nuleisti pečiai ir nusvirusios rankos?</i> • <i>Apie ką byloja suspausti kumščiai?</i> <p>Neretai vaikai dar pamokos pradžioje pastebi, kad sunku nusakyti emocijas, jei nematai veido. Išvada: svarbiausia – veido išraiška, dar vadinama MIMIKA, nes ji perteikia emocijas, jausmus.</p> <p>Praktinė užduotis</p> <p>Vaikams pasiūloma visus žmogeliukus transformuoti, pakeisti į linksmus. Niekas nenori būti liūdnas ar nuskriaustas. Visiems svarbu jaustis drąsiai ir pasitikėti savimi. Todėl siūloma mokiniams pakeisti žmogeliukų kūno padėtį taip, kad visi būtų linksmi, drąsūs, pasitikintys savimi.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>6.1 priedas.</i></p>

Aprašas

PAVADINIMAS	Kaip kurti ir puoselėti draugystę
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti užmegzti ir palaikyti draugiškus santykius.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pokalbis, žaidimas, animacinio filmo peržiūra.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	„Pagyrų puodas“ – krepšys ar dėžė, į kurią vaikai galėtų sudėti užrašytus pagyrimus vienas kitam, „Paslaptingos kišenės“ (pvz., 7.1 priedas), flomasteriai, popierius, multimedija.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pasisveikinimo ritualas: apsikabiname, paspaudžiame rankas, palinkime geros dienos.</p> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <hr/> <p>Pokalbis apie draugystę. Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kas yra draugystė? • Kodėl svarbu turėti draugų? • Kaip galima susidraugauti su kitu? • Kas trukdo draugystei? <p>Filmuko „Gudrutis ieško draugo“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra ir aptarimas.</p> <p>Darbas grupėmis: aptaria filmuką ir, pasitardami tarpusavyje, aprašo, kas yra geras draugas.</p> <p>Žaidimas. Mokiniai išsitraukia lapelį su klasės draugo (-ės) vardu, nupiešia jį (ją) ir pagiria, pasako komplimentą.</p> <p>Visą savaitę mokiniai yra kviečiami į „Pagyrimų puodą“ rašyti pagyrimus klasės draugams už gerus darbus.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Savaitės pabaigoje pasidžiaugiame gerais darbais, poelgiais (<i>7.1 priedas</i>). Svarbu pastebėti, ar visi vaikai susilaukia pagyrimų iš bendraklasių. Jeigu matote, kad kuris nors vaikas lieka nepastebėtas, galite Jūs parašyti jam pagyrimą ar pagirti mokinį (-ę) prieš klasę, taip paskatindami tai daryti ir kitus vaikus.</p> <p>„Paslaptingoje kišenėse“ atsiranda paskatinamieji prizai: atvirukai, piešiniai, skanumynai ir pan. (<i>7.1 priedas</i>).</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardinti, kas jiems buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>7.1 priedas.</i></p>

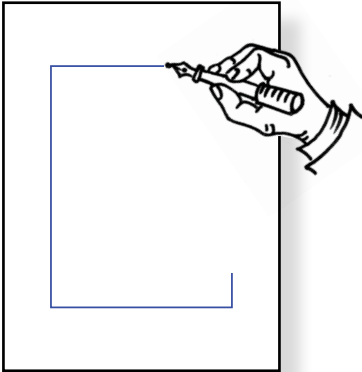
„Pagyrimų puodas“



„Paslaptingos kišenės“

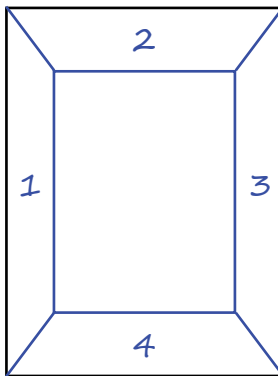
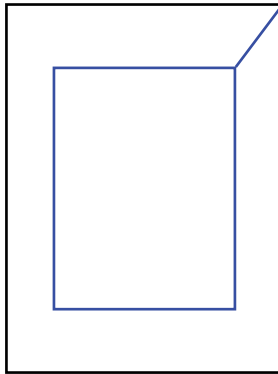


Aprašas

PAVADINIMAS	Komandos bendrumai
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti vaikus atpažinti ir įvardyti bendrus interesus, pomėgius bei tarpusavio skirtynes, mokytis gerbti ir priimti. Ugdomos vertybės: draugiškumas, nuoširdumas, empatija, pagarba, sąžiningumas.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	A2 arba A3 formato popieriaus lapai, rašikliai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pasisveikinimo ritualas: apsikabiname, paspaudžiame rankas, palinkime geros dienos.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Klasės mokiniai suskirstomi į grupes po keturis.</p> <div style="display: flex; align-items: center; margin-top: 20px;">  <div style="margin-left: 20px;"> <p>1 žingsnis</p> <p>Vienas mokinys A3 formato popieriaus lapo viduryje nupiešia stačiakampį ir perduoda lapą tolesniam grupės nariui pagal laikrodžio rodyklę.</p> </div> </div>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

**2 žingsnis**

Kitas mokinys linija sujungia vieną stačiakampio kampą su artimiausiu popieriaus lapo kampu.

3–5 žingsniai

Visi likusieji stačiakampio kampai linijomis sujungiami su popieriaus lapo kampais.

6 žingsnis

Visi tokiu būdu gauti laukeliai sunumeruojami.

7 žingsnis

Tas mokinys, kuris sėdi priešais 1-ąjį laukelį, pasako, ką jis mėgsta daryti ar valgyti. Pvz., „Aš mėgstu šokoladinius ledus“, „Man patinka skaityti“, „Man patinka važiuoti į pajūrį“ ir t. t.

Tuomet kiti grupės nariai pasako, ar ir jie mėgsta tą patį daryti ar valgyti. Laukeliuose įrašyti skaičiai reiškia skaičių mokinių, turinčių tą patį pomėgį. Jeigu visi grupės nariai turi tą patį pomėgį, tuomet į skaičiumi 4 paženklinatą laukelį jie įrašo frazę „šokoladiniai ledai“, o jeigu tai taikytina tik dviem mokiniams, tuomet šis pomėgis įrašomas į skaičiumi 2 paženklinatą laukelį.

Toliau keliaujama grupėje ratu pagal laikrodžio rodyklę. Dabar antrasis mokinys sako, pavyzdžiui: „Aš mėgstu žaisti futbolą.“ Jeigu tą patį mėgsta dar du komandos nariai, šis pomėgis įrašomas į skaičiumi 3 paženklinatą laukelį. Grupės nariai dalijasi tarpusavyje savo pomėgiais tol, kol mokytojas duoda ženklą baigti šį etapą.

8 žingsnis

Dabar grupė turi sugalvoti sau pavadinimą, kuriame atsispindėtų turimi bendrumai. Grupės pavadinimas įrašomas į vidurinįjį lapo laukelį. Jį galima apipavidalinti ir iliustruoti.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Pamokos pabaigoje mokytoja pasako, jog šiandien bandėme išsiaiškinti bendrus interesus, pomėgius, stengėmės rasti tai, kas mus sieja grupėje. Pasiteiraujama, kas buvo sunkiausia atliekant pratimą.

Aprašas

PAVADINIMAS	Kaip elgtis, jei iš tavęs tyčiojasi?
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti patyčias ir tinkamai elgtis patyčių situacijoje.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, minčių lietus, istorijos skaitymas, piešimas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Skaitomos istorijos kopija (9.1 priedas). Dėžutė su dangteliu, kurios dugne yra veidrodis. Ežiuko paveikslėlio kopija (9.2 priedas). Priemonės piešti: dažai, spalvoti pieštukai, flomasteriai. A4 formato popieriaus lapai, žirkklės, multimedija, skaidrės (9.3 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pradžioje žaidžiame žaidimą „Stebuklinga dėžutė“. Visi sėdi ratu. Per visą ratą yra pranešama „stebuklinga dėžutė“, į kurią privalo kiekvienas pažvelgti. Dėžutės dugne yra veidrodis, todėl kiekvienas, pažvelgęs į dėžutę, pamato save. Iš anksto dalyviams to nesakome. Prieš pranešdami dėžutę, visiems papasakojame, kad toje „stebuklingoje dėžutėje“ gyvena nepakartojamas ir nuostabus žmogus. Taip suintriguojame užduoties dalyvius. Jų paprašome, kad atidžiai pažvelgtų į tą dėžutę ir pasakytų, kuo tas matytas žmogus yra ypatingas. Kai žaidimo dalyvis papasakoja apie tą žmogų, dėžutės turinį parodome kitam. Žaidžiama tol, kol kiekvienas papasakoja apie dėžutėje „gyvenantį“ ypatingą žmogų.</p> <p>Aptariame, koks kiekvienas yra skirtingas ir unikalus.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Mokytoja pristato I. Stark knygą ir skaito istoriją „Apie ežį, kuris mėgino tapti kitu žvėrimi“ (9.1 priedas).</p> <p>Remiantis perskaityta istorija prasideda diskusija. Klausimai pateikti skaidrėse (9.3 priedas).</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

- *Kaip jautėsi ežiukas?*
- *Kas su ežiuku elgėsi nedraugiškai?*
- *Kas nepritarė tokiam elgesiui?*
- *Koks žvėrelis labiausiai tyčiojosi iš ežiuko?*
- *Kodėl miško žvėrys nenorėjo draugauti su ežiuku?*
- *Ką darė ežiukas, kad pritaaptų prie kitų miško gyventojų?*
- *Kodėl jam niekas nepadėjo?*
- *Kodėl su ežiuku taip elgėsi miško žvėrys?*

Užduotys

- 1. Kaip pasielgti ežiukui?** Mokiniai kviečiami nupiešti ant popieriaus lapo savo ranką ir ant kiekvieno piršto užrašyti patarimą ežiukui.
- 2. Kaip jūs pasielgtumėte?** Mokiniai kviečiami nupiešti ant popieriaus lapo savo ranką ir ant kiekvieno piršto užrašyti patarimą.

Atlikus užduotis mokytoja jas aptaria ir iš rankyčių suklijuoja lentoje ežiukus. Aptaria ežiuko sprendimą palikti mišką ir posakį „Visi mes esame skirtingi, visi mes esame unikalūs“ bei pamąstymą „Kaip aš galėjau būti toks paikas ir išsižadėti savo kailio?“.

Mokytoja iškelia klausimą: *Ar vaikai nesielgia taip, kaip šie miško žvėreliai?*

Remdamasi vaikų atsakymais, mokytoja aiškina, kas yra patyčios.

Patyčios – tai nuolat pasikartojantis elgesys, kai vaikai tyčia nori įskaudinti ar pažeminti kitą. Tai gali būti kabinėjimasis, pravardžiavimas, erzinimas, stumdymas, mušimas, pinigų atiminėjimas, kuprinės, sąsiuvinų ar kitų daiktų atiminėjimas, apkalbos, ignoravimas, gąsdinimas, piktų, erzinančių SMS žinučių ar elektroninių laiškų siuntinėjimas.

Kartu su ežiuku mokiniai sužino, kaip reikia elgtis, kai iš jų kažkas tyčiojasi, susipažįsta su 5 žingsneliais (skaidrės).

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Užsiėmimas baigiamas diskusija.

Kodėl vaikai erzina vieni kitus? Kai matau, kad kažkas skriaudžiamas, ką aš darau? Ir pan.

Mokiniams išdalijami paveikslėliai, kuriuos turi nuspalvinti. Nuspalvinę ežiukus, rašo palinkėjimus (9.2 priedas).

PRIEDAI

9.1 priedas, 9.2 priedas, 9.3 priedas.

Apie ežį, kuris mėgino tapti kitu žvėrimi...

Kiek save atminė, ežys gyveno šiame sode. Patogiai ir gražiai gyveno – apie geresnį gyvenimą nė svajoti negalėjai. Bet ežiui buvo liūdna – vis vienas ir vienas... Tad kartą šmurkštelėjo pro plyšį sodo tvoroje ir nupupsėjo į netoliese dunksantį mišką. Pataikė tiesiai į žvėrių susirinkimą. Droviai šypso-damasis, ežys atsargiai pritykino artyn. Žvėrys atsigręžė ir įdėmiai jį nužvelgė. Kai kurie jam taip pat nusišypsojo, o laukinė katė net mirkštelėjo. Tačiau kiti žvėrys žiūrėjo abejingai. Buvo net ir tokių, kurie dėbsojo visai nedraugiškai. Labiausiai pūtėsi dygliakiaulė, žvėrių viršiausioji. Ji niūriai šnairavo į ežio spyglius ir lygino juos su savaisiais. Ežys nebeištvėrė slegiančios tylos.

– Laba diena, – mandagiai pasisveikino jis ir paprašė: – Priimkite mane į savo būrį.

Tačiau jo nuostabai, dygliakiaulė sužvigo:

– Iiii, ežys!

Žvėrių veidai bemat persimainė – visi baugščiai sužiuro į dygliakiaulę: šios spygliai grėsmingai pa-sišiaušė, draugiškumo neliko nė ženklo. Ne vienas savo kailiu jau buvo patyręs skaudžius jų dūrius, tad verčiau pakludavo dygliakiaulei. Štai ir žvėrys iš visų pusių aidu atsiliepė:

– Iiii, ežys!

– Taip aš ežys, – atsakė jis. – O kas čia blogo?

Tirtėdamas iš baimės, zuikis dirstelėjo į dygliakiaulę. Toji padrašinamai linktelėjo. Tuomet zuikis užpuolė ežį:

– Tu spygliuotas!

– Žinoma, juk visi ežiai spygliuoti.

– Kam iš mūsų valia nešioti spyglius, sprendžiu aš, – kvykstelėjo dygliakiaulė.

– Tikra tiesa, – patvirtino žvėrys.

– Jei nori likti su mumis, turi būti į mus panašus. Pamėgink pasidaryti toks kaip zuikis arba kormis, arba kitas žvėris.

– Gerai, – sutiko ežys, – padarysiu viską, ko norite.

Jau kitą dieną jis su įkarščiu puolė vykdyti paliepimo. Pirmiausia pamėgino pastrikinėti kaip zuikis. Tačiau užpakalinės letenėlės buvo per silpnos. Vos pašoka ir šlept – nerangiai šlumšteli ant žemės. Žvėrys ėmė kikenti, ir krūmuose ežys išvydo kartu su kitais tūnantį zuikį. Tik laukinė katė buvo liūdna – nukorusi ūsus, ji nutipeno į mišką.

Dabar ežys pamėgino mėgdžioti elnią. Jis ėmė žirglioti aukštai iškėlęs galvą.

Bet taip vaikščiodamas negalėjo rasti vikšrų ar šiaip ko užkrimsti. Po kelių dienų ežys apgailėtinai sulyso. Ragai jam, žinoma, irgi neišdygo. Elnias, eidamas pro šalj, neva užkalbino ežį:

– Ko toks perkaręs? Vien kaulai ir oda! Gal čia nerandi vikšrų?

Jo žodžiuose skambėjo pašaipta, tačiau ežys stengėsi nenusiminti.

Jis įsibėgėjo ir stryktelėjo į medį. „Mane visi išjuoks, jei neliuoksėsiu po medžius taip vikriai kaip voverė“, – pamanė jis.

Vos taip pagalvojo, šleptelėjo ant nugaros ir skaudžiai užsigavo. Voverė pikdžiugiškai vikstelėjo uodega ir nušokavo sau.

Ežys labai nuliūdo, dar truputis ir būtų nuleidęs letenėles. „Reikia pasvarstyti, kurį čia žvėrį geriau pamėgdžiojus“, – nusprendė jis. Tada prisiminė lapę: sėlinti taip kaip ji būsią visai nesunku. Jis pritūpė ir tyliai nusliūkino per brūzgynus. Bet jo nerangių, čiuksinčių žingsnelių tiesiog negalėjai neišgirsti. Lapė nepatenkinta papurtė galvą.

„O kad būčiau kurmis, įsirausčiau į žemę ir nuo visų pasislėpčiau“, – pasvajojo ežys, praradęs viltį. Ir kaip patrakęs ėmė kastis gilyn visomis keturiomis letenėlėmis. Bet kur ten jis išraus kurmio urvą!

Dabar žvėrių patyčioms nebuvo galo. Po visą mišką skambėjo jų klegesys ir švilpimas. Žvėrys iš juoko raitėsi po žemę.

Barsukas ežiui įspyrė. Kiti taip pat puolė ežį stumdyti ir svaidyti vienas kitam. Dabar jau ežys įtūžo. Jis susirietė į kamuolėlį ir atstatė spyglius. Kaip tik tą mirksnį dygliakiaulė atsivėdėjusi smogė jam snukiu ir visu svoriu užvirto ant jo spyglių. Dygliakiaulė deramai suspiegė. Žvėrys nustėro iš baimės. Šluostydamasi kraujuojantį snukį, dygliakiaulė nužvelgė ežį ir iš vienos, ir iš kitos pusės.

– Žiūrėk tu man – ežys, – sukriuksėjo ji. – Koks įdomus žvėris! Sveikas gyvas!

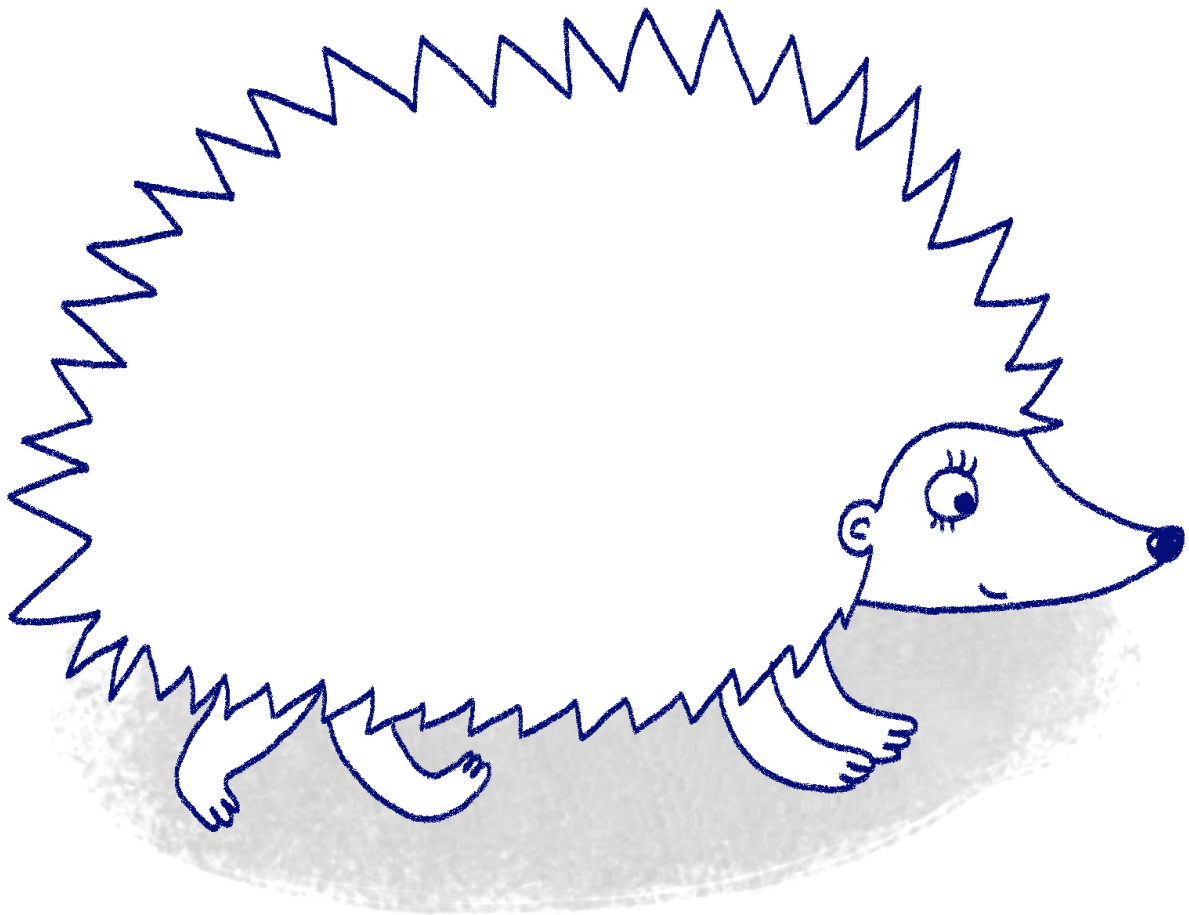
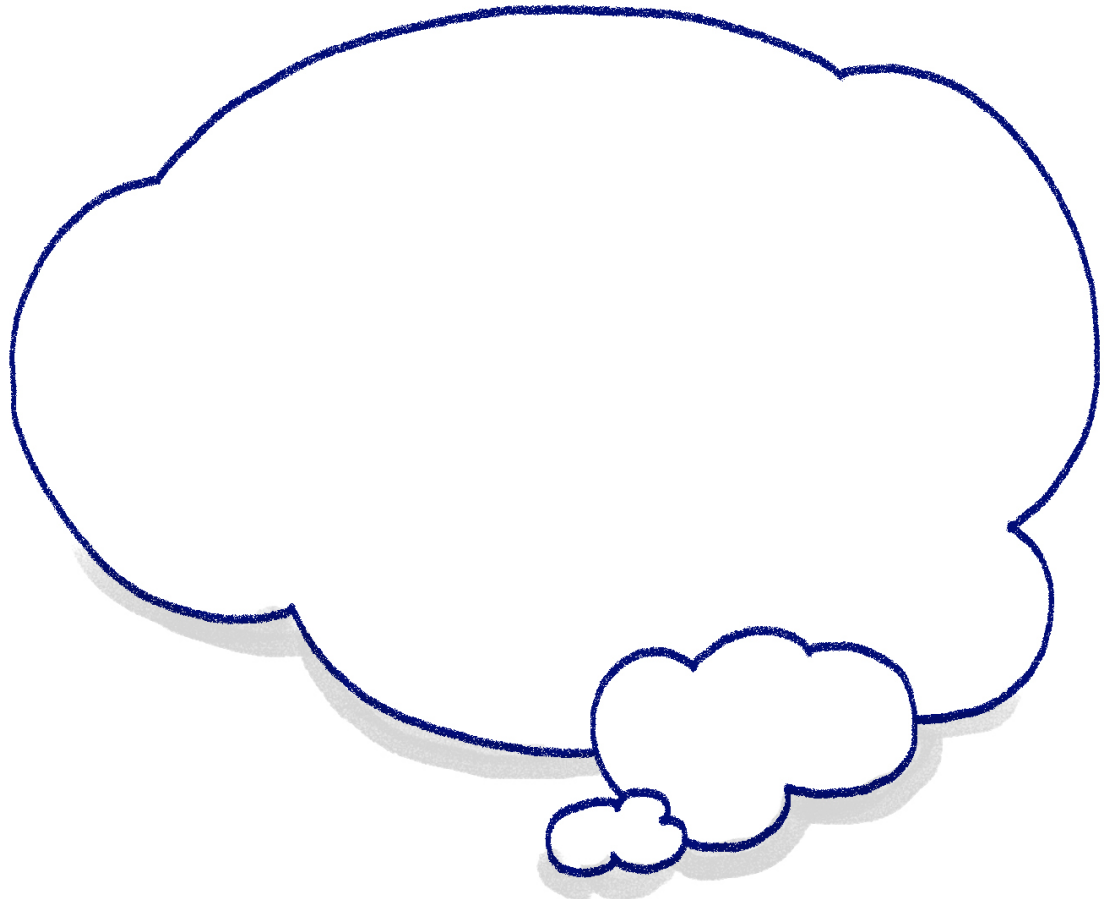
Ežys išsitiesė visu ūgiu. Žvėrys pagarbiai atsisuko į jį. Tačiau jis atsigręžė ir nukulniavo į mišką.

– Kodėl tu mus palieki? Ką mes tau padarėme? Eikš pas mus! – ėmė šaukti žvėrys ežiui pavymui.

Jis pasiekė pamiškę.

„Kaip galėjau būti toks paikas ir išsižadėti savojo kailio?“ – mąstė ežys.

Priešais vingiavo du keliai. Vienas į sodą, kitas – į mišką. Ežys patraukė antruoju keliu.



Aprašas

PAVADINIMAS	Skirtingi vaidmenys patyčių situacijose
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti patyčias ir aptarti mokinių patyčių vaidmenis situacijose.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Skaitymas, minčių lietus, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Parengtas tekstas skaityti (<i>10.1 priedas</i>), rašymo priemonės, lipnūs lapeliai, popierius (A3), žirkklės, skaidrės (<i>10.4 priedas</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pradžioje žaidžiame žaidimą „Stebuklinga dėžutė“. Visi sėdi ratu. Per visą ratą yra pranešama „stebuklinga dėžutė“, į kurią privalo kiekvienas pažvelgti. Dėžutės dugne yra veidrodis, todėl kiekvienas, pažvelgęs į dėžutę, pamato save. Iš anksto dalyviams to nesakome. Prieš pranešdami dėžutę, visiems papasakojame, kad toje „stebuklingoje dėžutėje“ gyvena nepakartojamas ir nuostabus žmogus. Taip suintriguojame užduoties dalyvius. Jų paprašome, kad atidžiai pažvelgtų į tą dėžutę ir pasakytų, kuo tas matytas žmogus yra ypatingas. Kai žaidimo dalyvis papasakoja apie tą žmogų, dėžutės turinį parodome kitam. Žaidžiama tol, kol kiekvienas papasakoja apie dėžutėje „gyvenantį“ ypatingą žmogų.</p> <p>Aptariame, koks kiekvienas yra skirtingas ir unikalus.</p> <p>Temos pristatymas</p> <p>Beveik kiekvienas vaikas mokykloje yra susidūręs su bendraamžių patyčiomis ar priekabėmis. Šiandien, skaitydami pasakojimą apie violetinį šuniuką, mėginsime suprasti, kaip jaučiasi šuniukas, būdamas kitoks.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

PAGRINDINĖ DALIS

Skaitomas tekstas (10.1 priedas).

Teksto aptarimas. Klausimai pateikti skaidrėse (10.4 priedas).

- *Kaip jautėsi šuniukas?*
- *Kodėl šaipėsi iš šuniuko?*
- *Kodėl šuniukas tūnodavo būdoje?*
- *Kas tyčiojosi iš šuniuko?*
- *Kas padarė šuniuką?*
- *Kokių patarimų gavo šuniukas?*
- *Su kuo susidraugavo šuniukas?*

Patyčių situacijose paprastai dalyvauja ne du asmenys – skriaudėjas ir skriaudžiamasis (patyčių taikiny), bet ir visi kiti esantys joje (*Patyčių ratas*).

Darbas grupėmis

Mokiniai suskirstomi į keturias grupes. Prašoma prisiminti aprašytą situaciją ir pagalvoti, kokį vaidmenį atlieka kiekvienas šios istorijos veikėjas (10.2 priedas), iškirpti paveikslėlius ir suklijuoti A3 lapuose.

Darbo grupėmis aptarimas

- *Ar įsivaizduojate save šios istorijos veikėjais?*
- *Jeigu būtumėte šios situacijos liudininkai, kaip pasielgtumėte?*

Kartu su mokiniais aptarkite, ką reikia daryti, jei iš tavęs pasityčiojo.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Mokiniais išdalijami paveikslėliai, kuriuos jie turi nuspalvinti (10.3 priedas).

PRIEDAI

10.1 priedas, 10.2 priedas, 10.3 priedas, 10.4 priedas.

Violetinis šuniukas

Viename nedideliame miestelyje gyveno kalytė, vardu Kudlė. Ji buvo baltai ruda, gauruota ir visų mylima. Kartą atėjo tokia diena, kai Kudlė atsivedė šuniukų. Jų buvo trys – gražučiai, mažučiai, trumpom kojytėm ir mielais snukučiais. Tik koks netikėtumas! Du buvo baltai rudi, o trečias šunelis – violetinis. Visi labai stebėjosi, net kalytė mama kartais pabumbėdavo – iš kur toks keistuolis radosi? O šunelis augo ir jo keista spalva tik ryškėjo. Jau visa gatvė žinojo apie neįprastą violetinį šuniuką. Bet aplinkiniai mažajam buvo negailestingi, dažnai šaipėsi iš jo ryškaus kailiuko. Šunelis net nenorėdavo išlįsti iš savo būdos.

– Ė, žiūrėkite, koks keistas! – kranksėjo varnos, – jis turbūt raičiojosi dažuose, papiltuose patvory!

– Ne, jis šiaip nevaleika, turbūt toks nuo kiemo dulkių, – pašaipiai čirškėjo žvirbliai, patys kuisdamiesi takelio purve.

– O gal jis bailys, gal jis iš baimės tokios keistos spalvos? – stebėjosi plėšrios žuvėdros. Net maži gatvės kačiukai šaipydami kaišiojo liežuvius violetiniam šuniukui. Kartais šuneliui pabosdavo vienam tūnoti būdoje ir jis liūdnas kiūtindavo miestelio gatvėmis, lydintas pašaiپیų aplinkinių žvilgsnių. „Ką gi man padaryti, kad mane mylėtų? Kaip man elgtis, kad kiti mane gerbtų? Kodėl aš gimiau kitoks? Aš gi nekaltas, mano violetinis kailiukas juk niekam netrukdo...“, – mąstė šunelis ir jo mažai širdelei darėsi dar skaudžiau.

Kartą, šuneliui begulint saulės atokaitoje, prie jo priskrido pulkelis drugelių ir norėjo nutūpti ant violetinio snukučio, violetinių ausyčių ir ant violetinės šuniuko uodegytės.

– Ką jūs darote! – pradėjo kvatotis violetinis šuniukas. – Nekutenkit! Kodėl jūs tupiate ant manęs?

– Oi! O tu ne violetinė gėlytė? Tu šunelis? Koks tu gražus! – stebėjosi įvairiaspalviai drugeliai. – Tik kodėl tokios liūdnos tavo akytės?

– Aš violetinis, – paaiškino šuniukas, – tokie šuniukai neturėtų būti. Manęs niekas nemyli. Bet gi jūs, drugeliai, taip pat margaspalviai, kiekvienas vis kitoks. Ar jums gera tokiems gyventi?

– Žinoma. Mes plazdename ore savo įvairių spalvų sparneliais ir nuo to pasaulis tik gražesnis. Vienodi mes būtume nuobodūs. O tu, violetini šuniuk, esi nuostabus! – paaiškino drugeliai ir, vaikydami vienas kitą, nuskrido tolyn. Šunelis gulėjo saulėje ir žiūrėjo į tolstantį margaspalvį pulkelį. Jis šypsojosi. Dar nedrąsiai. Pirmą kartą jis išgirdo, kad yra nuostabus. Ir nuostabus būtent dėl to, kad yra kitoks, ir kad būti vienodiems yra nuobodu. Saulutėje jo violetinis kailiukas blizgėjo, mainėsi visais atspalviais ir mažylis džiaugėsi savo kitokia spalva. Pirmą kartą. Violetinis šuniukas jau be baimės išėjo į gatvę ir linksmas patraukė pirmyn. Iš kažkur vėl atsirado pulkelis margaspalvių drugelių, kurie linksmai jį lydėjo ir vis bandė nutūpti šuneliui tai ant uodegytės, tai ant violetinio snukučio. Patvoriuose besikuičiantys žvirbliai bandė pašaipiai čirškėti, bet šunelis šį kartą jų nepastebėjo. Jis tik linksmai vizgino uodegytę. Ir pikčiurnos nutilo, nes neįdomu šaipytis, kai niekas nekreipia į tai dėmesio.

Taip jis pasiekė gatvelės galą. Už jos jau buvo pieva ir upė. Taip toli violetinis šuniukas dar niekada nebuvo nuėjęs. Šalia buvo nepažįstamas kiemas, o jame laktė graži juoda trumpaplaukė kalytė. Žvilganti, rieta uodegyte ir trumpomis letenėlėmis. Violetinis šuniukas net amtelėjo iš susižavėjimo, ir tuomet juodukė pastebėjo svečią:

– Kas tu toks? Tu šunelis? Toks įdomus? Tu visai kaip tie margaspalviai drugeliai – linksmas ir spalvotas! Palakstykim! Pagauk mane!

Ir du laimingi šunyčiai pasileido laukais, lydimi tų pačių margaspalvių drugelių, kurie vis taikėsi nutūpti tai ant violetinio snukučio, tai ant juodos riestos uodegytės. Violetinis šuniukas tikriausiai buvo pats laimingiausias miestelio gyventojas. O tame miestelyje buvo daug kitų gatvelių, kuriose gyveno dar daug varnų, žvirblių ir žuvėdrų. Ir galbūt pasitaikė ir rausvų kačiukų ar žalsvų šuniukų, kuriems dar labai trūko pasitikėjimo ir reikėjo visų meilės bei dėmesio.

Skriaudējas.



Skriaudžiamasis.



Stebētojai, palaikantys skriaudēja.

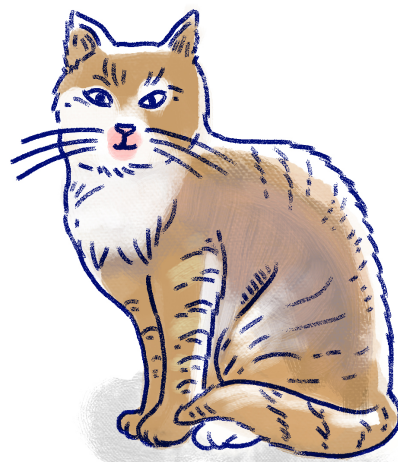
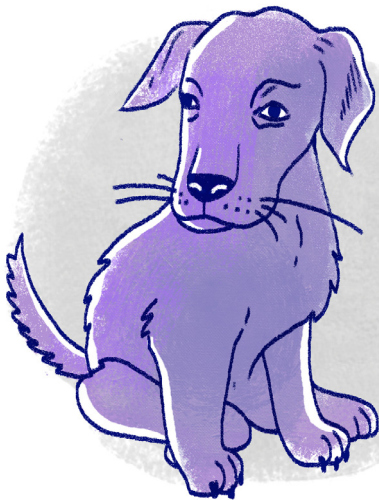
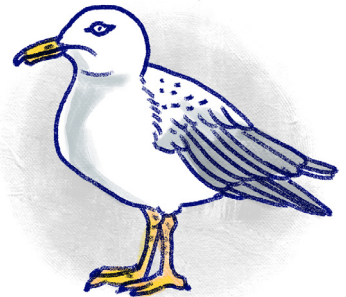
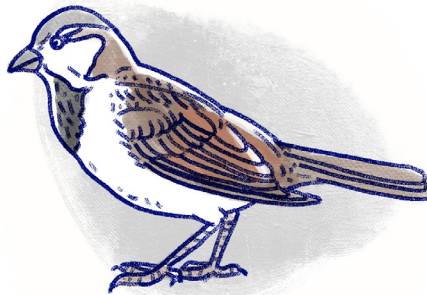
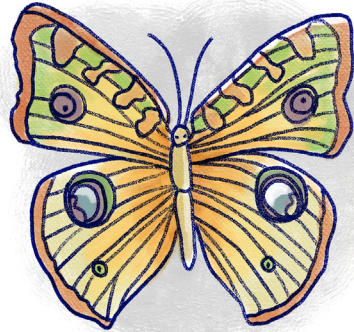
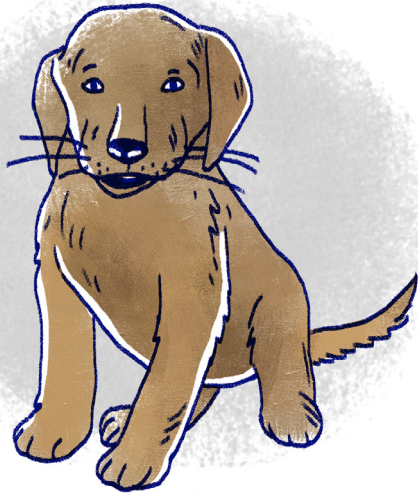


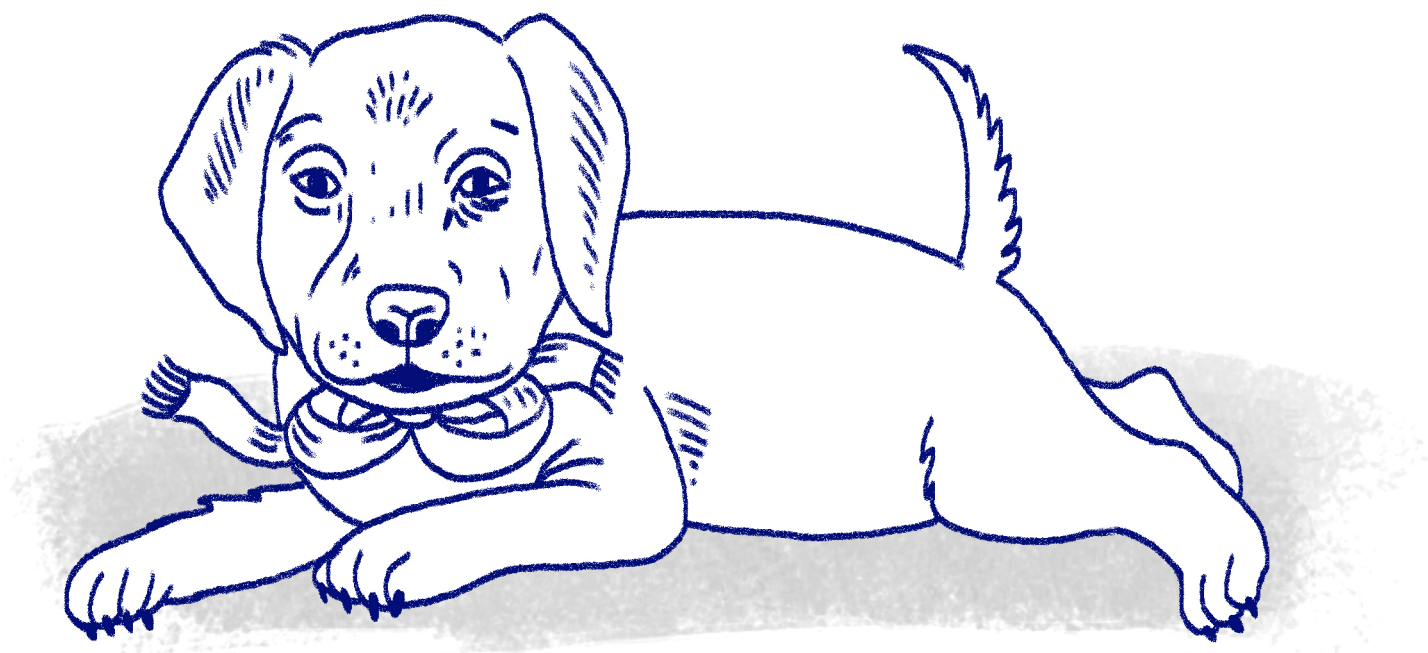
**Stebētojai, palaikantys ir mėginantys užstoti
patyčias patiriantį vaiką.**



Neutralūs stebėtojai.







Aprašas

PAVADINIMAS	Kas padeda kurti draugystę?
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Puoselėti draugiškumą, tarpusavio pagalbą ir supratimą.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pokalbis, darbas grupėmis, praktinė užduotis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Filmukas vaikams „Ai ir Oi“, popierius, flomasteriai, žirklys, klijai, multimedija.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>1. Pokalbis <i>Kas gali tapti tikru draugu?</i></p> <p>2. Filmuko „Ai ir Oi“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra ir aptarimas.</p> <p>„Gyveno kartą du berniukai Ai ir Oi. Ai nuolat džiaugsmingas ir nuotaikingas, jis viską spėja, jo namuose švaru, gražu, darže viskas auga. Jis draugiškas ir pozityvus. Oi nuolat paniuręs ir nelaimingas. Jam gyvenimas atrodo nemielas ir viskas taip sunku ir nepakeliama. Ką bedarydavo Oi, jam nuolat viskas nepavykdavo. Taip vargšelis netrukus susirgo. Guli lovoje ir verkia. Tuomet Ai surinko visus kaimo vaikus ir, atėjęs pas Oi, ėmė jo namus šveisti, plauti, tvarkyti. Net drabužius išskalbė. Į Oi namus atnešė draugystę, džiaugsmą ir gerą nuotaiką.“</p> <p>Šis filmukas moko draugystės, tarpusavio pagalbos ir supratimo. Dabar Oi šypsosi ir yra laimingas.</p> <p>Klausimai filmukui aptarti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kas nutiko Oi? • Kodėl Oi buvo nelaimingas? • Kaip padėjo Ai? • Ar gerai pasielgė Ai? • Kaip dar galima buvo padėti Oi? • Kaip galėjo atsidėkoti Oi kaimo vaikams ir Ai?

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Darbas grupėmis

Mokiniai yra kviečiami sukurti gero bendravimo taisyklės ir jas užrašyti ant popieriaus lapo. Vėliau mokinių grupės pristato savo sugalvotas taisyklės klasei. Visoms grupėms pristačius savo taisyklės, kartu su mokytoja kuriamos bendros visos klasės gero bendravimo taisyklės.

Žaidimas „Pagirk draugą“

Tikslas – pasakyti draugui komplimentą.

Iš storesnio popieriaus reikia iškirpti skrituliuką, užsirašyti vardą. Paskui iš spalvoto popieriaus iškirpti dvi širdeles, vieną priklijuoti ant savo skrituliuko, o kitą padovanoti draugui – užklijuoti prie vardo. Skylamušiu padarykite skrituliuke skylutę juostelei įverti. Tokius „medalius“ mokiniai gali nešiotis ant kaklo.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Apibendrinami pamoką pasakykite, jog, žiūrėdami filmuką apie Ai ir Oi, pamatėme, kaip svarbu yra padėti kitiems žmonėms ir palaikyti gerus santykius su aplinkiniais. Tam mums padeda tokios bendravimo taisyklės, kurias jūs šiandien sukūrėte: padėti vienas kitam, rūpintis vienas kitu, padrauginti vienas kitą, saugoti paslaptis, mokėti išklaudyti, sakyti tiesą, nemeluoti (priklausomai nuo vaikų sukurtų gero bendravimo taisyklių).

Aprašas

PAVADINIMAS	Patyčių atpažinimas ir pagalbos galimybės
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti patyčias ir kaip tinkamai elgtis situacijoje, kai iš tavęs tyčiojasi.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Skaitymas, minčių lietus, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Parengtas tekstas skaityti, rašymo priemonės, lipnūs lapeliai, popierius, užduočių lapai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Temos pristatymas</p> <p>Beveik kiekvienas vaikas būdamas mokykloje susiduria su bendraamžių patyčiomis ar priekabėmis. Šiandien mėginsime suprasti, kaip jaučiasi skriaudžiamas vaikas ir kaip jam galime padėti. Skaitysime ištrauką iš M. Gripės knygos „Hugas ir Jozefina“.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Skaitoma ištrauka iš M. Gripės knygos „Hugas ir Jozefina“ (12.1 priedas).</p> <p>Teksto aptarimas. Klausimai tekstui aptarti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip manote, ar Jozefina gali pati apsiginti?</i> • <i>Kaip jaučiasi Jozefina dėl tokio Gunelės elgesio?</i> • <i>Kodėl niekas nediršo sustabdyti Gunelės?</i> • <i>Kodėl Gunelė taip elgiasi?</i>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Darbas grupėmis</p> <p><i>Kaip galime padėti Jozefinai?</i></p> <p>Mokiniai suskirstomi į keturias grupes. Tada paprašoma sukurti pagalbos planą Jozefinai (<i>12.2 priedas</i>). Vėliau vaikai pristato savo sukurtus planus.</p> <p>Aptarimas</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ar įsivaizduojate save šios istorijos veikėjais?</i> • <i>Kurios grupės planas patiko labiausiai ir kodėl?</i> • <i>Jeigu būtumėte šios situacijos liudininkas, kaip pasielgtumėte?</i> • <i>Aptarkite žingsnius, ką daryti, jei iš tavęs tyčiojasi.</i> <p>Užduotis</p> <p>Mokytoja išdalija užduočių lapus (<i>12.3 priedas</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ką darysite, jei kas nors iš jūsų tyčiosis?</i> • <i>Kam mokykloje galėtumėte apie tai pasakyti?</i> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Pabrėžkite, jog nevertėtų mokiniams patiems mėginti susidoroti su patyčiomis. Labai svarbu (net būtina) apie tai pasakyti suaugusiajam.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>12.1 priedas, 12.2 priedas, 12.3 priedas.</i></p>

M. Gripė „Hugas ir Jozefina“

Ištrauka

Jozefina manė, kad nuėjusi į mokyklą ji geriau susipažins su kitais kaimo vaikais. Bet čia ne taip paprasta. Atrodė, išmoks jų žaidimus ir galės sykiu su jais žaisti. Bet ne – ji niekada su jais nesusidraugaus.

– Tavo tėtė pastorius, ar ne? – klausia jie lyg niekur nieko.

– Taip, – atsako Jozefina.

– O mes jau seniai žinom, – sako jie ir keistai į ją pasižiūri, bet Jozefina nieko nesupranta. Tarsi vaikai apie ją daugiau žinotų negu ji pati.

– Gal tu matei, kaip atrodo apynių kartis? – paklausia kažkuris, bet Jozefina neatsako, neatsimena.

– Tokia kaip tavo tėtė pastorius, jis nori pasiekti dangų, todėl ir yra toks aukštas, – sako viena dičkė, kiti net suklykia iš juoko.

– Pasakyk tam savo ilgaskverniui, kad dažniau pasižiūrėtų į žemę – sušunka ji nueinančiai Jozefinai.

Mat jos tėtis labai aukštas. Ji net vadina jį tėvuliu, nes jis taip nori. Jo galva taip aukštai, o jis dar labiau ją kelia į viršų.

– Paklausk, ar jam vėjai nešvilpia apie ausis? – vėl šūkteli dičkė. Jos vardas Gunelė. Ji yra iš vyresnės klasės, jai gal jau dešimt. Ji antrus metus sėdi toj pačioj klasėj. Visi nori jai įsiteikti, nes jos tėvas turi saldumynų kioską prie vieškelio.

Jozefina supranta, kad niekada nebus jos draugė, nes Gunelė sako, kad ji Jozefinos „nekenčia“. Jozefina net gerai nežino, ką tai reiškia. Tokį žodį gali ištarti tik tas, kas yra pranašesnis. Kaip Gunelė ir žiūri į Jozefina primerktom akim.

Jozefina net suvirpa nuo tokių jos žodžių. Gunelė atrodo šalta ir pasipūtus, ji ištaria tuos žodžius net pasiskondama. Vargas tam, kurio ji nekenčia.

Ir kiti vaikai, įsiteikdami Gunelei, ima sakyti, kad Jozefinos nekenčia. Bet Jozefina jaučia, kad tik Gunelė gali taip visus užkerėti.

Kartais Gunelė atsineša visą maišelį saldainių. Atsistoja ant mokyklos laiptų kaip karalaitė, kad visas kiemas matytų. Niekas neturi šalia jos užlipti, jei kas nors ima ruoštis, ji paspiria ir toks patenka į amžiną Gunelės nemalonę.

Stovi viena ir dalina saldainius. Vaikai šūkčioja, tiesia rankas.

– Man! Duok man!

– Manęs nepamiršk, aš tavo draugė...

Gunelė galiausiai apsisprendžia ir pašaukia laimingąjį. Bet kartais apsigalvoja ir, kai tas prieina, atiduoda saldainį kitam. O anas spūdina šalin, nieko nepesęs.

Kitą kartą Gunelė laiko iškėlus šokolado plytelę, pamojuoja ir staiga sviedžia į būrį.

– Griebkit! – sušunka ji, ir visi vaikai puola prie šokolado, stumdosi, pradeda muštis, rékauja. O Gunelė stovi ant laiptų ir dar juos kursto.

Vieną sykį ir Jozefina atsidūrė būryje. Ji žino, kad nieko negaus, bet vis tiek smalsu pasižiūrėti. Šiandien Gunelė atsinešė ypač didelį maišelį. Daugelis jau gavo po saldainį, bet maišelyje jų dar nemažai. Gunelė išima skardinę dėžutę ledinukų. Pasižiūri į vieną, į kitą. Jos rudos akys net sužiba, suradusios Jozefina.

– Ei tu, pastoraite, su rudu lietpalčiu. Prieik arčiau. Jozefina, rodos toks tavo vardas!

Jozefiną tarsi vertė nuveria. Gunelė pasirinko ją! Nejaugi jai teks ledinukai? Bet ji vis dar stovi kaip stovėjusi. Ji per daug nustebusi. Sumišusi. Ir gal truputį nusigandusi.

– Ei! Ko ten prikepei, judinkis greičiau! – sušunka Gunelė.

Jozefinai net ausys užkaista. O gal jau Gunelė pasidarė geresnė? Gal užmiršo savo neapykantą? Vienas berniukas iš Gunelės klasės papurto galvą.

– Neik, – sako jis. Ji tave apgaus.

Gunelė pabarškina, papurto ledinukų dėžutę. Jozefina nebegali atsilaikyti. Prisispaudžia pro vaikus prie laiptų. Sustoja.

– A, lipk aukščiau, – sako Gunelė. – Ko bijai?

Jos akys klastingai žiba, ir Jozefina, lipdama laiptais, pasijunta tartum sugauta. Net jos keliai tirta.

Gunelė stovi, ranka įsisprendus į šoną, išdidi kaip karaliaus duktė ir laukia. Ji beveik dukart aukštesnė už Jozefiną.

Vaikai pradeda švilpti, kikenti ir užgausiai šūkčioti. Gunelė ištisia ranką ir sako Jozefinai:

– Klaupkis ir pasimelsk!

Jozefina stovi kaip stovyklėlė. Gal ji ne taip išgirdo?

– Na.

Gunelė kyšteli jai po pat nosim skardinę dėžutę su ledinukais.

– Tu nori jų ar nenori?

Jozefina nė krust... Visi nuščiūva. Nekantraudami laukia, kas bus toliau.

– Gal tėvas tave neišmokė poterių? Na ir apkiautęs tas tavo pastorius!

Vaikai vėl pratrūksta juoktis. Gunelė dar labiau įžūlėja. Ji prieina prie Jozefinos ir pakiša jai po nosim visą maišelį saldainių.

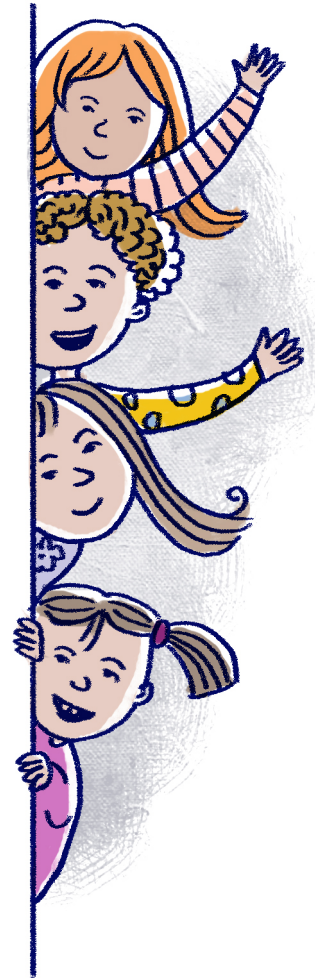
– Matai, kiek čia daug. Visi bus tavo, jei atsiklaupsi ir gražiai paprašysi. Sukalbėk tokia maldele: „Gunele, būk gera, duok man nors vieną saldainį. Aš tokia užmiršta ir nelaiminga kaip nuo amžių nemazgotas naktipuodis.“ Pakartok! Tada Jozefina tarsi pabunda. Paknopstom puola žemyn, vaikai šūkaloja, tyčiojasi, o ji degte dega iš gėdos.

Cha, cha, cha! – kvatoja Gunelė nuo savo aukštumos. – Aš nekenčiu tavęs! Pasakyk tam savo ištįsėliui tėvui, tegul pirmiau savo vaikus išmoko poterių, o paskui tegul žiopčioja toj savo bažnyčioj.

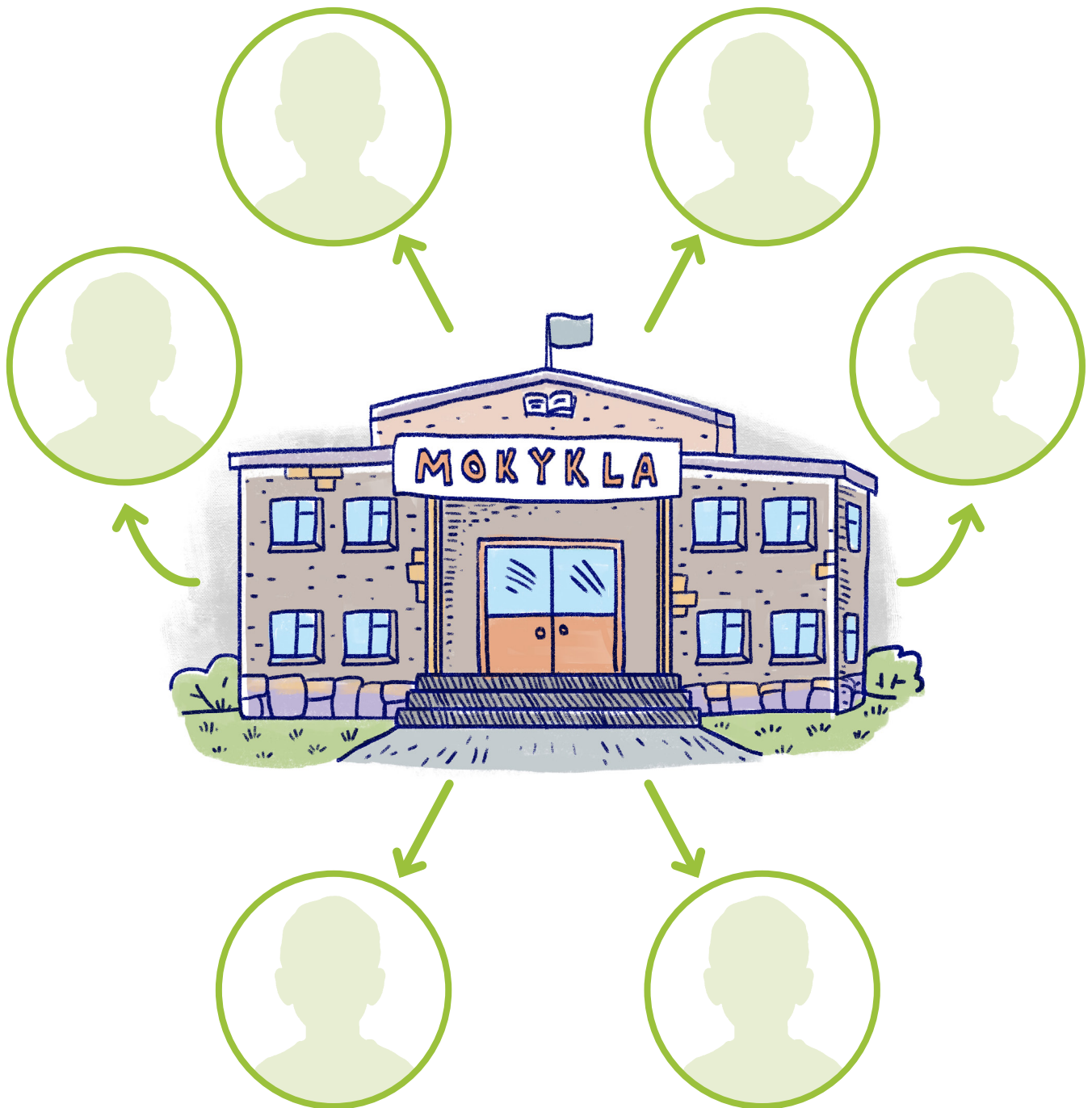
Jozefina, prasiskverbusi pro vaikus, dar spėja pamatyti, kaip Gunelė pašokusi išbarsto ant jų ledinukus ir iškrato iš maišelio saldainius.

Pagalbos planas

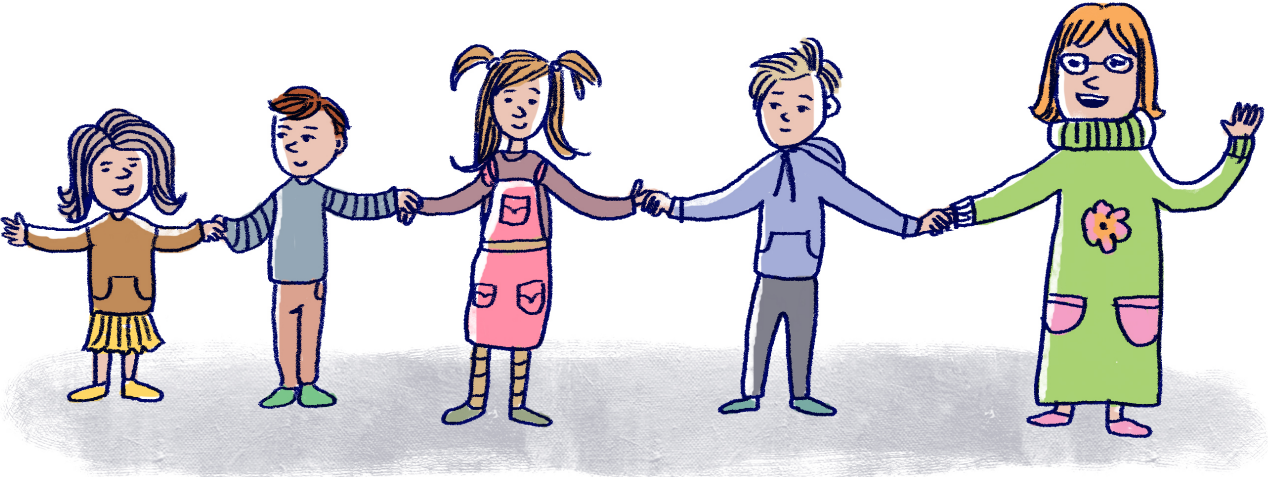
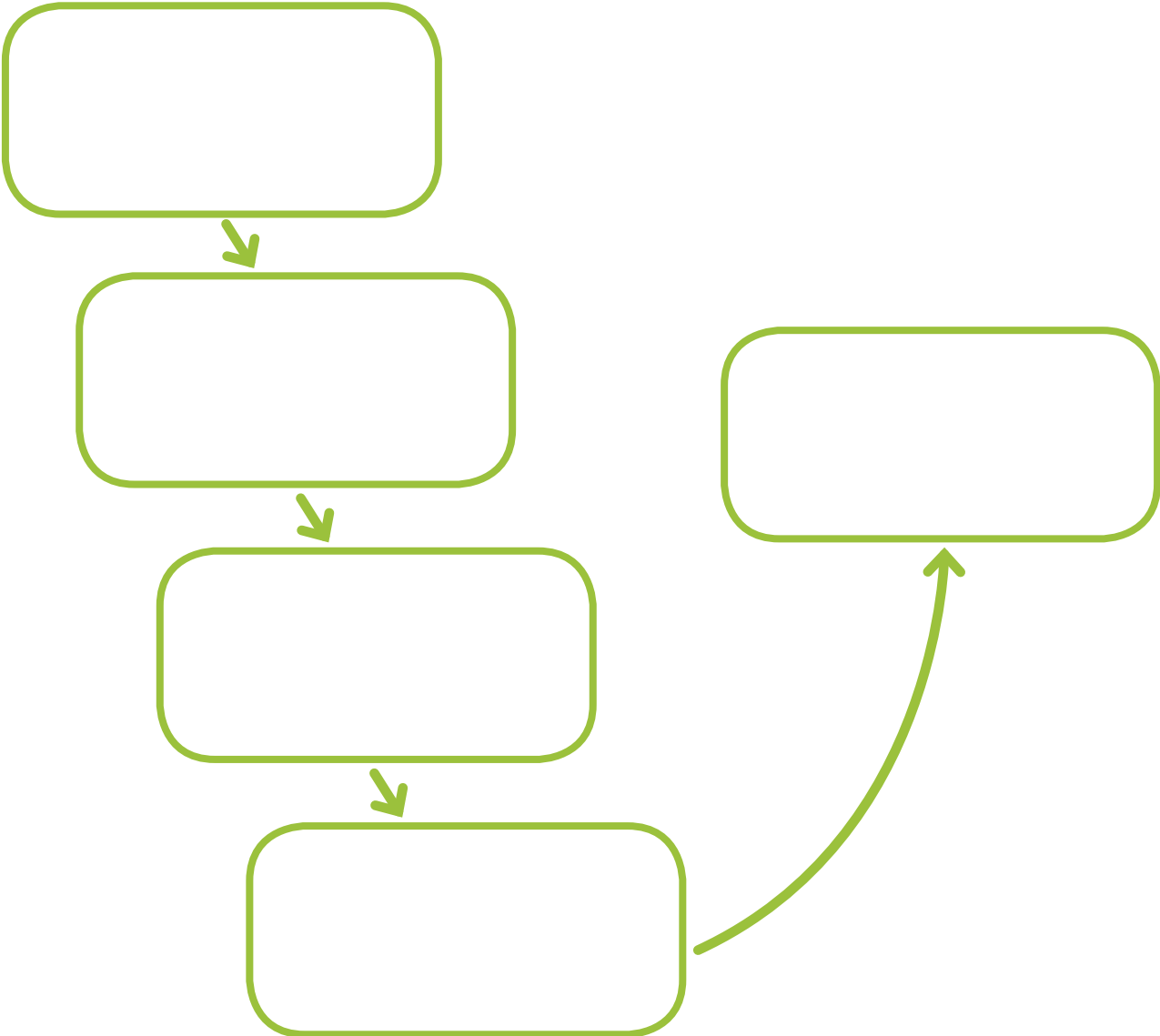
1.
.....
.....
.....
2.
.....
.....
.....
3.
.....
.....
.....
4.
.....
.....
.....
5.
.....
.....
.....



Kam mokykloje galėtumėte apie tai pasakyti?



Jei iš manęs tyčiojasi, aš...



Aprašas

PAVADINIMAS	Konfliktai ir jų sprendimo būdai
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių įgūdžius taikiai spręsti konfliktus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinės užduotys, aptarimas, diskusija, refleksija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Kortelės su sugalvotomis probleminėmis situacijomis, popierius, rašikliai, popieriaus lapas „Šviesoforas“, popierinės gėlės kotelis, žiedlapiai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pasisveikinę su vaikais, paprašykite, kad jie susėstų ratu. Tada pradėkite klasės valandėlę žodžiais: „Aš džiaugiuosi visus matydama (-as), todėl, kad...“. Būtina, kad kiekvienas mokinys užbaigtų šią frazę.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Pratimas „Šviesoforas“</p> <p>Priemonės: popierius, rašikliai, popieriaus lapas „Šviesoforas“ (popierius, padalintas į tris nuspalvintas dalis: raudona – STOP, geltona – PALAUK, žalia – VEIK).</p> <p>Kartu su mokiniais aptarkite, kokios yra dažniausios konfliktinės situacijos, jų priežastys ir sprendimo būdai. Surašykite visa tai lentoje. Padedami mokytojo mokiniai aptaria, kodėl kartais vaikai supyksta, būna agresyvūs, kokius pasirenka konflikto sprendimo būdus, kaip galima taikiai išspręsti konfliktą.</p> <p>„Šviesoforo“ lapo STOP dalyje mokiniai surašo, ko nereikia daryti (pavyzdžiui, šaukti, muštis ir kt.) Ties PALAUK ir VEIK taip pat surašo analogiškas situacijas.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Pratimas probleminėms situacijoms spręsti

Priemonės: kortelės su sugalvotomis probleminėmis situacijomis, popierius, rašikliai. Mokiniai suskirstomi į 4 grupes, kiekvienai grupei duodama kortelė su problema. Vaikai tarpusavyje aptaria problemą (pvz., nutrūkusi draugystė, pravardžiavimas, melavimas) ir kartu nusprendžia, kaip šią problemą taikiai spręsti.

Mokiniam primenama, kad nėra teisingų ir neteisingų atsakymų.

Situacijas galima ir suvaidinti. Vaidinti siūloma naudojant lėles.

Grįžtamasis ryšys – „Susitaikymo gėlė“

Priemonės: gėlės kotelis, kurį galima pakabinti ant sienos, žiedlapiai, kuriuos galima prilipdyti prie kotelio.

Gėlės kotelis pakabinamas ant sienos. Paaiškinama, kad gėlė, kuri dar neturi žiedlapių, yra susitaikymo gėlė, simbolizuojanti išspręstus nesutarimus. Mokiniai užrašo ant žiedlapių visus pasiūlytus sprendimus ir kiekvienas, pasiūlęs sprendimą, prilipdo žiedlapį prie gėlės kotelio. Vaikai aptaria iškeltas problemas ir jų sprendimo būdus.

Žaidimas „Energijos perdavimas“

Vaikai rate susikabina rankomis. Tuomet mokytoja siunčia „energiją“ – paspaudžia savo kaimynui ranką. Kaimynas perduoda „energiją“ kitam ir taip „energija“ keliauja ratu. Paskui siunčiama dvigubo stiprumo „energija“ ir didinamas tempas.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Pratimas „Šiandien man patiko...“

Vaikai grįžta į ratą ir kiekvienas paeiliui užbaigia šį sakinį.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pykčio atpažinimas ir kontrolė
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių gebėjimą įvardyti pyktį. Mokyti vaikus pykčio įveikos būdų.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, pasakos skaitymas ir analizė, kūrybinis savarankiškas darbas, situacijų vaidinimas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Paruošti popieriaus lapai su pasakojimo fragmentais, spalvoti pieštukai ar flomasteriai kiekvienam vaikui.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Temos atskleidimas – diskusija „Ką aš darau, kai pykstu“. Atviro tipo klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip jūs elgiatės, kai supykstate?</i> • <i>Kada jums dažniausiai kyla pyktis?</i> • <i>Kas jį išprovokuoja?</i> • <i>Ar pyktis ir fizinis smurtas (arba noras muštis) yra „draugai“?</i> <p>Panašūs klausimai ir jų gausa formuluojami pagal mokinių atsakymus į klausimus. Mokinių atsakymų klausomasi su pagarba. Aptariamos situacijos, kuriose vaikams kyla pyktis, tipiški vaikų elgesio būdai bei pasekmės. Apibendrinti atsakymų variantai surašomi lentoje. Aptariama, kurie iš jų yra tinkami. Tęsiama diskusija <i>Kodėl svarbu mokėti valdyti savo pyktį?</i></p> <p>Temos analizė</p> <p>Mokytojas perskaito trumpą istoriją (14.1 priedas).</p> <p>Aptariama, analizuojama pasaka, įvardijami 4 pykčio suvaldymo laiptai, kuriais pasinaudojo meškiukas. 4 pykčio valdymo laiptai užrašomi popieriaus lape ir lapas pakabinamas klasėje (matomoje vietoje). Sutariama laikytis šių pykčio valdymo būdų (14.2 priedas).</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Užduotis – pasigaminti knygelę – atmintinę „4 pykčio suvaldymo laiptai“.</p> <p>Kiekvienam vaikui duodama po 4 baltus popieriaus lapus. Ant kiekvieno lapo užrašyta po vieną sakinį iš pasakos:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Pabudo meškiukas ir mato – kiškis jo pavėsinės stogą baigia sugrauzti...</i> • <i>Atsistojo meškiukas ir 5 kartus lėtai, lėtai įkvėpė ir iškvėpė, pasakui suskaičiavo iki 10.</i> • <i>Meškiukas pasakė: „– Aš labai supykau, kad tu sugrauzei mano stogą.“</i> • <i>Ir liko meškiukas su kiškiu labai geri draugai.</i> <p>Kūrybinė užduotis – nupiešti ant kiekvieno lapo po piešinuką, atitinkantį užrašą. Tada iš šių 4 lapų susiklijuoti knygutę. Praktinis knygutės pritaikymas: ja galės pasinaudoti, kai bus labai supykę, – knygelė padės prisiminti 4 pykčio valdymo laiptus ir juos taikyti gyvenime.</p> <p>*Pastaba. Jei lieka laiko iki klasės valandėlės pabaigos, galima suvaidinti pasaką, pritaikant išmokus pykčio suvaldymo būdus. Mokiniai suvaidina keletą situacijų. Stebima, kaip jie pritaiko naują įgūdį ir žinias. Aptariama kiekviena situacija.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>14.1 priedas, 14.2 priedas.</i></p>

Trumpa istorija apie meškiuką

Pasidarė meškiukas iš kopūsto lapo pavėsinės stogą. Atsigulė po juo ir užmigo. Pro šalį bėgo kiškis, pamatė kopūsto lapą ir labai apsidžiaugė. Jis nematė, kad po lapu miega meškiukas, ir ėmė graužti sultingą lapą.

Meškiukas atsistojo, 5 kartus lėtai, lėtai įkvėpė, suskaičiavo iki 10 ir pasakė:

– Aš labai pykstu, kad tu sugraužei mano pavėsinės stogą.

Kiškis atsiprašė meškiuko ir atnešė jam naują kopūsto lapą. Ir liko meškiukas su kiškiu labai geri draugai.

4 pykčio valdymo laiptai

1. Giliai ir lėtai 5 kartus įkvėpti ir iškvėpti.
2. Suskaičiuoti iki 10.
3. Tinkamai pasakyti, kad pyksti.
4. Atsipalaiduoti arba nueiti šalin.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagalba draugui
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Suteikti mokiniams žinių, kodėl yra svarbu padėti kitiems. Mokyti vaikus pagalbos kitam būdų.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, pratimas, skirtas atsipalaiduoti.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Popieriaus lapas, spalvoti pieštukai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Su mokiniais aptariama auksinė etikos taisyklė: <i>Jeigu mes padedame kitiems, tai galime tikėtis, kad ir kiti mums padės.</i></p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Aptariama, kam paskutinį kartą vaikai padėjo: tėvams, draugams, nepažįstamam žmogui. Kada jiems patiems paskutinį kartą reikėjo pagalbos?</p> <p>Mokiniams siūloma atsisėsti patogiai ir užsimerkti. Tada prašoma tris kartus giliai įkvėpti ir iškvėpti.</p> <p>„Dabar įsivaizduok puikią, šiltą vasaros dieną. Tu esi nuostabioje pievoje. Žolė tokia minkšta ir žalia... Paliesk ją rankomis ir pajusk gaivinančią vėsą... Dabar pažvelk į viršų, į giedrą žydrą dangų. Tu matai plaukiančius didelius lengvus debesis. Pabandyk surasti debesį, primenantį kokį nors žvėrį. Lengvas vėjelis gena debesis toliau ir gaivina tavo veidą. Dabar tu guli išsitiesęs žolėje. Įkvėpk vieną kartą – giliai giliai. Tegu tavo kūnas tampa lengvas ir atsipalaidavęs. (Patys giliai įkvėpkite ir iškvėpkite, kad vaikai galėtų pasekti jūsų pavyzdžiu.) Tu guli žolėje visiškai ramus. Netoliese žaidžia maži vaikai. Tave pasiekia linksmas jų juokas.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Oi! Staiga vienas berniukas pargriūva visai šalia tavęs. Jis į akmenį užsigavo kelį ir graudžiai pravirko. Tu pašoki ir bėgi prie jo. Tau gera, kad tu gali padėti kitam... Padėk šitam berniukui atsistoti. Apžiūrėk nedidelę jo žaizdą. Pasakyk, kad kraujas tuojau liausis tekėjęs. Padėk ranką jam ant peties... Žiūrėk, berniukas jau nustojo verksti, jis jau beveik visai nusiramino. Tau smagu, kad berniukui pasidarė geriau... Ką tu dar padarysi, kad grąžintum jam gerą nuotaiką? (30 sekundžių) Pasakyk sau: „Aš jau didelis ir galiu padėti kitiems. Aš padėsiu kitiems, kai reikės, kiti padės man.“

Dabar tu gali atsiveikinti su mažyliu ir grįžti iš žalios pievos atgal į savo klasę. Šiek tiek pasitemk, išsitiesk, pajudink rankų ir kojų pirštus. Energingai iškvėpk ir atsimerk.“

Užduotis

Ant popieriaus lapo vaikai piešia savo išgyventą istoriją.

Galimi klausimai:

- *Ką padarei, kad berniukas pasijustų geriau?*
- *Ar jautei, kad gali padėti kitiems?*
- *Ką galėtum padaryti kuriam nors iš savo klasės draugų, kad jį pradžiugintum?*
- *Kaip tau padeda klasės draugai?*
- *Kaip jautiesi po to, kai kam nors padedi?*

Aptarkite, kaip sužinoti, kad kitam reikia pagalbos (stebėti žmogų, neverbaliai signalai). Svarbu neįsižeisti, jei draugas atsisako pagalbos ar kreipiasi į kitą draugą.

Kito užsiėmimo metu pakvieskite vaikus pasidalinti įspūdžiais apie tai, kaip sekėsi padėti tėvams, draugams. Ar išdrįso pasiūlyti pagalbą? Ar pasiūlymas buvo priimtas? Kaip jautėsi?

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Drąsa patyčių situacijose
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Skatinti mokinius drąsą suvokti kaip socialinę atsakomybę už kitus, drąsiai elgtis patyčių situacijose. Mokyti mokinius demonstruoti drąsą kasdienybėje.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, praktinės užduotys.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	4 balti lapai popieriaus, lenta, užduoties lapas „Kiek drąsos reikia?“ (16.1 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>*Pasiruošimas klasės valandėlei: ant kiekvieno iš 4 lapų didelėmis raidėmis užrašyti: <i>nereikia drąsos, truputį drąsos, daugiau drąsos, labai daug drąsos.</i></p> <p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Mokytoja klausia mokinių, ką jie įsivaizduoja, kokia pirma mintis kyla, išgirdus žodį „drąsa“? Tada vaikų mintis užrašo ant lentos ir pakomentuoja. Vėliau apibendrina: pavyzdžiui, reikia drąsos, kad pasielgtume teisingai ir (ar) tinkamai.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Užduotis. Mokytoja skaito situacijas iš kasdienio mokyklos gyvenimo (16.1 priedas), ant grindų padedami 4 lapai apie tai, kiek drąsos reikia tam veiksmui atlikti. Mokiniai turi įvertinti kiekvieną iš situacijų asmeniškai. Apsisprendę atsistoja prie vieno iš keturių lapų. Mokytoja tuo metu apibendrintai užsirašo mokinių atsakymus ir pabaigoje juos pakomentuoja.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Diskusija. Mokytoja paprašo, kad mokiniai susėstų ratu. Tada užduoda klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip jūs nusprendėte, kiek drąsos reikia kiekvienoje situacijoje?</i> • <i>Kokios situacijos, jūsų nuomone, reikalauja daugiausia drąsos?</i> • <i>Ar būna situacijų, kai drąsu būtų tiesiog pasitraukti iš tos situacijos?</i> • <i>Kokių netinkamų drąsos pavyzdžių pastebime per televiziją, žiūrėdami filmus ar kt.?</i> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Mokytoja apibendrina: <i>Esi drąsus, kai teisingai ir (ar) tinkamai elgiesi įvairiose situacijose.</i></p> <p>Norint būti drąsiam, nebūtina rizikuoti. Pavyzdžiui, nuspręsti, kaip elgtis patyčių situacijoje, reikalauja daug drąsos.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>16.1 priedas.</i></p>

Kiek drašos reikia?

Pastaba. Nebūtina rinktis visų teiginių. Galima aptarti tik tuos, kurie, Jūsų nuomone, atrodo svarbiausi.

1. Šiandien yra pirmas kartas, kai važiuosi mokyklos autobusu. Šiek tiek nerimauji, bet tau reikia įsėsti į tą autobusą, kad nepavėluotum.
2. Grupė vyresnių vaikų nuolat būriuojasi prie tavo namo kampo ir užgaulioja, kai eini pro šalį. Tau reikia eiti pas draugą ir teks pro juos praeiti.
3. Iš mokinio, kurio tu nelabai mėgsti, pradeda tyčiotis prie to paties stalo valgykloje, kur ir tu sėdi. Jauti, kad reikia kažką pasakyti, kad tai liautųsi.
4. Pamatai, kaip grupė vaikų iš tavo draugo atima pieštukinę ir ją mėto vienas kitam. Tu paimi ją ir grąžini draugui.
5. Du mokiniai stebi tave koridoriuje, apkalbinėja ir juokiasi iš tavęs. Tu juos ignoruoji.
6. Mokytoja tave apkaltina kažkuo, ko nepadarei. Vėliau tu paprašai mokytojos, kad tau paaiškintų, kas nutiko.
7. Mokinys, kurį laikai savo draugu, prašo tavęs padaryti tai, kas yra blogai ir neteisinga. Tu nusprendi to nedaryti.
8. Vienas iš klasės draugų tave pakviečia po pamokų užsukti pas jį. Tau tas vaikas patinka, bet tavo draugai mano, jog jis yra keistuolis. Tu nusprendi neatsižvelgti į jų nuomonę ir eini pas tą mokinį į svečius.
9. Pradėjai lankyti naują būrelį. Niekas iš ten esančių žmonių tavęs nepažįsta, neužkalbina, nekreipia į tave dėmesio. Tu nusprendi užkalbinti šalia sėdintį vaiką.
10. Klasės auklėtoja tau paskiria atlikti užduotį su mokiniu, kuris ilgai iš tavęs tyčiojasi. Tu nusprendi apie tai pasakyti savo auklėtojai.
11. Kažkas iš mokinių tau prikalba labai negražių žodžių, tave žemina, grasina, jog primuš, jei apie tai kam nors prasitarsi. Nors ir bijai, apie tai pasakai savo tėvams.
12. Pastebėjai, kaip vienas mokinys kažką paėmė nuo mokytojos stalo ir paslėpė kito mokinio stalo stalčiuje. Tu nusprendi parašyti raštelį mokytojai ir papasakoti, ką matei.

Aprašas

PAVADINIMAS	Mano teigiamos savybės
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	1–4 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti mokinius pastebėti teigiamas vienas kito savybes ir jas įvardyti. Ugdomos vertybės: draugiškumas, nuoširdumas, empatija, pagarba, sąžiningumas, patikimumas.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas poromis, praktinės užduotys.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Rašymo reikmenys. Kiekvienam mokiniui duodamas popieriaus lapas su užrašu „Aš esu ypatingas, nes...“.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Retai tenka išgirsti, kad mokiniai sakytų vienas kitam komplimentus ar ką nors gero. Tam, kad pasakytum kitam žmogui ką nors malonaus, reikia sąmoningai to norėti. Dažnai praeina nemažai laiko, kol tai virsta įpročiu. Tad galima mokinius kiekvieną rytą paraginti pasisveikinti su bendraklasiais, sėdinčiais prie to paties stalo, kiekvienam jų paduodant ranką ir pasakant ką nors malonaus. Tai pagerina klasės mikroklimatą.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Užduotis „Sutelkti dėmesį į teigiamybes“. Paskatinkite mokinius įvardyti teigiamas grupės narių savybes.</p> <p>Kiekvienas mokinyš lapo viduryje užrašo savo vardą ir apveda jį ratu. Tada perduoda savo lapą greta sėdinčiam mokiniui pagal laikrodžio rodyklę. Lapą gavęs mokinyš lapo viršuje įrašo vieną teigiamą to mokinio, kurio vardas yra užrašytas lapo viduryje, savybę, apveda ją ratu ir sujungia brūkšniu su centre esančiu apskritimu. Tuomet perduoda lapą tolesniam mokiniui. Šis įrašo vieną teigiamą savybę lapo dešinėje ir t. t. Kartojama tol, kol visi mokiniai bus kiekvienam grupės nariui įrašę po vieną teigiamą savybę. Vyresniems mokiniams galima duoti sunkesnę užduotį, pavyzdžiui, kad teigiama savybė prasidėtų ta pačia raide, kaip ir mokinio vardas. Galiausiai kiekvienas mokinyš pats įrašo</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

į savo lapą vieną teigiamą savo savybę. Dabar visi klasės mokiniai turi priešais save lapą su teigiamomis savybėmis.

***Pastabos:**

- Kiekvienas grupės narys turi teisę įrašyti daugiau nei vieną teigiamą savybę.
- Jeigu duota užduotis savybes rašyti pagal pirmąją vardo raidę, o tam tikrų vardų pirmoji raidė neparanki, galima rinktis antrą arba paskutinę vardo raidę.
- Pabaigoje kiekvienas mokinys pristato kairėje pusėje sėdintį grupės narį ir įrašytas jo teigiamas savybes. Tuomet lapai iškabina mi klasėje.

Užduotis „Aš esu ypatingas, nes...“. Mokiniai duoda savo lapą bendraklasiams, kad šie įrašytų, kuo jie, pastarųjų manymu, yra ypatingi ir kodėl bendraklasiai taip mano.

- Galima rašyti tik teigiamus ypatumus.
- Mokiniam palikta patiems spręsti – pasirašyti po atsiliepimu ar ne.
- Lapai gražinami jų savininkams nereikalaujant, kad šie juo parodytų kitiems. Tačiau galima mokinius paraginti, kad jie parodytų šiuos sąsiuvinius savo tėvams.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Šiandien sužinojome, jog kiekvienas žmogus turi tam tikrų teigiamų savybių. Kai kurias iš jų žinome patys, apie kitas mums pasako aplinkiniai – tėvai, seneliai, broliai, seserys ar draugai. Pastebėjote, jog tam tikromis teigiamomis savybėmis pasižymi daugelis mokinių – esate mandagūs, aktyvūs, sportiški (priklausomai nuo mokinių įvardytų ypatybių). Kitos yra individualios – gerai žaidžia Rubiko kubu, gražiai piešia (priklausomai nuo mokinių įvardytų ypatybių). Dėl visų šių savybių esame individualūs ir nepakartojami.

Aprašas

PAVADINIMAS	Žodžių galia
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Supažindinti mokinius su vaidmenimis patyčių situacijose.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė užduotis, diskusija, vaidmenų žaidimas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Didelis popieriaus lapas, žirklys, priemonės lapui prie lentos pritvirtinti, lipnūs lapeliai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Užduotys:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Per visą popieriaus lapą nupiešiamas žmogaus kontūras (tai gali padaryti mokiniai arba mokytojas). 2. Tuomet žirklemis visi kartu iškerpa „klasės draugą“. Išrenkamas vaikų pasiūlytas vardas naujam popieriniam draugui. Iškirptas kontūras magnetukais pritvirtinamas prie lentos. Pavyzdžiui, naujasis popierinis draugas pavadinamas Tomu. Vaikai kartu kuria Tomo gyvenimo istoriją: kur gyvena, ką mėgsta veikti, kaip jam sekasi ir t. t. 3. Pateikiama situacija: vaikai nelabai mėgsta Tomo, tad dažnai su juo pykstasi, šaiposi iš jo. Siūloma kiekvienam mokiniui ant lipnaus lapelio parašyti, kokius nemalonius žodžius girdi savo aplinkoje, kai iš kito mokinio yra tyčiojamas. Mokiniai surašytus žodžius suklijuoja ant Tomo maketo. Tuomet siūloma priėjus suglamžyti, kurią nors popierinio Tomo kūno dalį, pvz., ranką, koją, ausį, šoną ir t. t.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

4. Diskusija. Kai visas „draugas“ jau „suglamžytas“, keliami klausimai:

- *Ar kuris nors iš mūsų norėtų būti popierinio draugo vietoje?*
- *Kaip jaučiamės, kuomet su mumis taip elgiasi kiti?*

Dažnai vaikai išsako nuomonę, jog nenori būti Tomo vietoje, nes tai liūdina, yra skaudu, verčia jaustis menkaverčiu, dingsta pasitikėjimas savimi. Diskutuojant prieinama prie išvados, kad, įžeidus kitą, reikėtų atsiprašyti, iš naujo susidraugauti.

5. Vėliau kiekvieno mokinio prašoma prieiti prie naujojo draugo, išlyginti kurią nors suglamžytą jo kūno dalį ir atsiprašyti. Pvz.: „Atsiprašau, aš suklydau“, „Nepyk, aš netyčia“, „Žinai, aš nepagalvoju“, „Atleisk man, noriu būti tavo draugas, sėdėkime viename suole“ ir t. t.

6. Diskusija. Kuomet visi atsiprašo, keliamas klausimas:

Ar naujasis draugas atrodo taip pat, kaip prieš jį įžeidžiant? Visi pritaria, kad atsiprašius (išlyginus suglamžytas popierines kūno dalis), Tomas vis tiek atrodo blogiau negu anksčiau (popieriaus visiškai išlyginti nepavyks). Taip yra ir su žmogaus vidumi. Kai įskaudiname žmogų, nors jo ir atsiprašome, jis jau nesijaučia kaip anksčiau: sunku užmiršti patirtas nuoskaudas ar situacijas (pvz., sugadinta jo reputacija, neteko draugų).

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas buvo svarbu.

Kartu nusprendžiama, kad įžeidimas, tyčiojimas daro labai neigiamą įtaką, skaudžiai veikia kiekvieną žmogų. Jei kyla noras įskaudinti kitą, būtina susivaldyti ir neištarti bjaurių, įžeidžiančių žodžių. Juk blogas žodis gali būti skaudesnis už smūgį, o geras, palaikantis, padrąsinantis gydo geriau nei vaistai. Įsipareigojama stengtis būti draugiškiems, o patyčioms pasakyti „Ne“.

Aprašas

PAVADINIMAS	Jausmai, emocijos ir jų raiška
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Supažindinti su skirtingais jausmais, mokyti, kaip juos atskleisti.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinės užduotys, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Popieriaus lapai, rašikliai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Grupės emocinės būklės įsivertinimas (kaip nusiteikę šiandien atėjo į susitikimą). - Grupės taisyklių priminimas. <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <hr/> <p>1. Temos pristatymas. Supažindinimas su jausmais. Galimi pratimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Jausmų saulė.</i> Nupiešti saulę su dešimt spindulių. Centre užrašyti „jausmai“, o ant spindulių mokiniai užrašo jausmus, kuriuos jie žino. • <i>Jausmų traukinukas.</i> Moksleiviai sustoja vorele (5–7 vaikai) vienas už kito. Kiekvienas mato draugo nugarą. Paskutinis, stovintis eilėje, sugalvoja jausmą, pvz., „džiaugsmas“, ir, palietęs priekyje stovinčio draugo petį (tam, kad šis atsisuktų), bando veido išraiška, gestais tai parodyti. Tuomet tas mokinys atsuka mokinį, kuriam stovi už nugaros, ir bando perteikti, ką suprato iš pirmojo. Taip kartojama iki vorelės galo. Paklauskite, kokį jausmą atpažino paskutinis mokinys. Paskui klausiama visų atbuline eiga, kol išsiaiškinama, kokį jausmą stengėsi perteikti pirmasis mokinys. Moksleivis, „siuntęs“ jausmą, keliauja į priekį. Pratimas baigiamas, kai visi mokiniai „persiunčia“ po jausmą. <p>Apibendrinkite ir pakomentuokite atliktą užduotį.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

2. Pratimas Jausmų raiška „aš“ teiginiais.

Paašškinkite apie „aš“ ir „tu“ sąvokas. Pateikiamas pavyzdys: įsivaizduokite, kad pykstatės su draugu ir jam sakote: „Tu niekada negirdi, ką tau sakau, su tavim neįmanoma draugauti.“ Arba kitaip: „Man liūdna, kad tu nesiklausai manęs, atrodo, kad nerūpiu tau.“

Paklauskite vaikų, *ar tie sakiniai kalba apie tą patį? Koks skirtumas tarp jų?*

Pastebėsite, kad pirmasis sakinytis – tai „tu“ kalbos teiginys, kuris gali įžeisti, nuteikti priešiška, bendravimas gali nutrūkti. Antrasis – „aš“ kalbos pavyzdys, kai jūs prisiimate atsakomybę už tai, ką jaučiate, bet neįžeidžiate kito asmens. Tokiu būdu galime pagerinti santykius, išsprendžiame keblią situaciją.

Leiskite mokiniams pasinaudoti „aš“ kalbos formuluote ir sukurti savo pavyzdžių iš situacijų mokykloje. Kiekvienas pasako teiginys, kuriuos pakeitė į „aš“ kalbą.

Įprasta „aš“ teiginio formuluotė (užrašyti ant lentos): kai tu (**veiksmas**), aš (**jausmas**), nes (**priežastis**).

„Tu“ kalbos formuluotę keičiame į „aš“ teiginį. Pvz.: Kodėl **tu** man trukdai susikaupti per pamoką? **Aš** negaliu nieko įsiminti pamokoje, išsiblaškau, **nes** tu mane kalbini ar juokini.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas buvo svarbu.

Pabaigoje aptarkite, apibendrinkite, pakomentuokite šios dienos užsiėmimo naudą.

Akcentuokite, kad labai svarbu kalbant vartoti žodžius „Aš“, „Man“ „Mane“, o ne „Tu“. Taip kalbėdami mes prisiimame atsakomybę už tai, ką jaučiame ir darome. Neįžeisdami kito pasakome, kas mums nepatinka.

Aprašas

PAVADINIMAS	Socialiniai vaidmenys
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Padėti mokiniams pažinti save ir savo vaidmenį gyvenime.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, diskusija, vaidmenų žaidimas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, skaidrės (3.1 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas:</p> <p>Pasisveikinimas</p> <p>Pasisveikinti galima skirtingais būdais. Pvz.: „Dabar aš pas jus ateinu kaip suaugęs asmuo. Kaip jūs su manimi sveikinsitės?“ arba „Dabar aš jūsų bendraamžis. Kaip jūs su manimi sveikinsitės?“</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ul style="list-style-type: none"> Grupė susiskirsto po 4. Visi atlieka skirtingus vaidmenis. Pateikiamas vienas pavyzdys: „Vienas grupės narys yra pedagogas, kitas – tėvas (motina), trečias – moksleivis (sūnus arba dukra), ketvirtas – direktorius. Darbas grupėmis. Kiekviena grupė pasitaria, kokią situaciją ir kokius vaidmenis pasirinks. Kiekviena grupė suvaidina pasirinktą situaciją ir įsijaučia į vaidmenis. Po suvaidintos situacijos vyksta vaidmenų analizė: Kaip jaučiausi šiame vaidmenyje? Man buvo patogiu ar nepatogu? Patiko ar nepatiko? Sunku buvo įsijaušti ir suvaidinti ar lengva? Ir pan.

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Žaidimas „Jeigu aš būčiau...“</p> <p>Kiekvienas dalyvis turi pasirinkti kokį nors daiktą (arbūzas, ledai, stalas ir t. t.) ir įsivaizduoti save to daikto vietoje, t. y. turi pasijusti tuo daiktu. To daikto vardu pradeda pasakojimą apie tai, ką jaučia, kokie pomėgiai, kokia įsivaizduojamo daikto praeitis, ateitis ir pan. Pasakodami apie daiktą, vaikai gali imti (bet nebūtinai) pasakoti apie save patį. Tai padeda jiems atsiverti, o kartu jie mokosi keisti save, valdyti savo emocijas, nuotaiką.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas buvo svarbu.</p> <p>Pasakykite mokiniams, kad šiandien jie išbandė save įvairiuose vaidmenyse, pajuto, kokiame vaidmenyje jie jautėsi geriausiai, kokius vaidmenis jiems buvo sunku, nepatogu priimti.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>3.1 priedas.</i></p>

Aprašas

PAVADINIMAS	Patyčių atpažinimas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti patyčias, aptarti jausmus ir pagalbos būdus patyčių situacijose, ugdyti empatiją.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Mąstymo žemėlapiai, darbas grupėmis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Mąstymo žemėlapis „Apibūdinimas – burbulas“ (4.1 priedas), patiriamų jausmų ir pagalbos žemėlapis (4.2 priedas), spalvoto popieriaus juostelės su nebaigtais sakiniais, flomasteriai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Mokiniams pateikiami klausimai, prisimenama, kas yra patyčios.</p> <p><i>Koks elgesys vadinamas patyčiomis?</i></p> <p><i>Patyčios – tai tyčinis, pasikartojantis, agresyvus elgesys, nukreiptas į silpnesnį vaiką, siekiant jam sukelti fizinį arba emocinį skausmą. Patyčios – tai... (perskaitykite teisingus atsakymus):</i></p> <p style="text-align: center;"> <i>Priekabiavimas.</i> <i>Pravardžiavimas.</i> <i>Erzinimas.</i> <i>Juokavimas.</i> <i>Stumdymas.</i> <i>Mušimas.</i> <i>Daiktų pasisavinimas.</i> <i>Nebendravimas.</i> <i>Ignoravimas.</i> <i>Gąsdinimas.</i> <i>Grasinimas.</i> <i>Apkalbėjimas.</i> </p> <p>Jei mokiniai praleidžia sąvokas „juokavimas“ ir „nebendravimas“, paaiškina, kodėl.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Kodėl svarbu užkirsti kelią patyčioms?

Patyčias patiriantis žmogus išgyvena pažeminimo, bejėgiškumo, nesaugumo, baimės jausmus. Dėl patyčių paaugliai gali susirgti depresija, tapti agresyvūs.

PAGRINDINĖ DALIS

1. Mąstymo žemėlapiai. Mokiniai suskirstomi į 5 grupes. Kiekviena grupė sugalvoja patyčių pavyzdžių ir juos įrašo „Apibūdinimo – burbulo“ žemėlapyje (4.1 priedas). Vėliau mokiniai grupėje pagalvoja, kokius jausmus išgyvena patyčias patiriantis žmogus, kaip galima jam padėti. Savo atsakymus įrašo į „Patiriamų jausmų ir pagalbos“ žemėlapyje (4.2 priedas).

Dvi grupės pristato atliktą darbą: „Apibūdinimo – burbulo“ žemėlapyje (1, 3 grupės) įvardija ir pakomentuoja patyčių pavyzdžius, patiriamų jausmų ir pagalbos žemėlapyje nurodo bei komentuoja, kokius jausmus išgyvena patyčias patiriantis žmogus ir kaip galima jam padėti (2, 4, 5, grupės).

Patyčių pavyzdžiai (galimi):

- *Pravardės, užgaulūs žodžiai.*
- *Vyresni vaikai skriaudžia mažesnius, stipresni – silpnesnius.*
- *Mokiniai, gyvenantys šeimose, nekenčia vaikų namų auklėtinių.*
- *Kaišioja kojas.*
- *Apipila sutrupintos kreidos dulkėmis.*
- *Mušasi.*

Jausmai ir išgyvenimai, kuriuos sukelia patyčios:

- *bejėgiškumas,*
- *nusivylimas,*
- *pyktis,*
- *liūdesys,*
- *neviltis,*
- *nepasitikėjimas,*
- *baimė,*
- *vienišumas ir kt.*

Pagalbos būdai:

- *kreipimasis į suaugusį žmogų,*
- *išklausymas,*
- *supratimas,*
- *palaikymas,*
- *kito žmogaus priėmimas (jausmų, minčių),*
- *pagarba,*
- *netinkamo elgesio netoleravimas,*
- *reagavimas į patyčių situaciją.*

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

2. **Refleksija.** Mokiniai atsako į klausimą, kaip jaučiasi vaikai, patiriantys patyčias? (Jaučiasi įskaudinti, pažeminti, nelaimingi ir t. t.)

Perskaitoma septintoko rašinio ištrauka:

„Labai skaudu, kai iš tavęs tyčiojasi ar tave žemina. Tuomet jautiesi išgąsdintas ir nelaimingas. Tai taip skaudu, kad sunku susikaupti ir mokytis. Patyčios verčia jaustis taip, lyg būtum kažkuo blogas, lyg su tavim būtų kažkas negerai. Priekabautojai stengiasi, kad tu pats pasijustum kaltas dėl to, kas vyksta.“

3. **Apibendrinamasis pratimas „Baikite sakinį“.** Išdalijamos spalvoto popieriaus juostelės su nebaigtais sakiniais. Kiekvienas vaikas parašo savo mintis. Pasibaigus klasės valandėlei juostelėmis galima papuošti Olweus stendą, jei toks yra klasėje.

Nebaigtas sakinytis: *Nė vienas nenorėtų būti žeminamas ir skaudinamas, todėl mes turime būti...*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas buvo svarbu.

Kartu su mokiniais pasikartokite, prisiminkite taisykles prieš patyčias.

Perskaitykite ir (ar) padeklamuokite arba pasiūlykite mokiniams perskaityti Kristijono Donelaičio eilėraštį „Kiekvienam daryti gera“.

*Kiekvienam daryti gera
Savo darbu ir žodžiu.
Visad elgtis taip, kaip dera,
Ir teisingas būt geidžiu.
Nekerštauti niekada,
Gyvo padaro gailėti,
Dievą, žmones Jo mylėti
Mano priedermė šventa.*

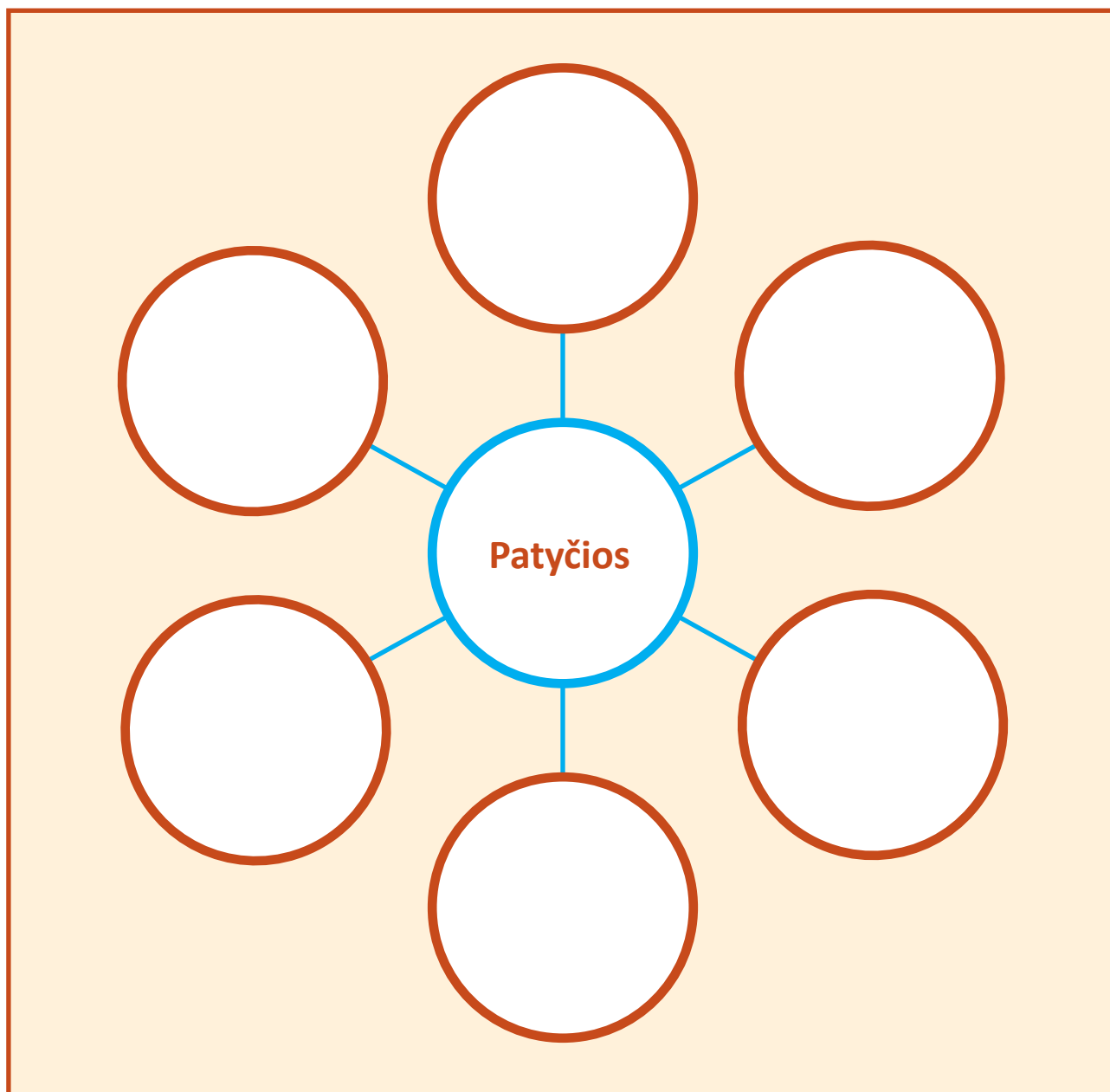
Mokiniai vieni kitiems padėkoja už bendradarbiavimą ir palinki gražios popietės, malonaus ir jaukaus vakaro namuose.

PRIEDAI

4.1 priedas, 4.2 priedas.

Māstymo žemėlapis „Apibūdinimas – burbulas“
(Jame nurodomi patyčių faktai.)

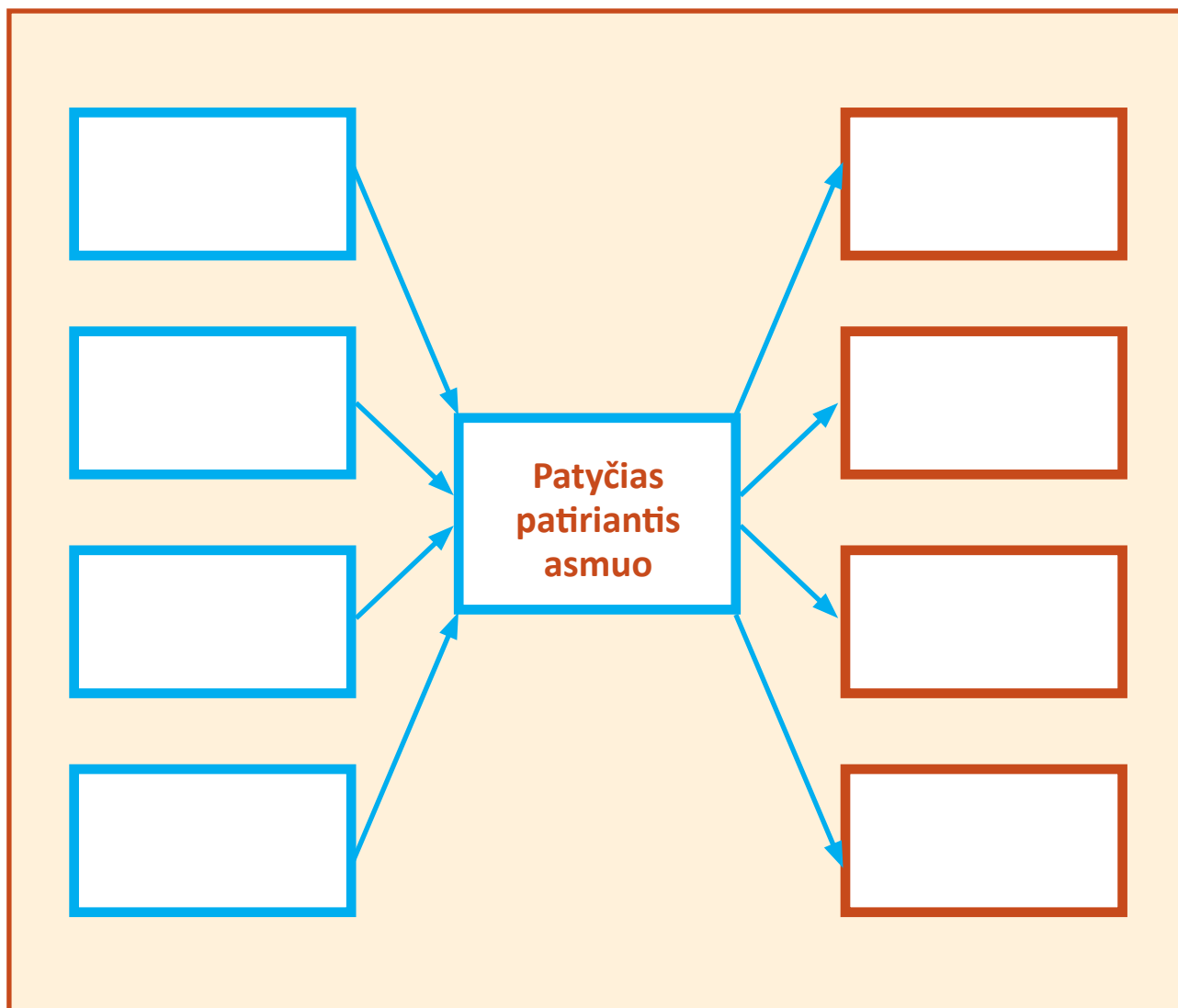
Apibūdinimas



Burbulo žemėlapis

Patiriamų jausmų ir pagalbos žemėlapis

Patiriami jausmai ir pagalbos būdai



Aprašas

PAVADINIMAS	Teisės ir pareigos
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Priminti mokiniams pagrindines jų teises ir pareigas, jas išanalizuoti.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Skaidrių demonstravimas, dėstymas, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, skaidrės (5.1 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pristatoma Vaiko teisių konvencija (1989 m. lapkričio 20 d.) – pagrindinis dokumentas, kuriuo remiantis užtikrinamos visos vaiko teisės ir siekiama, kad visi pasaulio vaikai augtų laimingi. 2. Remiantis „Vaiko Konstitucijos“ metodine medžiaga, mokiniams pristatomos „Mano teisės ir pareigos“ (5.1 priedas). 3. Mokiniams primenama, kad yra ne tik teisės, bet ir pareigos. Akcentuojamos mokinių pareigos, jos aptariamoms. 4. Nurodomi pagalbos būdai mokykloje, jei kažkas pažeistų jų teises. <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas svarbu.</p>
PRIEDAI	5.1 priedas.

Aprašas

PAVADINIMAS	Draugiškumas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti draugiškumo.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pokalbis, praktinės užduotys, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Klasės draugo lapas, žaidimo „Bingo“ aprašymas, užduoties „Įsivaizduojamas draugas“ lapas.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pokalbis su mokiniais apie draugus, draugystės prasmę ir pan.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip manote, kas yra geras draugas?</i> • <i>Kokias savybes turi geras draugas?</i> • <i>Kodėl svarbu būti geru draugu?</i> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>1. Pratimas. Kiekvienam mokiniui ant nugaros užklijuojamas lapas <i>Klasės draugai mane vertina už...</i> (6.1 priedas). Tada kiekvienas mokinys turi prieiti prie klasės draugo ir parašyti, dėl ko jis jį vertina. Visiems mokiniams atlikus užduotį, lapai nuimami, mokiniai skaito įvertinimus.</p> <p>2. Žaidimas „Bingo“ (6.2 priedas). Kiekvienam mokiniui duodama po lentelę, kurioje į kiekvieną langelį reikia įrašyti tik vieno klasės draugo vardą, kuriam tinka langelyje pateiktas apibūdinimas.</p> <p>Galimi žaidimo „Bingo“ aptarimo variantai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Susėdus visiems ratu skaitomas apibūdinimas ir prašoma dalyvių, kuriems tinka šis apibūdinimas, atsistoti. Pasitikrinama lapuose, ar taip parašyta.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

- Po pamokos galima padaryti visų atsakymų suvestinę ir kitą pamoką pateikti vaikų nuomones, vertinimus.
- Susėdus visiems ratu skaitomas apibūdinimas. Atsistoja tik tie vaikai, kuriuos kažkas parašė.

3. Užduotis „Įsivaizduojamas draugas“ (6.3 priedas). Vaikai suskirstomi grupėmis (pvz., po 4–5 mokinius arba taip, kaip nuspręš mokytojas). Kiekvienai grupei duodamas lapas su užduotimi „Įsivaizduojamas draugas“. Mokiniai pasitardami turi pabaigti piešti draugą: prie kūno dalių parašyti, kam toji kūno dalis reikalinga (būtina sieti su draugyste). Pavyzdžiui, akys reikalingos tam, kad matytum draugo veido išraišką, rankos, kad pasisveikintum, apkabintum, raumenys, kad pakeltum draugą, kai jam sunku ir kt. Kiekviena grupė pristato savo įsivaizduojamą draugą.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis, įvardyti, kas buvo svarbu.

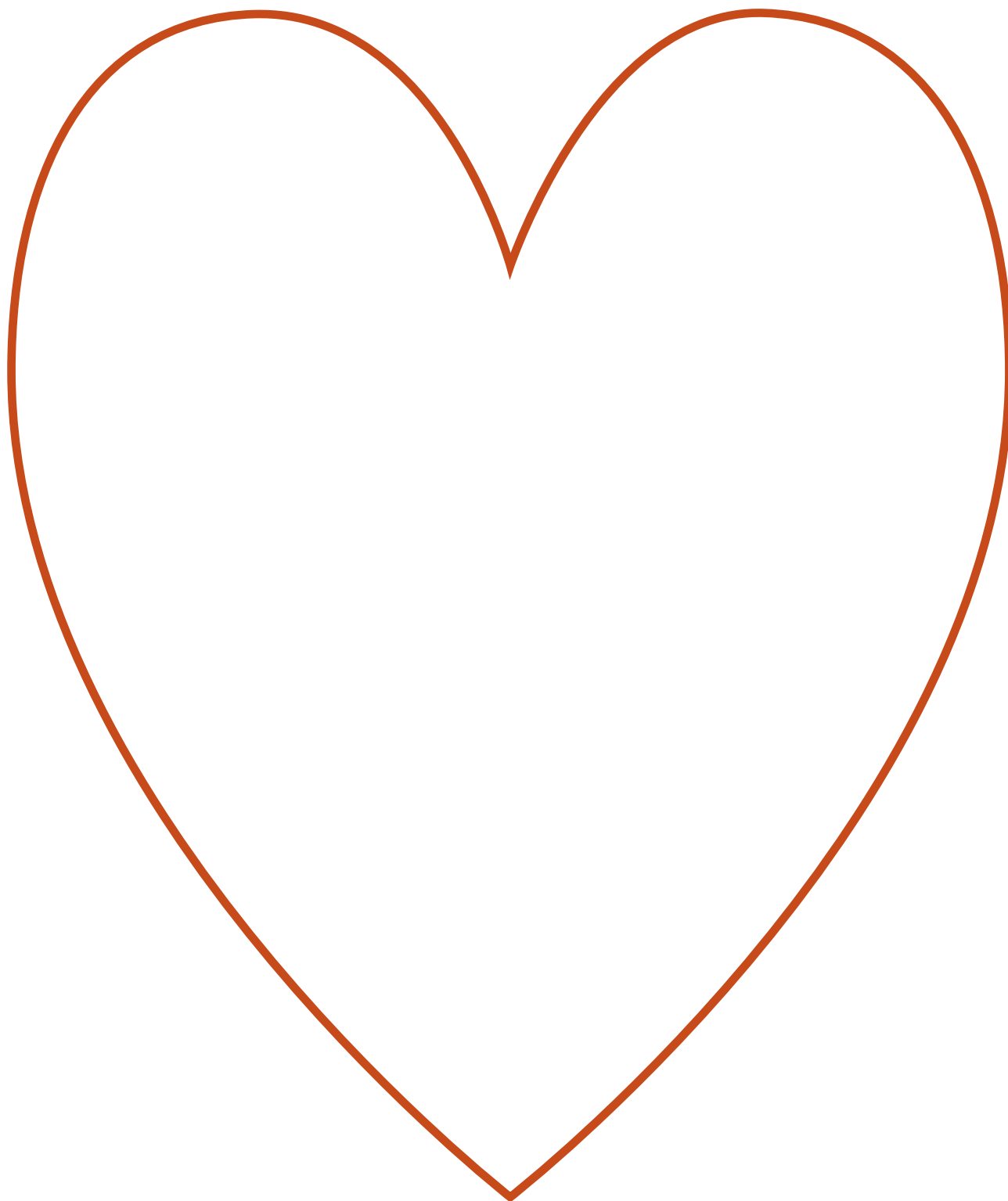
Pokalbis ir (arba) diskusija su mokiniais apie pamoką:

- *Kodėl svarbu turėti draugų?*
- *Kodėl svarbu būti draugu?*
- *Kokių savybių turi turėti draugas?*
- *Kas man padėtų tapti dar geresniu draugu?*

PRIEDAI

6.1 priedas, 6.2 priedas, 6.3 priedas.

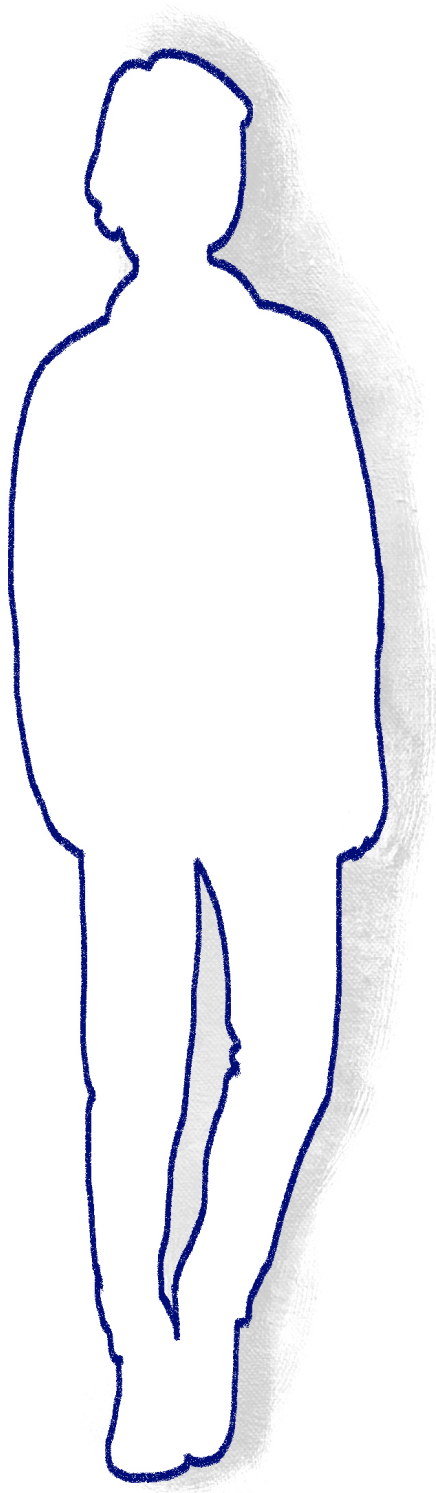
Klasēs draugai mane vertina už...



6.2 priedas

Patikimas	Visada pataria	Visada užjaučia	Išsprendžia konfliktus	Pasako gražų žodį
Moka apginti	Mėgsta apkalbėti	Mėgsta būti viena (-as)	Mėgsta būti vienas	Kūrybinga (-as)
Nori turėti daug draugų	Klasės autoritetas	Padedą atlikti namų darbus	Užkrečia gera nuotaika	Paguodžia, kai jautiesi blogai
Staigiai supyksta	Nori pirmauti	Dažnai pagiria	Dažnai erzina	Jautri (-us)
Duoda nusirašyti namų darbus	Dažnai „lenda į akis“	Yra draugiška (-as)	Geba suorganizuoti	Išsiskirianti (-is) iš kitų
Mėgsta pasityčioti iš kitų	Lengvai bendraujanti (-is)	Moka suburti komandą	Yra draugiška (-as)	Mėgsta vadovauti

Įsivaizduojamas draugas



Aprašas

PAVADINIMAS	Vaidmenys patyčių situacijose
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti patyčias ir vaidmenis patyčių situacijose.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, darbas grupėmis, E. de Bono „Šešių kepurių“ metodas, grupinio darbo pristatymas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	V. Železnikovo apysakos „Baidyklė“ ištrauka (7.1 priedas), užduočių lapai grupėms (7.2 priedas), E. de Bono „Šešių kepurių“ metodas (7.3 priedas), vaikų vaidmenų patyčių situacijose schema (7.4 priedas), A3 formato lapai, spalvoti pieštukai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Mokinių prašoma prisiminti, kas yra patyčios, įvardyti dažniausias patyčių priežastis.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Patyčios – tai pasikartojantys veiksmai, kuriais tyčia siekiama įskaudinti kitą žmogų.</i> • <i>Agresyvus elgesys, sukeltantis daug neigiamų emocijų bei pasekmių.</i> • <i>Mokiniai tyčiojasi, nes nori pasirodyti stipresni, galingesni.</i> • <i>Nori parodyti savo jėgą.</i> • <i>Siekia dėmesio, nori būti pripažinti kitų.</i> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <hr/> <p>Darbas grupėmis:</p> <p>a) Naudojant spalvotus pagaliukus, mokiniai suskirstomi į 5 grupes (po 5–6 mokinius). Ant kiekvienos grupės darbo stalo yra E. de Bono kepurė (I grupė – balta kepurė, II – raudona, III – juoda, IV – žalia, V – mėlyna), užduočių lapai bei kitos priemonės.</p>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>b) Mokiniai atidžiai perskaito pateikto kūrinio ištrauką (<i>7.1 priedas</i>) ir, pasiskirstę vaidmenimis, atlieka nurodytas užduotis (<i>7.2 priedas</i>).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Remdamiesi turima patirtimi bei tekstu, atpažįsta draugiško žaidimo ir patyčių požymius. • Naudodamiesi vaikų vaidmenų patyčių situacijoje schema (<i>7.3 priedas</i>), įvardija 6–8 vaikų vaidmenis patyčių situacijoje. • Taikydami E. de Bono „Šešių kepurų“ metodą (<i>7.4 priedas</i>), aptaria patyčių situaciją nurodytu aspektu (I grupė – patyčių faktai, II – jausmai, III – galimos grėsmės, IV – idėjos, V – išvados). • Piešia iliustraciją, atskleidžiančią nagrinėjamą patyčių situaciją. <p>c) Kiekviena grupė parengia darbo pristatymą.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Pamokos pabaigoje mokiniai pasako, kaip jautėsi atlikdami užduotis, nurodo, kurios iš jų buvo įdomios, naudingos ir kodėl.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>7.1 priedas, 7.2 priedas, 7.3 priedas, 7.4 priedas.</i></p>

V. Železnikovas „Baidyklė“

Ištrauka

Vaikai nusivilko chalatus ir sumetė juos Dimkai.

– O tau, zuiki, kaip visų narsiausiam, palieku saugoti šią įstabią brangenybių skrynią, – pasakė Dimka, padavė man taupyklę, o pats nuėjo atiduoti chalatus.

Stvėriau taupyklę ir sušukau:

– Aš narsuolis zuikis! Aš pats narsiausias pasauly zuikis!

Rudis užsimaukšlino tigrą snukį ir kad suriaumos ant manęs:

– Rrri... rri... rri!

– Oi, nebijau! Oi, nebaisu! – stūmiau Rudį šalin.

O Šmakova užsimovė lapės kaukę ir laibu balseliu užgiedojo:

– Zuikuti pilkasis, zuikuti baltasis... Mes tave pergudrausim. Mes iš tavęs brangenybių skrynelę atimsim! – Ir ji man įgnybo.

Aš to nesitikėjau – juk mes žaidėme – ir sušukau:

– Ko tu taip skaudžiai gnaibaisi?!

– Jeigu ne skaudžiai, tai kam ir gnaibytis! – nusijuokė Šmakova.

O tuo metu kiti vaikai irgi užsidėjo žvėrių kaukes, ir mane glaudžiu ratu apsupo vilkų, lokių, krokodilų snukiai. Jie šokinėjo, urzgė, puolė mane ir plėšė iš rankų taupyklę. O kažkoks lokys – manau, kad tai buvo Popovas, – sušuko kaip Šmakova:

– Zuikuti pilkasis, zuikuti baltasis... Mes tave pergudrausim.

Vilkas – Valka keletą kartų smarkiai peštelėjo už kasos. O aš tikrai išsigandau, lyg mane būtų apstoję ne žmonės, o tikri žvėrys.

– Nereikia! Gana! – norėjau nusiimti kaukę, bet man nepavyko, nes jie be perstojo mane stumdė.

– Pakliuvai, zuikeli! – pragydo Šmakova.

– Zuiki, mes tave sudrasky-ysim! – subliovė Kūtvėla ir pasuko mane.

– Rrri... rri... rri! – baisiu balsu suriaumojo Rudis.

– Dimka-a-a! – sušukau ir blinktelėjau ant grindų, nes man apsvaigo galva.

Dimka įbėgo ir paklausė, ko rékiu. Atsakiau, kad išsigandau.

– Ko? – nesuprato Dimka.

– Visų... žvėrių, – atsakiau.

– Pamanyk, nė pažaisti negalima, – pasakė Valka.

– Zuikeli pilkasis... Zuikeli baltasis... Mes tave sudraskysim, – sukikeno Šmakova.

– Kokia nervinga! Kvailystės! – niauriai pareiškė Mironova. – Maivosi, ir tiek. Eime, vaikai!

Ir visas būrys, labai patenkintas savimi, nudrožė paskui Geležinę Smeigę.

O man dar ilgai vaidenosi, kad Šmakova panaši į lapę, Kūtvėla – į lokį, o Valka – į vilką.

Apibūdinkite pateiktas situacijas

Pajuokavimas, žaidimas,
draugiškos grumtynės

Patyčios

Kartojasi netinkami veiksmai.

Nė vienas nesijaučia įskaudintas.

Žaidžiant vienas vaikas yra tyčia skaudinamas.

Juokinga, linksma visiems.

Žaidimo metu niekas tyčia neskaudinamas.

Vienas iš vaikų jaučiasi bejėgis, nesugeba apsiginti.

Žaidimą nori tęsti visi.

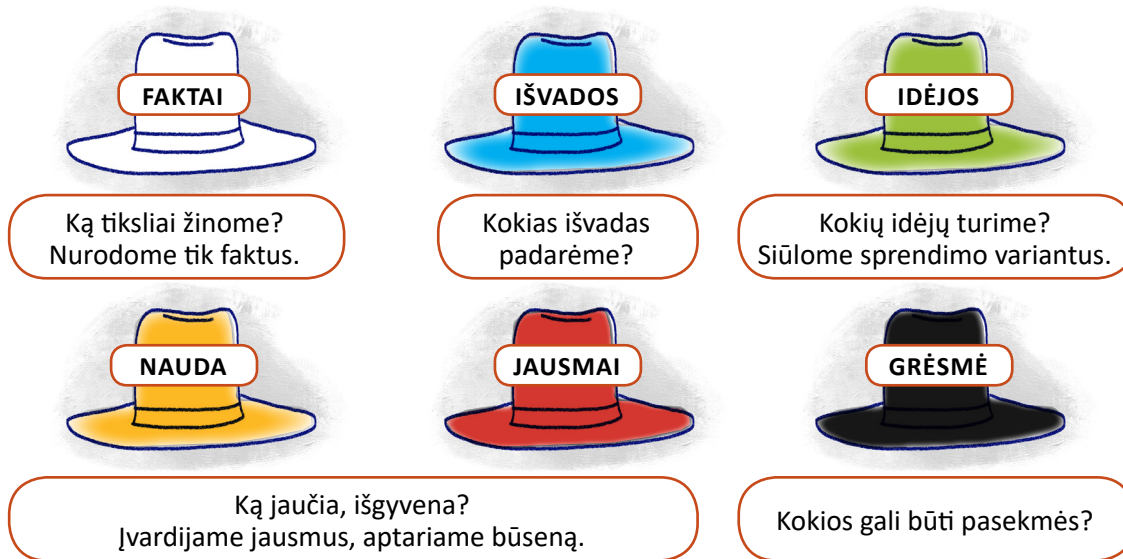
Vaikų vaidmenys patyčių situacijose

Veikėjas	Veiksmai	Vaidmuo patyčių situacijoje
Lenka (Baidyklė)		
Šmakova		
Rudis		
Kūtvėla		
Popovas		
Valka		
Mironova (Geležinė Smeigė)		
Dimka		

Vaikų vaidmenų patyčių situacijose schema



E. de Bono „Šešių kepurė“ metodas



Balta kepurė. FAKTAI	
Nurodyti 5–6 patyčių faktus.	<i>Skaudžiai įgnybia, gąsdina, erzina, apsupa ratu, šokinėja, įžeidinėja žodžiais, agresyviai puola, šaukia, juokiasi, plėšo iš rankų taupyklę, keletą kartų smarkiai pešteli už kasos, be perstojo stumdo.</i>
Raudona kepurė. JAUSMAI	
Įvardyti patyčių sukeltus jausmus bei aptarti pagrindinės kūrinio veikėjos, patiriančios patyčias, būseną.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Lenka jaučia išgąstį, baimę ir nerimą, nes negali apsiginti nuo skriaudėjų.</i> • <i>Mergaitė yra išsigandusi ir sutrikusi, nes nesupranta, kodėl vaikai iš jos tyčiojasi.</i> • <i>Ji jaučiasi nesaugiai, yra viena, o skriaudėjų daug.</i> • <i>Lenkai skaudu, ji prašo vaikų liautis, tačiau jie tyčiojasi toliau.</i> • <i>Mergaitei (Lenkai) baisu, ji yra bejėgė, todėl kviečia Dimką, tikėdamasi, kad jis jai padės.</i>
Juoda kepurė. GRĖSMĖ	
Nurodyti patyčių situacijos grėsmes ir pasekmes.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Mergaitė bus atstumta, vieniša.</i> • <i>Lenka jaus įtampą, baimę.</i> • <i>Gali susirgti depresija.</i> • <i>Praras pasitikėjimą savimi, bus sugniuždyta.</i>
Žalia kepurė. IDĖJOS	
Nurodyti 3–4 būdus, kaip reaguoti į patyčias. Pasiūlyti susidariusios patyčių situacijos sprendimo variantus.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Vaikai galėjo pasakyti skriaudėjai (Šmakovai), kad ji elgiasi netinkamai, kad tai yra patyčios.</i> • <i>Turėjo liepti jai liautis.</i> • <i>Vaikai turėjo atsakyti dalyvauti patyčiose ir kitus raginti taip elgtis.</i> • <i>Kuo greičiau apie patyčias pranešti suaugusiesiems.</i> • <i>Dimka turėjo užstoti Lenką, neleisti jos skriausti.</i>
Mėlyna kepurė. IŠVADOS	
Suformuluoti išvadą, nurodyti, kaip kurti klasę be patyčių.	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Reikia laikytis 4 prieš patyčias nukreiptų taisyklių.</i> • <i>Svarbu tinkamai ir greitai reaguoti į patyčias.</i> • <i>Turime paisyti klasės susitarimų, būti draugiški ir supratingi.</i>

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagarba
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti pagarbos kitiems žmonėms, sieti pagarbą su savigarpa.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, diskusija, filmo peržiūra.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Šiandien kalbėsime apie pagarbą ir savigarbą, norėčiau jums užduoti porą klausimų:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ar gerbiate save?</i> Įsivaizduokite, kad bėgdamas koridoriumi suklypo jūsų draugas. Tikriausiai vieni juoktųsi iš jo, kiti padėtų atsikelti, o dar kiti tiesiog abejingai stebėtų įvykį. • <i>Kaip jums atrodo, kurie vaikai labiau gerbia save?</i> • <i>Ar gali žmogus, gerbiantis save, įžeidinėti, skriausti kitą?</i> Vadinasi, jei žmogus skriaudžia kitą, jis negerbia savęs. Toks žmogus nesupranta, kas yra savigarpa. <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Filmo „Stabdykime patyčias kartu!“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra ir diskusija dirbant grupėmis. Mokiniai, dirbdami grupėmis, aptaria Beatos Tiškevič mintis. <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kokią žinutę ji nori mums visiems pasakyti?</i> Mokiniai pristato kiekvienos grupelės atsakymą. 2. Refleksija. Mokiniai viename popieriaus lape rašo, kada jaučiasi laimingi, o kitame, kada būna nusiminę.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Asmens savigarba yra suprantama kaip pagarba sau pačiam, teigiamas savęs (pirmiausia, asmeninių savybių) ir savo gyvenimo (santykių su kitais, savo pasiekimų ir t. t.) vertinimas. Jei žmogus kitą vertina tik pagal savo supratimą, jis dažnai pasmerkia kitokį žmogų, neleidamas jam atsiskleisti.

Aprašas

PAVADINIMAS	Mes visi skirtingi
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Padėti mokiniams suvokti tarpusavio skirtumus, ugdyti toleranciją vienas kitam.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė užduotis, filmų peržiūra, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, skaidrės (9.1 priedas), balti popieriaus lapai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Išvadinis žaidimas. Mokiniams išdalijami balti popieriaus lapai, pateikiama žaidimo instrukcija (9.1 priedas). Apibendrinamieji klausimai: <i>Ar kas nors savo lapą plėšė neteisingai? Kodėl ne? Kodėl atsirado tiek daug skirtingų lapų?</i></p> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>1. Filmo apie Anatoliją (žr. literatūros sąrašą) peržiūra ir aptarimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kuo skiriasi Anatolijus nuo kitų vaikų?</i> • <i>Kas yra Anatolijaus puodelis?</i> • <i>Kodėl puodelis Anatolijui pradėjo trukdyti?</i> • <i>Kodėl puodelio negali pamesti?</i> • <i>Kokius jausmus patiria berniukas?</i> • <i>Kas padėjo berniukui susigyventi su savo kitoniškumu?</i> <p>2. Diskusija:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kuo aš esu panašus į savo draugus?</i> • <i>Kuo aš skiriuosi nuo savo draugų?</i> • <i>Koks mano elgesys gali trukdyti draugauti ar sukelti sunkumų draugystėje?</i> • <i>Kaip turėčiau nesielgti, kad būčiau geras draugas?</i> • <i>Kaip padėti atstumtiems vaikams?</i>

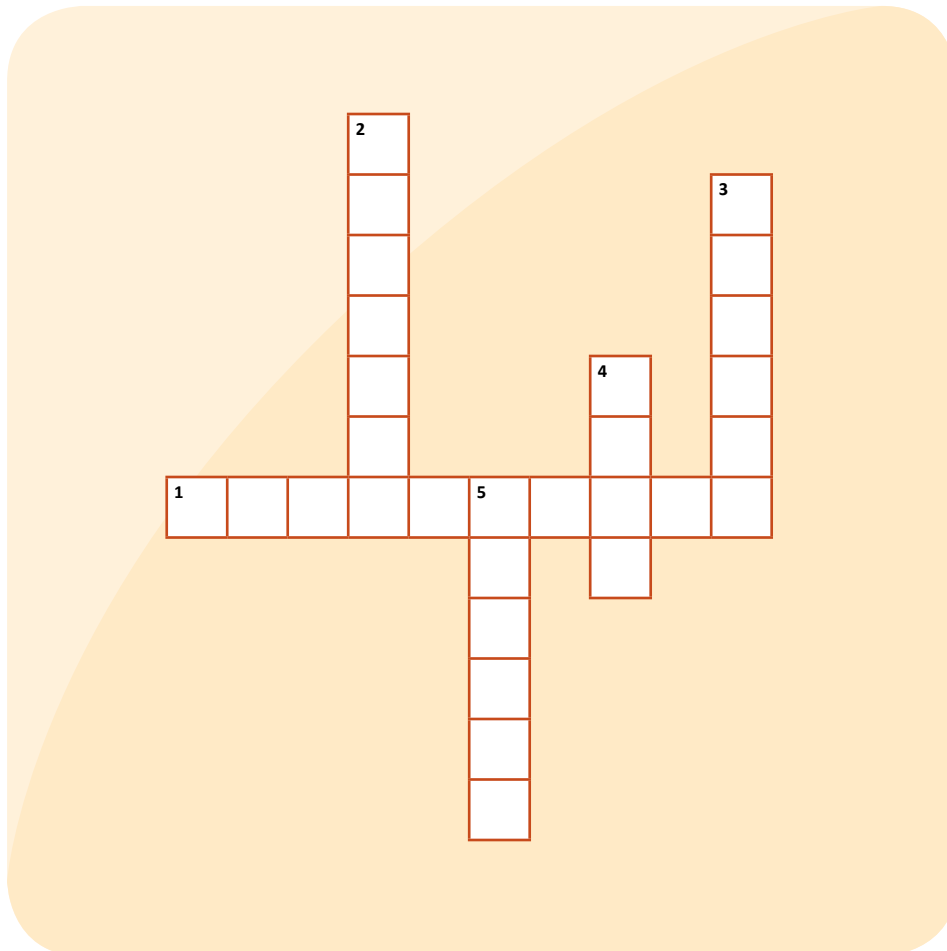
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	Apibendrinimas Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu. Per temos aptarimą paaiškinkite, kaip padėti atstumtiems vaikams, kaip palaikyti draugiškus santykius su aplinkiniais.
PRIEDAI	<i>9.1 priedas.</i>

Aprašas

PAVADINIMAS	Pyktis ir jo valdymo būdai
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti ir valdyti pyktį.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinės užduotys, diskusija, emocijų pantomima, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, skaidrės (<i>10.3 priedas</i>), užduočių aprašai (priedai), spalvoti pieštukai, lapai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>1. Pakalbėti apie tai, kas yra pyktis, kaip jį galima valdyti.</p> <ul style="list-style-type: none"> Kas yra pyktis? <p>Pyktis – tai emocija. Ji kyla tada, kai kliudoma patenkinti svarbų poreikį ar norą. Pyktį gali sukelti išgyvenimai: grėsmė, konfliktas, neteisybė, pažeminimas ar kt. Stiprus pyktis gali būti sunkiai suvaldomas.</p> <ul style="list-style-type: none"> Pykčio valdymo būdai ir patarimai: <ul style="list-style-type: none"> - Giliai įkvėpti ir iškvėpti. Kartoti 5 kartus. - Klausyti ramios muzikos. - Lėtai suskaičiuoti iki 10.

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 2. Mokinių asmeninių patirčių įvairiose situacijose aptarimas. Mokinių prašoma prisiminti, kada paskutinį kartą jie labai supyko. Ką tuometu darė? Kaip jiems pavyko suvaldyti pyktį? 3. Kryžiažodis pamokos medžiagai įtvirtinti (<i>10.1 priedas</i>). 4. Žaidimas „Atspėk emociją“ (<i>10.2 ir 10.3 priedai</i>). 5. Balsavimas. Geriausio aktorius ir daugiausia emocijų atspėjusio mokinio rinkimai. 6. Apdovanojimai (nebūtinai). <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Užduotys mokiniams kitai klasės valandėlei: pasikalbėti apie šią klasės valandėlę su tėvais; atsinešti priemonių, kurios padeda mokiniams nusiraminti.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>10.1 priedas, 10.2 priedas, 10.3 priedas.</i></p>

Kryžiažodis pamokos medžiagai įtvirtinti



Horizontaliai

1. Stiprus pyktis yra sunkiai ____.

Vertikaliai

2. Pyktis – tai _____.
3. Vienas iš nusiramino būdų yra giliai įkvėpti ir iškvėpti. Tai kartoti ____ kartus.
4. Kokia muzika padeda nusiraminti?
5. Iki kelių suskaičiavus galima suvaldyti pyktį?

Žaidimas „Atspėk emociją“

Šis žaidimas padės mokiniams atskirti jausmus ar emocijas. Dalyvauja visa klasė. Emocijos: pyktis, nusivylimas, meilė, ilgesys, įniršis, siaubas ir t. t. Iš viso – 10 skirtingų emocijų. Visos klasės mokiniai stengiasi atspėti, kokią emociją vaidina klasės draugas.

Eiga:

1. Vienas mokinys ištraukia lapelį, kuriame užrašyta emocija.
2. Per 1 minutę reikia pagalvoti ir suvaidinti šią emociją.
3. Ant lentos rašomi mokinių, teisingai įvardijusių emocijas, vardai.
4. Suvaidinus visas emocijas aptariami rezultatai.

Aprašas

PAVADINIMAS	Žmogaus unikalumas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Išsiaiškinti klasės draugų pomėgius, asmenines savybes.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Pristatymas, diskusija, metodas „Žmogeliukas“.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, A4 formato popierius, klijai, žirkklės.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Išvadinis pokalbis apie žmogaus savybes, charakterio skirtumus, pomėgius. Užduokite mokiniams atvirus klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kokias savybes žmogus gali turėti? • Papasakokite, kaip gali atrodyti du žmonės, kurių charakteriai skirtingi? Kokiais būdo bruožais jie pasižymi? Kokie jų pomėgiai? <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>„Žmogeliuko“ metodas – savęs pristatymas. Mokiniai paruošia pristatymą apie save, kurdami žmogeliuką.</p> <p>Kaip kurti žmogeliuką:</p> <ul style="list-style-type: none"> • prie galvos surašomos charakterio savybės, bruožai; • prie rankų – pomėgiai; • pilvo zonoje – mėgstamas maistas; • kojos – pomėgiai. <p>Mokiniai įvairiai gali pavaizduoti save: piešti, rašyti, klijuoti iš žurnalų iškarpų ir t. t.</p> <p>Vėliau darbai surenkami ir aptariami. Vaikai stengiasi atpažinti kitą mokinį, pakomentuoja, argumentuoja.</p> <p>Darbais galima papuošti kabinetą ar lentą.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Lyderystė ir patyčių baimė
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Skatinti mokinius prisiimti asmeninę atsakomybę.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Žaidimas, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Žaidimo aprašas (<i>12.1 priedas</i>), akių raištis (skarelė, šalikas) kiekvienam dalyviui, 3–5 m virvė (ilgesnė).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Lyderystė – tai gebėjimas padėti mokytis kitiems, mokytis iš kitų ir paveikti kitų mokymąsi.</i> • <i>Lyderis – tai žmogus, kuris prisiima atsakomybę.</i> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>1. Žaidimas „Akla abėcėlė“. Žaidimo aprašas – <i>12.1 priedas</i>, trukmė – 15–25 min.</p> <p>Apibendrinamieji klausimai baigus žaisti žaidimą:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ar šią užduotį buvo lengva atlikti? Kodėl?</i> • <i>Kodėl ėmeisi vadovauti savo komandai? Ar nebijojai suklysti?</i> • <i>Kodėl grupės nariai pakluso nurodymams? Ar būtum ėmęsis iniciatyvos pats?</i> • <i>Ar lengva apsispręsti duoti nurodymus kitiems?</i> • <i>Kaip jūs jaučiatės?</i> Jeigu mokiniai nediršta pasidalinti, galite kreiptis į konkretų mokinį. <p>Žaidimo pakartojimas. Po aptarimo pratimą pakartojame, tik dabar iš anksto paskiriamas pratimo vadovas. Pratimą kartojame keletą kartų, kaskart keisdami vadovą (suteikiama galimybė visiems pabūti „lyderiais“).</p>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Aptarimas po pakartojimo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ar patiko vadovauti? Ką jautei, kai galėjai pamatyti rezultatą? Ar buvai patenkintas gautu rezultatu?</i> • <i>Ar jautei spaudimą iš draugų?</i> • <i>Ar lengva buvo paklusti nurodymams?</i> • <i>Kaip reagavai išvydęs galutinį rezultatą (apkaltino vadovą, bandė paguosti, džiaugėsi kartu ir kt.)?</i> <p>2. Diskusija. Pabaigoje mokiniams užduodami klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kokiomis savybėmis turi pasižymėti lyderis?</i> • <i>Kokiomis aplinkybėmis imtumeisi iniciatyvos?</i> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Refleksija. Klasės valandėlės pabaigoje visi kartu apibendrina pamokos temą (pagal žaidimo metu patirtus pojūčius, pastebėjimus, savo turimą patirtį ir pan.), lentoje užrašo 2–3 išvadas.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>12.1 priedas.</i></p>

Žaidimas „Akla abėcėlė“

Žaidimo laikas – apie 15–25 min. (priklauso nuo dalyvių skaičiaus ar grupės dydžio).

Priemonės: akių raištis (skarelė, šalikas) kiekvienam dalyviui, 3–5 m virvė (ilgesnė).

Žaidimo tikslai: komandos sutelkimas, skirtingų nuomonių priėmimas, drąsa klysti.

Žaidimo aprašymas: Grupės nariai užsiriša akis, abiem rankom paima už virvės. Klasės auklėtojas pasako grupei raidę ar figūrą, kurią grupės nariai turi sudaryti iš virvės (visi užrištomis akimis, nieko nemato, gali tik kalbėtis, tardamiesi bando sudaryti raidę, patys nusprendžia, kada užduotis atlikta). Tada nusiima akių raištį ir įvertina savo „raidę“ (pavyko, nepavyko, graži, tiksli raidė ir t. t.). Gali pakoreguoti atstumus vienas nuo kito, kad raidė būtų gražesnė. Pratimas kartojamas keletą kartų, nurodant grupei skirtingas raides ar figūras. Kartojant pratimą išryškėja „lyderis“, kurio klauso grupės nariai.

Aprašas

PAVADINIMAS	Elektroninės patyčios
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Atpažinti elektronines patyčias, analizuoti jų priežastis, būdus, kaip reaguoti su jomis susidūrus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Filmo peržiūra, diskusija, darbas poromis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Interaktyvioji lenta, multimedija, balti popieriaus lapai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Sąvokos, kas yra elektroninės patyčios, paaiškinimas. Ką mokiniai apie tai žino?</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Filmo „Neprižiūrima virtuali erdvė – ginklas vaiko rankose“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra. Interaktyviojoje lentoje pateikiama užduotis – „išsibarstę“ elektroninių patyčių apibrėžimo žodžiai. Diskusija apie patyčių priežastis. Klausimas mokiniams: <i>Kaip jūs manote, kodėl yra tyčiojamosi elektroninėje erdvėje?</i> Išvardijamos elektroninių patyčių priežastys, jos plačiau komentuojamos. Darbas poromis. Diskusija, kaip atpažinti elektronines patyčias: <i>Kokie ženklai rodo, kad vaikas patiria elektronines patyčias?</i> (popieriaus lapas vaikų mintims užrašyti). Darbas poromis pasitariant. Mokiniai atsakymą į klausimą užrašo ant duoto lapo. Kiekviena pora išvardija galimus ženklus, kurie rodo, kad vaikai patiria elektronines patyčias.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

4. Diskusija grupėmis. Galimi klausimai:

- *Kaip manote, kas tyčiojasi elektroninėje erdvėje?*
- *Kaip jaučiasi vaikai, iš kurių tyčiojama elektroninėje erdvėje, pvz., „Facebook“? Mokytojas plačiau papasakoja apie vaikus, kurie patiria patyčias, jų emocinę, fizinę būseną.*
- *Ką daryti, jei iš tavęs tyčiojasi elektroninėje erdvėje?*

Nurodomi būdai, kaip išvengti elektroninių patyčių.

5. Užduotis. Dirbama poromis. Užrašyti bent 5 ženklus, kurie byloja apie elektronines patyčias.

- *Kas tyčiojasi elektroninėje erdvėje?*
- *Pasijauskite vaiko, iš kurio tyčiojama elektroninėje erdvėje, gynėju.*
- *Kaip jūs elgtumėtės su skriaudėju?*
- *Ką patartumėte nukentėjusiajam? Pateikite 2–3 pasiūlymus.*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

- *Ar gauta informacija pasirodė naudinga?*
- *Ar klasės valandėlės tema buvo įdomi ir aktuali?*

Aprašas

PAVADINIMAS	Skundimas ar pagalbos ieškojimas?
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Skatinti mokinius suvokti, kuo skundimas skiriasi nuo pagalbos prašymo, mokytį kritiškai vertinti tinkamą ir netinkamą elgesį.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Minčių lietus, dėstymas, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Parengtas užduoties aprašas (<i>14.1 priedas</i>), rašymo priemonės, popierius, multimedija, skaidrės (<i>14.2 priedas</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>1. Diskusija. Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip galvojate, skundimas yra blogas reiškinys? Ar jis reikalingas mūsų visuomenėje?</i> • <i>Kuo skiriasi skundimas nuo pagalbos ieškojimo ar prašymo?</i> • <i>Kaip atpažinti, kada vaikai skundžia, o kada prašo pagalbos?</i> <p>Skundimas yra suvokiamas kaip netinkamas elgesys. Skundžiama tuomet, kai siekiama tyčia įskaudinti, nekaltai apkaltinti kitą žmogų, norima, kad žmogus sulauktų nemalonumų. Dažnai vaikai skleidžia gandus, kad jaustųsi viršesni, gautų dėmesio, įgytų palankumą prieš tėvus ir mokytojus.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kuo skundimas skiriasi nuo pagalbos prašymo?</i> <p>Svarbiausi skirtumai tarp skundimo ir pagalbos prašymo yra tokie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pagalbos prašome tose situacijose, kai vienas vaikas kitam daro nemalonius ar žalingus dalykus, pavyzdžiui, priekabiauja ar kitaip skriaudžia, o pats vaikas negali apsiginti.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

- Bet koks pasakojimas, informavimas apie patirtas ar pastebėtas patyčias niekuomet nėra skundimas.
- Jei iš tavęs tyčiojasi, labai svarbu papasakoti apie tai kam nors iš suaugusiųjų, pavyzdžiui, tėvams, klasės auklėtojai, mokytojui, vyresniam broliui ar sesei. Tai nėra skundimas – tai pagalbos prašymas. Tu turi teisę būti saugus ir gauti pagalbą tose situacijose, kurias sunku įveikti vienam.

2. Darbas grupėmis. Mokiniai suskirstomi į 3 grupes. Kiekvienai grupei pateikiama po situaciją (*14.1 priedas*).

Kiekviena grupė turi aptarti situaciją, sukurti pabaigą ir darbą pristatyti klasei. (Pristatymo formą galima rinktis atsižvelgiant į klasės ypatumus: pristatyti žodžiu ar suvaidinti situaciją.)

Darbo grupėmis aptarimas, pateikiant klausimus:

- *Ar sunku buvo sugalvoti istorijos tęsinį?*
- *Ar įsivaizdavo save šios istorijos veikėjais?*
- *Jeigu būtumėte šios situacijos liudininkai, kaip pasielgtumėte?*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Užbaigdami sakinius mokiniai įsivertina, ką sužinojo klasės valandėlės metu apie skundimą, pagalbos prašymą ir atsakingą elgesį.

PRIEDAI

14.1 priedas, 14.2 priedas.

Situacijos

I situacija

Mokyklos merginų futbolo komandos narės po varžybų aprangą palieka geografijos mokytojos kabinete. Miglė, pasinaudodama mokytojos pasitikėjimu, kontrolinio darbo išvakarėse pasiima kabineto raktą ir nukopijuoja paruoštą kontrolinį darbą. Tai kartojasi keletą kartų. Miglės kontrolinių darbų rezultatai puikūs. Apie Miglės elgesį sužino Ernesta.

Kaip turėtų pasielgti Ernesta?

II situacija

Viltė grįžo namo su pilnu pirkinių krepšiu ir nuėjo tiesiai į savo kambarį. Po minutės išėjo be krepšio. Sesuo Inga įtaria, kad Viltė, iš mamos savavališkai pasiėmusi pinigų, nusipirko sau naujus džinsus ir kosmetikos.

Kaip turėtų pasielgti Inga?

III situacija

Rūta gerai besimokanti, tyli mergaitė. Danielius sukuria jos paskyrą feisbuke, įkelia kelias retušuotas mergaitės nuotraukas, skelbia įvairią informaciją, rašo komentarus. Dalis klasės mokinių tai toleruoja ir dalijasi melagingo Rūtos profilio informacija, kiti tam nepritaria.

Kaip pasielgs mokiniai, kurie nepritaria Danieliaus poelgiui?

Aprašas

PAVADINIMAS	Bendradarbiavimas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti sėkmingo bendravimo, ugdyti socialines kompetencijas.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, darbas poromis, praktiniai žaidimai, diskusijos, minčių lietus, refleksija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Lenta, spalvoti lapeliai, laikraščiai, teptukai, balti popieriaus lapai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Uždaviniai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Žaisdami, dirbdami poromis ir grupėmis, aiškinsimės, kas lemia bendravimo sėkmę. • Argumentuotai diskutuodami ir reikšdami savo nuomonę ugdomės socialines kompetencijas. <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pokalbis apie sėkmingą bendravimą. Minčių lietus (mintis užrašyti lentoje). 2. Darbas grupėmis. Ištraukę spalvotus lapelius, mokinius suskirstykite į grupes po 4. Užduotis dirbant grupėmis – išlankstyti lėktuvėlį iš laikraščio. Kiekvienas grupės mokinys sulenkęs kairę ranką prispaudžia ją sau prie nugaros. Su dešinės rankos dviem pirštais paima laikraščio kampą. Nekalbėdami ir nepaleisdami laikraščio visi kartu turi sulankstyti lėktuvėlį. <p>Galimi klausimai užduočiai aptarti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip sekėsi?</i> • <i>Kokius jausmus išgyveno?</i> • <i>Kas buvo sunkiausia?</i> • <i>Ar grupėje atsirado vadovaujantysis?</i> • <i>Ar kiti pasidavė vadovavimui?</i>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

3. Pokalbis apie vienas kito girdėjimą, supratimą, pagalbą.

- *Kodėl svarbu vienas kitą girdėti?*
- *Kas lemia geresnį vienas kito supratimą?*
- *Kaip mes galime vienas kitam padėti geriau išgirti ir suprasti?*

4. Darbas poromis. Mokiniai poroje stipriai susikabina rankomis per alkūnes. Tada duodamas teptukas. Abu mokiniai poroje laiko teptuką ir nekalbėdami ant balto popieriaus lapo piešia mokytojo nurodytą emociją (džiaugsmas, liūdesys, pyktis ar kt.).

Galimi klausimai užduočiai aptarti:

- *Kaip sekėsi?*
- *Kokius jausmus išgyveno?*
- *Kas erzino?*
- *Kodėl būtent taip nupiešė?*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Apibendrinamieji klausimai:

- *Kas klasės valandėlėje patiko?*
- *Ką galėjau daryti geriau?*
- *Kas man nepatiko?*

Aprašas

PAVADINIMAS	Panašumai ir skirtumai
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti bendravimo, pažinimo, asmenines kompetencijas.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, panašumų ir skirtumų, refleksijos lentelės.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Kiekvienas žmogus yra unikalus ir savitas, tačiau būtina pastebėti, kad tarp žmonių esama nemažai panašumų, o panašumai padeda atsirasti bendrumo jausmui. Žmonės gali sieti ir skirti daugelis dalykų, pvz.: charakteris, interesai, stilius, išvaizda, kūno sudėjimas, mąstymas ir t. t. Todėl svarbu suprasti, kad kiekvienas iš mūsų turime mokytis tolerancijos, gebėti priimti kitą tokį, koks jis yra, iš karto neatstumti tų žmonių, kurie iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti visiškai nepanašūs į mus.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Sužadinimas. Po ižanginės kalbos parodomas įkvepiantis 2 min. trukmės vaizdo siužetas „Tu esi gražus ir nuostabus žmogus! Niekada neliūdėk!“ (žr. literatūros sąrašą). Po vaizdo siužeto mokiniai turi pasidalinti savo mintimis, ką svarbaus suprato, kokie jausmai užplūdo ir pan. Darbas grupėmis. Mokiniai suskirstykite į 5 grupes. Po vaizdo siužeto aptarimo pristatykite užduotį. Kiekviena grupė ant suolų turi lapus, kuriuose yra tuščios lentelės (<i>16.1 priedas</i>). Dirbdami grupėmis jie turi jas užpildyti. Visi grupės nariai pasitardami tarpusavyje turi rasti, kokių panašumų ir skirtumų tarp jų esama, tada prieiti prie išvados, kokie grupės narių panašumai juos labiausiai žavi, o kokius grupės narių skirtumus sunkiausia priimti. Visus aptartus dalykus reikia surašyti į lentelę ir vėliau pristatyti.

EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	3. Refleksija. Po visų pristatymų kiekviena grupė užpildo lentelę (16.2 priedas) ir ją aptaria. Tokiu būdu sužinosite kiekvienos grupės nuveikto darbo rezultatus, patirtus jausmus ir emocijas. Apibendrinimas Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.
PRIEDAI	16.1 priedas, 16.2 priedas.

Panašumi	Skirtumi
1. 2. 3.	1. 2. 3.
Išvados	
1. 2.	

Refleksija

1. Kaip sekėsi dirbti grupėje?

2. Kokius jausmus ir emocijas patyrėte?

3. Ką naujo sužinojote?

Aprašas

PAVADINIMAS	Konfliktai ir jų sprendimo būdai
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Supažindinti mokinius su įvairiais konfliktų sprendimo būdais.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, vaidybiniai žaidimai, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Lenta, balti popieriaus lapai, rašymo priemonės, lapeliai, kuriuose surašyti pasirodymo eilės numeriai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Įžanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Kiekvienas žmogus yra unikalus ir savitas, tačiau būtina pastebėti, kad tarp žmonių esama nemažai panašumų, o panašumai padeda atsirasti bendrumo jausmui. Žmonės gali jungti ir skirti daugelis dalykų, pvz.: charakteris, interesai, stilius, išvaizda, kūno sudėjimas, mąstymas ir t. t. Todėl svarbu suprasti, kad kiekvienas iš mūsų turime mokytis tolerancijos, gebėti priimti kitą tokį, koks jis yra, iš karto neatstumti tų žmonių, kurie iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti visiškai nepanašūs į mus.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Išankstiniai susitarimai: mokiniai iš anksto suskirstomi (arba savo noru pasiskirsto) į grupes po 4–5 mokinius. 3 grupės burtų keliu išsitraukia, kam reikės paruošti trumpą (2–3 min.) konflikto, kilusio tarp klasės draugų mokykloje, inscenizaciją.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Darbas grupėmis. Mokiniai susėda grupėmis. Kiekviena grupė gauna po 3 popieriaus lapus. Pasiruošusios grupės burtų keliu išsitraukia savo pristatymo eilės numerį. 2. Konfliktinių situacijų vaidinimai. Vienai grupei suvaidinus situaciją, pvz., trijų mergaičių konfliktas dėl apkalbų, kitos ne ilgiau kaip 5 min. pasitaria ir ant duoto lapo užrašo 1–2 pasiūlymus, kaip šį konfliktą reikėtų spręsti.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

3. **Vyksta diskusija** (iki 5 min.), kurios metu kiekviena grupė pasiūlo savo sprendimą. Tada daromos išvados. Lentoje užrašomi 1–2 būdai, kaip galima išspręsti konfliktą.

Tokia pačia tvarka nagrinėjami visų grupių pristatyti konfliktai.

4. **Pabaigoje** perskaitomi lentoje užrašyti konfliktų sprendimo būdai. Galima išskirti svarbiausią.

5. **Refleksija.** Mokiniai atsako į pateiktus klausimus. Vėliau pristato atsakymus.

Galimi klausimai:

- *Kaip sekėsi dirbti, pasiruošti?*
- *Kas buvo sunkiausia?*
- *Ką naujo sužinojote apie konfliktų sprendimo būdus?*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagarba sau ir kitiems
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti pagarbą sau ir kitiems.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	„Rato“ metodas, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Kėdės, sustatytos ratu.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Kiekvienas žmogus yra unikalus ir savitas, tačiau būtina pastebėti, kad tarp žmonių esama nemažai panašumų, o panašumai padeda atsirasti bendrumo jausmui. Žmonės gali jungti ir skirti daugelis dalykų, pvz.: charakteris, interesai, stilius, išvaizda, kūno sudėjimas, mąstymas ir t. t. Todėl svarbu suprasti, kad kiekvienas iš mūsų turime mokytis tolerancijos, gebėti priimti kitą tokį, koks jis yra, iš karto neatstumti tų žmonių, kurie iš pirmo žvilgsnio gali pasirodyti visiškai nepanašūs į mus.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Supažindinimas su pasitikėjimo rato metodu, taisyklėmis. Visi esame susidūrę su vienu iš seniausių pasaulyje metodų – ratu. Žmonės sėdėdavo ratu aplink laužą ir kalbėdavosi apie svarbius ir prasmingus, džiugius ir liūdnus dalykus. Kiekvienas žmogus nori būti išgirstas, suprastas. Naudojami „Rato“ metodą galime sukurti jaukią atmosferą klasėje. Pasitikėjimo rato metodo taisyklių ir susitarimų pristatymas: <ul style="list-style-type: none"> • Kalba tik tas, kuris turi „kalbėjimo daiktą“ (pieštuką, lazdelę ir t. t.). • Išklaustyti vienas kitą su susidomėjimu, klausytis atidžiai, gerbti visų grupės dalyvių nuomonę. • Kalbėti tiksliai.

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

- Palaikyti akių kontaktą su kalbančiuoju, sutelkti dėmesį į pašnekovą.
- Vengti trikdančių gestų.
- Turėti kantrybės, nepertraukti.

Klasės vadovas pasako sakinio pradžią ir pagal laikrodžio rodyklę siunčia ratu sėdintiems mokiniams „kalbėjimo daiktą“.

- *Kaip turiu elgtis, jeigu noriu būti geras draugas?*
- *Kaip turiu nesielgti, jeigu noriu būti geras draugas?*
- *Aš didžiuojuosi savimi, kai...*
- *Dvi vertingiausios mano savybės yra...*
- *Geriausia, ką esu padaręs gyvenime, tai...*

3. Refleksija. Apibendrinti vienu sakiniu:

- *Ko norime išvengti? (patyčių, pavydo)*
- *Ko tikimės? (pagalbos, padėsinimo, paramos, draugiškumo)*
- *Kokia mūsų klasė? (draugiška)*
- *Koks aš trokštu būti? (draugiškas, pareigingas, žingeidus).*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagalbos ieškojimas patyčių metu
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	5–8 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Išsiaiškinti, kaip elgtis susidūrus su patyčiomis.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Minčių lietus, dėstymas, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Parengtos užduotys, rašymo priemonės, popierius, multimedija, skaidrės (<i>19.4 priedas</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Mokiniai pažymi, kuriose mokyklos vietose jie dažniausiai susiduria su patyčiomis. R. Povilaičio ir J. Valiukevičiūtės atlikti tyrimai rodo, kad dažniausiai patyčias vaikai patiria mokyklos koridoriuose – 90 proc., kieme ir mokyklos teritorijoje – 77 proc., kabinetuose – 73 proc., valgykloje – 61 proc., tualetuose – 33 proc. („Vaikų linijos“ tyrimas). Galima aptarti remiantis ir savo mokyklos tyrimo duomenimis.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <ol style="list-style-type: none"> Užduotis „Minčių žemėlapis“. Mokiniai kuria minčių žemėlapij: išvardija visas asociacijas, jausmus, įvykius, kuriuos jie sieja su patyčiomis. „Minčių žemėlapius“ galima kurti dirbant grupėmis arba individualiai. Žemėlapis padeda apibendrinti ir atlikti 3 užduotį, kai analizuojama, koks elgesys jau yra laikomas patyčiomis. Diskusija. Remiamasi R. Povilaičio ir J. S. Jasiulionės rekomendacijomis vaikams ir paaugliams „Moku bendrauti be patyčių“: „Patyčios – tai įvairus elgesys, kai vaikai žemina, skaudina vieni kitus. Patyčios – tai: kabinėjimasis, pravardžiavimas, erzinimas, stumdymas, mušimas, pinigų atiminėjimas, kuprinės, sąsiuvinų ar kitų daiktų atiminėjimas, apkalbos, ignoravimas, gąsdinimas, pikty, erzinančių trumpųjų žinučių ar elektroninių laiškų siuntinėjimas.“

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

3. **Užduotis.** Mokiniai išvardija jausmus, kuriuos išgyvena susidūrę su patyčiomis: kai patys jas patiria, kai jas pamato ar stebi, kai patys prisideda prie patyčių. Aptardami užduotis, vaikai suvokia, kad visi jaučia tuos pačius jausmus, kad gali ir privalo apie tai kalbėtis.
„Turėkite mintyje, kad kalbėti mokiniams apie patyčias gali būti sunku. Kartais mokiniams yra baisu, kad skriaudėjai kerštaus (...)“ (R. Povilaitis)
4. **Užduotis.** Mokiniai analizuoja, kodėl kalbėti apie patyčias yra taip sunku. Vaikai diskutuoja ir užpildo lentelę (*19.1 priedas*).
5. **Užduotis ir diskusija.** Mokiniai skaito tekstą, analizuoja vaidmenis ir prie atitinkamo vaidmens schemoje įrašo istorijos veikėjų vardus (*19.2 priedas*). Akcentuojama, kad, jei klasėje vyksta patyčios, visi mokiniai tampa jų dalyviais. Išprovokuojama mokinių diskusija, ar nieko nedarymas yra pritarimas patyčioms, ar galima patyčių momentu išlikti neutraliam. Daroma išvada, kad labai svarbu, koks bus mūsų elgesys esant konkrečiai situacijai. Antrojoje situacijoje klasės mokinių nepritarimas pasireiškė tyla ir nepritariančiais žvilgsniais. Kilus juokui klasėje kyla noras elgesį kartoti.
6. **Diskusija.** Mokiniai išsiaiškina, kaip reikia elgtis, kad patyčių mažėtų. Reikia nesijuokti, nesišypsoti, kai elgiamasi netinkamai, pikta žvelgti į skriaudėją, pasakyti, kad nepitaria tokiam elgesiui, palaikyti tą, kuris išdrįso pasakyti, kad nepitaria, palaikyti nukentėjusįjį, kviešti skriaudžiamą vaiką būti su grupe, neignoruoti, kalbėti apie problemą, kreiptis pagalbos į tėvus, mokytojus.
7. **Refleksija** – pabaigti pasakojimą (*19.3 priedas*).

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti asmenines patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.

PRIEDAI

19.1 priedas, 19.2 priedas, 19.3 priedas, 19.4 priedas.

Kai tyčiojasi iš manęs	Kai tyčiojasi iš bendraklasio

I situacija

Mokykloje 8 klasės mokiniai prieš matematikos pamoką sėdėjo kabinete. Auklėtojos kabinete nebuvo visą pertrauką. Įpusėjus pertraukai į kabinetą įbėgo Justė. Mantas, kuris jau ne pirmą kartą iškrečia tokius dalykus, pakišo Justei koją ir ji pargriuvo. Kiti kabinete buvę vaikai pradėjo juoktis, tik Jorė gūžtelėjo pečiais ir toliau sprendė uždavinį. Juokas dar garsiau nuskambėjo, kai Tadas sušuko: „Tai vėpla, ant kojų nepastovi!“

II situacija

Mokykloje 8 klasės mokiniai prieš matematikos pamoką sėdėjo kabinete. Auklėtojos kabinete nebuvo visą pertrauką. Įpusėjus pertraukai į kabinetą įbėgo Justė. Mantas, kuris jau ne pirmą kartą iškrečia tokius dalykus, pakišo Justei koją ir ji pargriuvo. Kiti kabinete buvę vaikai tylėdami sužiuro į Mantą. Justė tuo metu stojosi nuo grindų. Tadas garsiai pakomentavo kitiems vaikams: „Tai vėpla, ant kojų nepastovi.“

Į tai sureagavo Žydrė: „Mantai, gal vieną kartą baigsi tuos savo darbelius?“ Saulius ištiesė Justei ranką...

Patyčių iniciatorius –
neigiamas lyderis.

Mantas

Neutralus stebėtojas.

Jorė

Aktyvus gynėjas – lyderis.

Žydrė

Aktyvus patyčių šalininkas:
prisideda, bet pats nepradedą.

Tadas

Patiria patyčias.

Justė

Galimas gynėjas: užstoja,
jei užstoja kitas.

Saulius

Šalininkas: pritaria ir prisidedą.

*Besijuokiantys
bendraklasiai*

Pasyvus šalininkas: pritaria
patyčioms, bet į jas neįsitraukia.

Jorė

Galimas gynėjas: nemėgsta
patyčių, bet pats nieko nedaro,
kad jos liautųsi.

*Tylintys ir nepritariamai
žvelgiantys bendraklasiai*

Patyčių iniciatorius –
neigiamas lyderis.

Neutralus stebėtojas.

Aktyvus gynėjas – lyderis.

Aktyvus patyčių šalininkas:
prisideda, bet pats neprideda.

Patiria patyčias.

Galimas gynėjas: užstoja,
jei užstoja kitas.

Šalininkas: pritaria ir prisideda.

Pasyvus šalininkas: pritaria
patyčioms, bet j jas neįsitraukia.

Galimas gynėjas: nemėgsta
patyčių, bet pats nieko nedaro,
kad jos liautųsi.

Užduotis „Baik pasakojimą“

Mokykloje 8 klasės mokiniai prieš matematikos pamoką sėdėjo kabinete. Auklėtoja lentoje rašė užduotis. Įpusėjęs pertraukai į kabinetą įbėgo Justė. Mantas...

Lined area for writing the story completion.

Aprašas

PAVADINIMAS	Empatijos svarba
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių empatiją, gebėjimą į situaciją pažvelgti iš skirtingų perspektyvų.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Skaidrių demonstravimas, diskusija, darbas grupėmis, aiškinimas, pristatymas, situacijų analizė.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Darbas grupėse: mokiniai išsiskaičiuoja pirmais ketvirtais (priklausomai nuo mokinių skaičiaus, geriausia, kad grupėje būtų ne daugiau kaip 5 vaikai). Susigrupuoja: pirma grupė – pirmi numeriai, antra – antri ir t. t.</p> <p>Mokiniams pateikiamos užduotys: 1. Aprašykite, jūsų manymu, idealias savybes. 2. Aprašykite savybes, kurių nenorėtumėte turėti.</p> <p>Paskui vienas iš grupės narių atliktas užduotis pristato visai klasei. Kai visi baigia, klausiama:</p> <p><i>Ar jūsų gerosios ir blogosios savybės buvo visų vienodos? Kaip manote, kodėl?</i></p> <p>Iš tiesų kiekvienas žmogus turi savo suvokimą apie gėrį ir blogį. Nėra vienos teisingos ar neteisingos nuomonės. Gėrio ir blogio suvokimą lemia mūsų patirtys, todėl, norėdami suprasti, kodėl dalykus matome ir vertiname skirtingai, visų pirma, turime atrasti, kas slypi po tuo supratimu.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Situacijų analizė. Pristatykite mokiniams dvi žemiau pateiktas situacijas, neatskleisdami antrosios pasakojimo pusės. Po kiekvienos situacijos pristatymo užduokite mokiniams klausimus:

- *Kaip vertinate tokį vaikiną ar merginą elgesį?*
- *Kaip jaučiasi vaikinai ar merginos?*
- *Kokios galimos tokio elgesio, tokios būsenos priežastys?*

Aptarę šiuos ir kitus iškilusius klausimus, pristatykite antrąją pasakojimo pusę. Užduokite mokiniams klausimus:

- *Kaip dabar vertintumėte vaikiną ar merginą elgesį? Ar vertinimas pasikeitė?*
- *Ar svarbu buvo išgirsti antrąją pasakojimo pusę? Kodėl?*

Situacijos:

1. Vaikinas į mokyklą ateina nuolat neišsimiegojęs, suirzęs ir piktas, pasitaiko, kad užmiega per pamokas, dažnai pikta atsikirtinėja klasės draugams ir mokytojams, jei jie bando duoti pastabas, neturi draugų. Antroji pasakojimo pusė: jis gyvena tik su mama, kuri šiuo metu sunkiai serga, ir jis bando uždarbiauti vakarais taros supirktuvėje rūšiuodamas tarą, dirba naktimis nelegaliai.
2. Mergina, kuri buvo klasės pažiba, staiga ima elgtis keistai, nesimoko, tapo atžagari, demonstruoja savo valdingumą prieš drauges, dažnai kritikuoja aplinkinius, rodo nepasitenkinimą mokykla ir draugais. Antroji pasakojimo pusė: susipyko merginos tėvai, ji sužinojo, kad jie ruošiasi skirtis, namuose dažnai kyla pykčių, nesutarimų.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Laisvė ir atsakomybė
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Suteikti žinių, iš kokių vertybinių nuostatų susideda laisvė. Ugdyti mokinių socialines kompetencijas.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, praktiniai užsiėmimai, vaizdo medžiagos peržiūra, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, dalijamoji medžiaga (2.1 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Asociacijų žaidimas. Mokytoja paprašo mokinių sustoti ratu. Tada paaiškina žaidimo taisykles: mokytoja pasako žodį „laisvė“, mokiniai, pradėdami nuo išrinkto mokinio, keliauja ratu į dešinę, pasakydami po žodį, kuris jiems asocijuojasi su išgirstu prieš tai. Kitas ratas – „Atsakomybė“.</p> <p>Mokytoja skelbia klasės valandėlės temą, uždavinius, paragina mokinius aktyviai įsitraukti į veiklą pamokos metu.</p> <hr/> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <hr/> <p>Diskusija. <i>Jei išstartum „Mes laisvi“, ką turėtum galvoje?</i> Mokiniai reiškia savo nuomonę apie tai, kas yra laisvė.</p> <p>Darbas grupėmis. Paruoštos darbo vietos 4 grupėms. Ant grupės stalo padėta dalijamoji medžiaga (2.1 priedas). Mokiniai, suskirstyti į grupes, diskutuoja tarpusavyje, tada užrašo, kaip jie supranta nurodytas sąvokas. Darbus pristato kitoms grupėms. Lentoje iškabinami lapai su sakiniais apie laisvę. Mokiniai įvertina grupių darbą ir savo indėlį grupėje. Aptarkite su mokiniais atliktą užduotį.</p>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Darbas poromis. Mokiniai kuria formulę „Laisvė = ? + ? + ? +...“. Mokytoja prašo įsivertinti, kaip sekėsi dirbti poromis. Mokiniai pristato savo sukurtas laisvės formules. Visi kartu apibendrina ir lentoje užrašo laisvės formulę, kuri atspindi esminius dalykus, susijusius su laisve.

Diskusija. Mokytoja prašo pagalvoti apie tai, kokių būna atsakomybių.

Apibendrinimas (refleksija). Žaidimas „Vandenyne“. Ratu sustatomos kėdės. Mokiniai ant jų atsisėda. Mokytoja pasakoja, kad visa klasė plaukia laivu vandenyne. Labai graži, saulėta diena. Kelionės draugai sugalvoja išsimaudyti ir paprašo kapitono išjungti laivo variklį. Mokiniai atsistoja nuo kėdžių ir „plaukioja po vandenyną“. Tada mokytoja paima 1 kėdę ir sušunka: „Atplaukia rykliai!“ Mokiniai sėdasi ant likusių kėdžių. Mokytoja kartoja tą patį veiksma, kol lieka 2–3 kėdės. Tikslas – visiems kartu susėsti ant jų.

Aptariama kolektyvinė ir asmeninė atsakomybė už plaukiančius laive. Mokytoja apibendrina mokinių darbo rezultatus, iškilusias sėkmes ir nesėkmes, pasiteirauja, kaip sekėsi įgyvendinti uždavinius, pagiria už aktyvų dalyvavimą, padrąsina.

Aptarimas. Galimi klausimai:

- *Ar pastebite kokį nors ryšį tarp laisvės ir atsakomybės? Kokį?*
- *Ar gali egzistuoti laisvė be atsakomybės ir atsakomybė be laisvės?*
- *Kai kalbame apie patyčias, kokias laisves ir atsakomybes turime galvoje?*

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.

Mokytoja prašo mokinių įsivertinti darbą: kaip jiems sekėsi, kas patiko, ką išmoko, kaip jautėsi. Mokiniai įsivertina naudodami nykščio metodą: nykštį pakelia į viršų, jeigu galvoja, kad jiems sekėsi gerai arba puikiai; nykštį pasuka šonu, jeigu galvoja, kad jiems sekėsi vidutiniškai arba nei gerai, nei blogai; nykštį nuleidžia žemyn, jeigu galvoja, kad jiems sekėsi blogai arba kilo didelių sunkumų. Keli mokiniai pakomentuoja įsivertinimą.

Žaidimas „Atsisveikinimas“. Mokytoja paprašo visų sustoti ratu. Tada paaiškina žaidimo taisykles: mokiny paduoda ranką šalia esančiam mokiniui ir nusišypsojęs pasako komplimentą apie jo darbą pamokoje.

PRIEDAI

2.1 priedas.

Sąžinė –

.....
.....
.....

Kaltė –

.....
.....
.....

Nerimas –

.....
.....
.....

Abejonė –

.....
.....
.....

Gėda –

.....
.....
.....

Atgaila –

.....
.....
.....

Aprašas

PAVADINIMAS	Konfliktai ir patyčios
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti gebėjimą analizuoti ir valdyti konfliktus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, atvejų analizė, testas, minčių lietus.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Rašikliai, popieriaus lapai, klausimynas „Mano konfliktų sprendimo strategija“ (3.1 priedas), klausimyno atsakymų lapas (3.2 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Supažindinimas su konfliktų sprendimo strategijomis. Klasės vadovas mokiniams pristato konfliktų priežastis, pateikia konfliktų sprendimo strategijų pavyzdžių (pvz., bendradarbiavimo strategija: „Jūs su bičiuliu turite atlikti užduotį. Vienas iš jūsų nori kurti plakatą pasirinkta tema, kitas – filmuką. Imate konfliktuoti.“ Jeigu šį konfliktą spręstumėte bendradarbiaudami, siektumėte, kad abiejų norai būtų patenkinti. Tarkime, nufilmuojate filmuką, o svarbiausią informaciją pateikiate plakate, kad bet kuriuo metu klasės draugai galėtų susipažinti su jame pateikta informacija).</p> <p>Individualus darbas „Kaip aš sprendžiu konfliktus“. Kiekvienas mokinys pildo klausimyną (3.1 priedas ir 3.2 priedas) ir įsivertina savo konfliktų sprendimo strategiją.</p> <p>Darbas grupėmis „Konfliktų sprendimo strategijų privalumai ir trūkumai“. Pagal savo įvardytas konfliktų sprendimo strategijas mokiniai susėda grupėmis ir aptaria tos konfliktų sprendimo strategijos privalumus ir trūkumus. Savo atsakymais pasidalija su kitais.</p>

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Diskusija „Ar konfliktai turi įtakos patyčioms“. Mokiniai išsako savo nuomones ir apibendrina. Pabrėžkite, kad vieno teisingo atsakymo nėra, gali būti įvairiai. Galbūt tam tikrose situacijose konfliktai paaštrina kylančias patyčias, tačiau šie du reiškiniai gali egzistuoti nepriklausomai. Žmonėms konfliktuojant nebūtinai viskas turi peraugti į patyčias. Vertėtų atkreipti dėmesį, kad patyčios gali kilti ir be konflikto. Pavyzdžiui, netiesioginės patyčios, kuomet vaikas yra apkalbamas.</p> <p>Refleksija. Mokiniai rašo refleksiją apie kokį nors konfliktą. Jie turi įvardyti bent vieną iš šešių pamatinių konflikto priežasčių, gali naudotis konflikto priežasčių lentele (<i>3.3 priedas</i>).</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>3.1 priedas, 3.2 priedas, 3.3 priedas.</i></p>

Klausimynas „Mano konfliktų sprendimo strategijos“

A. Konfliktuodamas Tu:

- 1) Džiaugiesi galėdamas išsilieti.
- 2) Džiaugiesi konflikto iššūkiu.
- 3) Labai rūpiniesi kitų mintimis ir jausmais.
- 4) Išsigąsti, nes nenori nieko įskaudinti.
- 5) Jautiesi kaltas, nes nieko negali padaryti, kad išspręstum problemą.

B. Įvertink kiekvieną teiginį pagal tai, ar jis atitinka Tavo įsitikinimus:

- 1) Aš privalau laimėti konfliktą.
- 2) Laimėti konfliktą – retas dalykas.
- 3) Nė vienas neturi galutinio atsakymo, bet kiekvienas gali įnešti savo įnašą.
- 4) Venkite konfliktų.
- 5) Beprasmiška bandyti pakeisti nuomonę žmogaus, kuris mano priešingai.

C. Kai Tu konfliktuoji:

- 1) Tiki, kad vienas atsakymas geresnis už kitą.
- 2) Nori pasiekti aukso vidurį.
- 3) Mėgsti išsiaiškinti aplinkybes ir priimti įsipareigojimus.
- 4) Nori, kad žmonės suartėtų.
- 5) Tiki, kad kartais svarbu kitiems papriekaištauti norint parodyti, kas už viską atsako.

D. Jeigu Tu konfliktuoji užimdamas aukštesnes pareigas:

- 1) Esi labai tiesus ir leidi kitiems sužinoti tavo požiūrį.
- 2) Bandai derėtis dėl geresnio sprendimo.
- 3) Klausai kito asmens, kaip jis jaučiasi, ir siūlai kompromisą.
- 4) Kur tik galima, pritari kitam asmeniui ir jį remi.
- 5) Išlieki neutralus ir laikaisi taisyklių.

E. Konfliktuodamas su asmeniu, kurio požiūris, Tavo nuomone, yra neišmintingas:

- 1) Pasakai, kad tau nepatinka.
- 2) Vengi tiesioginės konfrontacijos, bet subtiliai leidi suprasti, kad esi nepatenkintas.
- 3) Kalbi apie konfliktą ir ieškai abiem šalims priimtino sprendimo.
- 4) Bandai nerodyti savo jausmų.
- 5) Vaizduoji esąs prislėgtas ar abejingas, kad parodytum, kaip jautiesi.

F. Kai pyksti ant draugo:

- 1) Greitai „sprogsti“.
- 2) Pašalini nesklandumus papasakodamas linksmą istoriją.
- 3) Išlieji pyktį ir lauki kito asmens reakcijos.
- 4) Elgiesi priešingai nei jautiesi, slepi pyktį.
- 5) Pasitrauki iš situacijos.

G. Kai situacijoje dalyvauja keletas žmonių ir Tu nesutinki su grupės nariais:

- 1) Laikaisi savo įsitikinimų.
- 2) Stengiesi įtikinti grupę, kad esi teisus.
- 3) Ieškai alternatyvų atsižvelgdamas į kiekvieno grupės nario požiūrį.
- 4) Pritari grupės daugumai.
- 5) Nedalyvauji diskusijoje ir jautiesi atsiribojęs nuo priimamų sprendimų.

H. Jei situacijoje dalyvauja grupė žmonių ir vieno iš jų požiūris yra priešingas daugumos nuomonei:

- 1) Pareiški, kad šis asmuo kliudo pažangai, ir siūlai dirbti nekreipdamas į jį dėmesio.
- 2) Prašai tą asmenį išsakyti savo nuomonę ir ieškai kompromiso.
- 3) Sieki suprasti prieštaraujančiojo požiūrį, kad grupė galėtų dar kartą apsvarstyti savo nuomonę.
- 4) Paragini grupę atidėlioti konflikto sprendimą ir imtis visiems priimtinesnių klausimų.
- 5) Tyli ir stengiesi nesikišti.

I. Konfliktuodamas su dviem žmonėmis:

- 1) Ragini greičiau priimti sprendimą ir konfliktą išspręsti balsavimu.
- 2) Vengdamas konfrontacijos stengiesi diskutuoti neutraliomis temomis.
- 3) Išreiški, ką jauti ir manai apie konfliktą, kad būtų galima pradėti diskusiją.
- 4) Nukreipi dėmesį į kitus dalykus, neleisdamas įsiliepsnoti konfliktui.
- 5) Jei įmanoma, stengiesi likti nuošalyje.

J. Konfliktuodamas Tu:

- 1) Numatai kilsiančius prieštaravimus ir parengi atsakymus dar prieš konfliktui įsiliepsnojant.
- 2) Iš anksto pasirengi galimiems kompromisams.
- 3) Ieškai bendrų interesų ir tikslų.
- 4) Sieki darnos, nenorėdamas prarasti draugų.
- 5) Ieškai nešališko tarpininko, galinčio padėti.

Pastaba. Pagal tai, kiek teiginys Tau tinka, prie kiekvieno parašyk skaičių: 5 – beveik visada, 4 – dažnai, 3 – kartais, 2 – retai, 1 – niekada.

„Mano konfliktų sprendimo strategija“ Atsakymų lapas

	1	2	3	4	5
A					
B					
C					
D					
E					
F					
G					
H					
I					
J					
Iš viso:					

Lentelėje įrašęs atsakymus susumuok kiekvieno stulpelio rezultatus. Didžiausias skaičius rodo vyraujančią konfliktų sprendimo strategiją.

1. Kontroliavimo strategija.
2. Kompromiso paieškos.
3. Bendradarbiavimo strategija.
4. Prisitaikymo strategija.
5. Vengimo strategija.

Šešios pamatinės konfliktų priežastys

1. Fiziologiniai poreikiai (tai, kas būtina žmogui, kad galėtų išgyventi: maistas, vanduo, oras ir kt.).
2. Nevienodos vertybės (skirtingų įsitikinimų žmonės).
3. Skirtingas suvokimas (kitokia nuomonė apie tą patį dalyką).
4. Kitokie interesai (žmonėms rūpi skirtingi dalykai).
5. Riboti ištekliai (ribotas ko nors kiekis).
6. Psichologiniai poreikiai (tai, ko reikia, kad žmogus jaustųsi svarbus, kitų pripažintas).

Aprašas

PAVADINIMAS	Vienatvė ir vienišumas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti socialines kompetencijas, empatiją. Mokyti būdų, kaip padėti vienišam žmogui.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Filmų peržiūra, diskusija, minčių lietus, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Filmo „Vienišas žmogus“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra. Filme pasakojamos trys trijų skirtingų žmonių istorijos. Vienas iš jų – benamis, gyvenantis gatvėje, kita – senolė, po širdies smūgio apsistojusi senelių namuose, ir jaunas vyras, nuo miesto šurmulio pabėgęs į kaimo ramybę.</p> <p>Diskusija po peržiūros. Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip šie žmonės suvokia vienatvę ir žmogaus vienišumą?</i> • <i>Kas jiems yra laimė?</i> • <i>Ar jie turi svajonių?</i> • <i>Kaip apie tai jie kalba šiame jaunų kūrėjų filme?</i> • <i>Minčių lietus „Kas yra vienatvė?“.</i> <p>Darbas grupėmis. Susiskirsčius grupėmis ir pasitarus tarpusavyje atsakyti į klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kada vienatvė sukelia teigiamus, malonius jausmus, o kada neigiamus?</i> • <i>Kada žmonės (vaikai) tampa vieniši?</i> • <i>Ką daryti ir kaip padėti vienišiemis žmonėms (vaikams)?</i>

EIGA

(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)

Grupės pristato savo atsakymus. Kiekvienas grupės narys įsivertina savo darbą grupėje.

Filmo „Kas yra laimė jums?“ (žr. literatūros sąrašą) **peržiūra**. Prieš filmo peržiūrą mokytoja pasiūlo mokiniams išsirinkti jiems labiausiai patinkantį „laimės“ apibrėžimą ir pakomentuoti savo pasirinkimą.

Apibendrinimas

Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagarba vienas kitam
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių toleranciją, kūrybiškumą, puoselėti tarpusavio pagarbą.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Filmo peržiūra, darbas grupėmis, diskusija, „Minčių žemėlapis“, refleksija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, refleksijos lentelė (5.1 priedas), lapeliai, kuriuose surašytos mintys apie toleranciją (5.2 priedas), „Minčių žemėlapis“ (5.3 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Filmuko apie toleranciją peržiūra.</p> <p>Lentelių pildymas (5.1 priedas). Pildomi du stulpeliai. Mokiniai pirmame stulpelyje turi parašyti tai, ką jie žino apie toleranciją ir geba atlikti. Antrame – tai, ką nori sužinoti apie toleranciją. Trečią stulpelį pildo pamokos pabaigoje (prieš refleksiją).</p> <p>Darbas grupėmis. Mokiniai pasidalija į grupes po 3–4 pagal spalvą (išsitraukia spalvotus lapelius ar kt.). Kiekviena grupė išsitraukia po lapelį, ant kurio užrašyta mokinio mintis apie toleranciją (5.2 priedas).</p> <p>Diskusija. Kiekvienoje grupėje mokiniai diskutuoja tema, kurią išsitraukė (kortelėje užrašyta mintis). Tada apibendrintą savo nuomonę pristato kitoms grupėms. Klasės auklėtoja apibendrina mokinių pasisakymus.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>„Minčių žemėlapis“. Kiekvienas grupės narys gauna „Minčių žemėlapi“ (<i>5.3 priedas</i>), kurį turi užpildyti. Mokytojas pats gali rinktis patinkančią formą: viduryje lapo brėžiamas apskritimas, aplink jį išdėstomi kvadratai, rombai, trapecijos ar stačiakampiai. Juose turi tilpti žodžiai, kuriais yra apibūdinamas tolerantiškas žmogus.</p> <p>Klasės vadovas, pasirinktas mokinys ar savanoris apibendrina kūrybinius darbus.</p> <p>Refleksija. Mokiniai užpildo lentelių, kurias gavo klasės valandėlės pradžioje, paskutines skiltis („Sužinojau (išmokau)“) ir mintimis pasidalija su visais.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>5.1 priedas, 5.2 priedas, 5.3 priedas.</i></p>

Žinau (gebu)	Noriu sužinoti (suprasti)	Sužinojau (išmoku)

Tolerancija – tai žodis, kuriuo apibūdiname draugiškus, mandagius žmones, gerbiančius kitus.

Tolerancija – skirtingos nuomonės gerbimas.

Tolerancija – tai pakantumas kitų žmonių atžvilgiu, kai jie skiriasi odos spalva, religija, mąstymu.

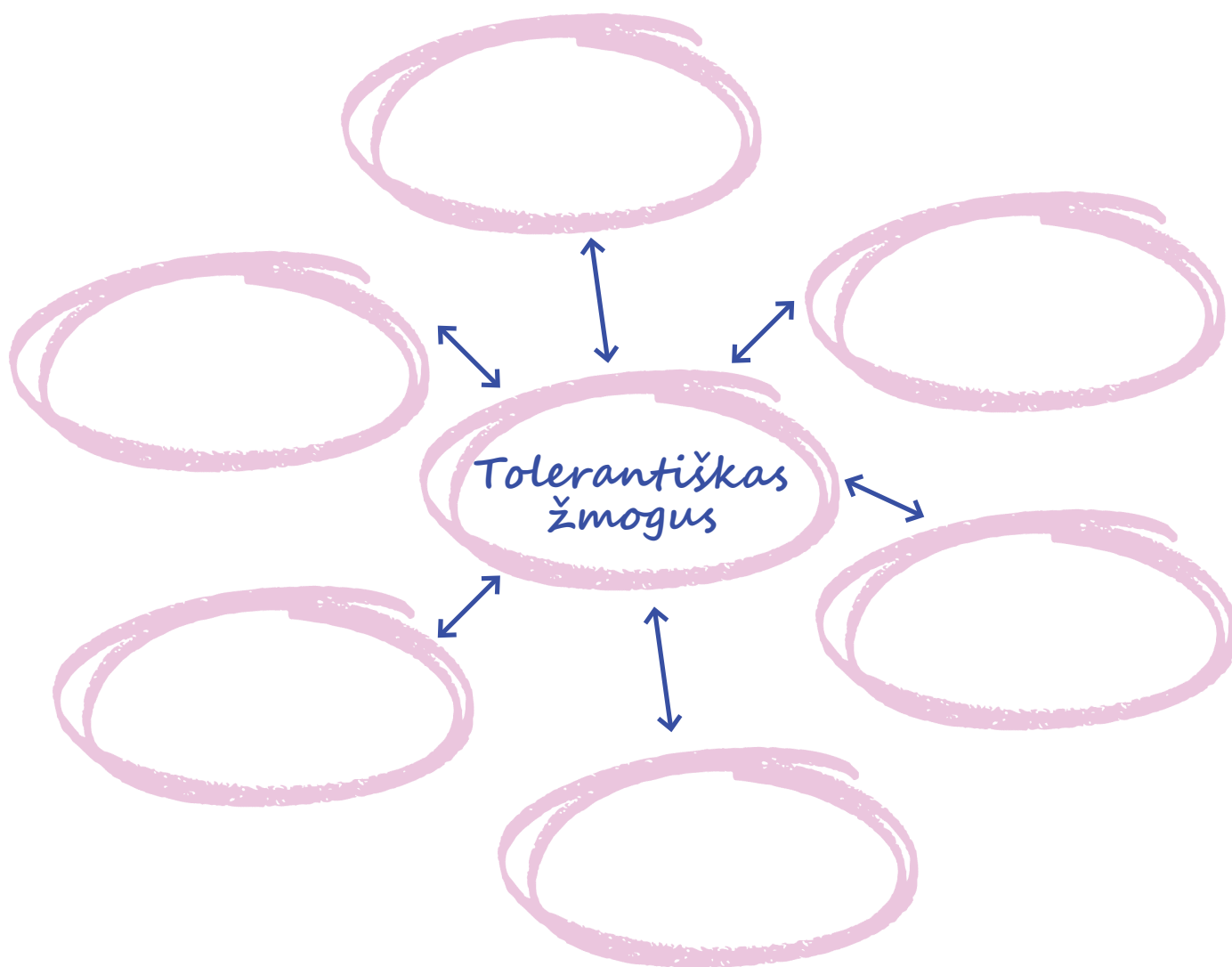
Tolerancija – savitarpio supratimas, pagarba kitam žmogui, santarvė.

Tolerancija – tai pagarba sau ir aplinkiniams.

Tolerancija – tai priimti žmogų tokį, koks jis yra, su visomis jo ydomis ir vertybėmis, nors jos prieštarauja tavosioms.

Pastaba. Galima rinktis žymių žmonių mintis apie toleranciją.

„Minčių žemėlapis“ (pavyzdys)



Aprašas

PAVADINIMAS	Empatija ir kito priėmimas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti mokinių empatiją.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Vaidmenų žaidimas, refleksija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Lapas su personažų aprašymais (6.1 priedas), lapas su teiginiais (6.2 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Žaidimas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mokiniai burtų keliu išsitraukia po personažą ir maždaug minutę apie jį pagalvoja (6.1 priedas). Lapelyje gali pasižymėti bendrus jo bruožus, detales. • Prieš pradėdami žaisti žaidimą išstumdykite suolus. Mokiniai, dalyvaujantys žaidime, išsirikiuoja eile klasės gale vienas šalia kito. Likę mokiniai susėda klasės kraštuose. Jie bus stebėtojai. Žaidimą galima vesti ir aktų salėje. • Mokytojas skaito teiginius ir mokiniai, atsižvelgdami į tai, kas jie tokie, jei sutinka su teiginiu, žengia žingsnį į klasės priekį, jei nesutinka, lieka stovėti vietoje. Mokinių žingsniai turėtų būti nedideli, nes gali pritrūkti vietos, jei klasė maža. <p>Reikia paminėti, kad berniukai ir mergaitės gali išsitraukti skirtingos lyties personažą, todėl prieš tai būtina aptarti, kad jiems gali reikėti įsijausti į kitos lyties vaidmenį.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Žaidimas tęsiamas tol, kol mokytojas baigia skaityti teiginius. Tada mokiniai pasisako, kas jie tokie yra (pradžioje sakyti neturi, tačiau norint žaidimą galima žaisti ir iškart atskleidžiant visiems savo personažus, galbūt juos užrašant ant didesnių lapų ir laikant atverstus žaidimo metu). • Atkreipkite dėmesį, kad mokiniams tikrai kils klausimų – žengti žingsnį ar ne. Reikia pabrėžti, kad jie įsijaustų į žaidimą, patys nuspręstų, pagalvotų apie personažą toje situacijoje, nes nėra teisingo atsakymo, nėra išsamių aprašymų, tad galima pasitelkti ir logiką. Šiuos dalykus vertėtų aptarti refleksijos metu. • Greičiausiai nutiks taip: keli personažai bus nuėję į klasės priekį, keli nežengę nė žingsnio, dalis nuėję po kelis žingsnelius, todėl išryškės aiški atskirtis tarp personažų. Kvieskite mokinius pristatyti jiems atitekusių vaidmenis. Pristačius vaidmenis tampa aišku, kodėl dalis nuėjo į priekį. • Kiekvienam pristačius savo personažus vyksta aptarimas: kiekvienas mokinys pasisako, kaip jautėsi eidamas į priekį ar stovėdamas. Mokytojas veda refleksiją, padaromos išvados. Refleksija yra svarbiausia šio žaidimo dalis. <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p>6.1 priedas, 6.2 priedas.</p>

Personažai

1. 14 metų romų tautybės mergaitė.
2. Senjorė, gyvenanti slaugos namuose.
3. 17 metų padavėja, kuri laukiasi.
4. Trijų vaikų mama, praradusi darbą ir išsiskyrusi.
5. 7 metų juodaodė karo pabėgėlė iš Libano.
6. Labai religingų musulmonų dukra.
7. Politiko dukra.
8. Universiteto profesorius.
9. Verslininko anūkas.
10. 13 metų imigrantas, nemokantis lietuvių kalbos ir gyvenantis pabėgėlių centre su tėvais ir dar 6 broliais ir seserimis.

Pastaba. Vaidmenų galima sugalvoti daugiau. Jų gali būti tiek, kiek mokinių klasėje. Tačiau reikia atsižvelgti į tai, kad ne visi mokiniai gali norėti įsitraukti į žaidimą. Be to, priverstinai įtraukus visus mokinius ir jiems perskaičius personažų aprašymus gali pasigirsti juokas, todėl prieš atliekant užduotį būtina mokinius „įvesti į užduotį“, galbūt aptarus neseniai nutikusį skaudų įvykį, susijusį su patyčiomis, netolerancija, mokinių asmeninę patirtį dėl patyčių ar nelygių galimybių ir pan.

Teiginiai

Pastaba. Galima sugalvoti ir daugiau teiginių.

1. Aš galiu susitikti su draugais.
2. Aš galiu pasižiūrėti norimą filmą kine.
3. Aš galiu studijuoti universitete.
4. Aš mokykloje turiu (arba turėjau) daug draugų.
5. Aš galiu dirbti tai, ką mėgstu.
6. Aš jaučiu, kad pritampu visuomenėje.
7. Man niekada nereikėjo galvoti, ką šiandien valgysiu.
8. Manau, kad mano vaikai galės mokytis bet kurioje mokykloje.
9. Manau, kad mano šeima man padės, jei nutiks nelaimė.
10. Esu užtikrintas (-a) (saugus (-i)) dėl savo ateities.
11. Aš galiu išvykti atostogauti į užsienio šalį.
12. Aš galiu išpažinti kokią noriu religiją.
13. Panorėjęs (-usi) galiu nusipirkti naują megztinį.
14. Iš manęs niekada niekas nesityčiojo dėl to, koks (-ia) esu.
15. Kalėdoms greičiausiai gausiu tai, apie ką svajoju.

Aprašas

PAVADINIMAS	Pagalba skriaudžiamajam
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti bendradarbiavimo, kūrybiškumo, asmenines kompetencijas. Mokyti vaikus atpažinti patyčių situacijas ir rasti pagalbos būdus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Metodas „Forumo teatras“ (7.1 priedas), situacijų kūrimas, vaidinimas, reagavimas į situacijas, darbas grupėmis, „5P“ metodas.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	„5P“ metodo aprašymas (7.2 priedas).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Emocinis nuteikimas – mokiniai kviečiami neverbališkai kalba (mimika, judesiu) išreikšti savo būseną, emocijas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Skelbiamas uždavinys, supažindinama su veiklomis, „Forumo teatro“ metodu, nurodomos „Forumo teatro“ veiklos.</p> <p>Mokiniai patys susiskirsto į 3 grupes. Grupėse pasiskirsto vaidmenimis: <i>skriaudikas</i>, <i>skriaudžiamasis</i>, <i>pagalba</i> ir <i>žiūrovai</i>. Visi bendrai nutaria, kokią patyčių situaciją suvaidins. Tikslas – suvaidinti taip, kad <i>skriaudžiamasis</i> patirtų nesėkmę. Du žmonės – <i>skriaudikas</i> ir <i>skriaudžiamasis</i> – suvaidina sceną. Po vaidinimo grupės nariai pasitaria, kada ir kaip <i>pagalba</i> įsikiš į situaciją, kad ją pakreiptų tinkama linkme. Vėl suvaidinama situacija. Iki šiol <i>žiūrovai</i>, tik stebėję situacijas, prisijungia prie grupės, pasiūlo dar kitokią (geresnę) išeitį, kad <i>skriaudžiamasis</i> kuo mažiau nukentėtų. Trečią kartą vaidinama scena su <i>žiūrovais</i>.</p>

EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	Refleksija – „5P“ metodas (<i>7.2 priedas</i>). Kiekvienas mokinys pasirenka vieną žodį iš penkių ir išreiškia savo nuomonę. Apibendrinimas Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.
PRIEDAI	<i>7.1 priedas, 7.2 priedas.</i>

„Forumo teatro“ metodas

1. Mokiniai patys susiskirsto į 3 grupes.
2. Grupėse pasiskirsto vaidmenimis: *skriaudikas*, *skriaudžiamasis*, *pagalba* ir *žiūrovai*.
3. Visi bendrai nutaria, kokią patyčių situaciją suvaidins. Tikslas – suvaidinti taip, kad *skriaudžiamasis* patirtų nesėkmę.
4. Du žmonės – *skriaudikas* ir *skriaudžiamasis* – suvaidina sceną.
5. *Skriaudžiamasis* ir *pagalbos* komanda pasitaria, kada ir kaip *pagalba* įsikiš į situaciją ir ją pakeips kita linkme.
6. Vėl suvaidinama situacija.
7. Iki šiol *žiūrovai*, tik stebėję situacijas, prisijungia prie grupės, pasiūlo dar kitokią (geresnę) išeitį, kad *skriaudžiamasis* kuo mažiau nukentėtų.
8. Trečiąkart vaidinama scena su *žiūrovais*.

Refleksijos metodas „5P“

Ant lapo, lentos arba ekrano užrašomi penki žodžiai iš „P“ raidės:

1. *Pagirk*
2. *Pasidžiauk*
3. *Paprašyk*
4. *Paklausk*
5. *Pasiūlyk*

Mokinys pasirenka vieną žodį ir verbaline ar neverbaline kalba išsako valandėlės metu patirtas jausenas, veiklos prasmingumą.

Aprašas

PAVADINIMAS	Draugystės puoselėjimas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti užmegzti ir palaikyti draugiškus tarpusavio santykius. Skatinti iniciatyvumą, kūrybiškumą.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Tekstų skaitymas, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Popieriaus lapai, rašikliai, spalvoti pieštukai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Diskusija. Mokiniai klausosi klasės auklėtojos skaitomų tekstų (<i>8.1 priedas</i>).</p> <p>Auklėtojai perskaičius tekstą, vyksta diskusija. Mokiniai dirba grupėmis (po 4–6 mokinius). Galimi klausimai pateikti priede.</p> <p>Užduotis mokiniams. Paprašykite vaikų parašyti, kas, jų nuomone, yra draugystė. Kaip jie turi elgtis, kad būtų geri draugai? Kokios savybės trukdo būti geru draugu?</p> <p>Kai mokiniai, dirbdami grupėmis, surašo atsakymus, paprašykite pasidalinti tuo, ką parašė. Lentoje surašykite tas savybes, kurios buvo minimos dažniausiai.</p> <p>Sudarę tokių savybių sąrašą, kartu su mokiniais apibendrinkite, parašydami 6 gerąsias savybes draugystei puoselėti ir 6 labiausiai trukdančias.</p> <p>Užduotis „Išsibarsčiusios patarlės apie draugystę“. Kiekviena grupė gauna po sukarpytą patarlę (<i>8.2 priedas</i>). Tada iš išsibarsčiusių žodžių turi ją sudėlioti ir paaiškinti jos prasmę.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Skaitoma ištrauka iš „Mažajo princo“ (<i>8.1 priedas</i>). Perskaičius istoriją, mokytojas pateikia išvadą: <i>Draugystėje svarbiausia yra pasitikėjimas, ištikimybė, šiluma ir meilė.</i></p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.</p> <p>Klasės valandėlės įsivertinimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sužinojau... • Supratau... • Išmokau... • Įvardink, kokia šioje pamokoje yra pati didžiausia tavo sėkmė? • Pagalvok, kaip pagirtum draugą už atliktus darbus ir nuomonę pamokoje?
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>8.1 priedas, 8.2 priedas.</i></p>

1 tekstas

Pasakėčia „Kas Aš?“

Mokytojai, tu sakei, kad jei pažinsiu save, tapsiu išmintingas, bet kaip tai padaryti?

– Visų pirma atsiimk iš žmonių teisę spręsti, kas tu esi.

– Mokytojai, aš nesuprantu...

– Vienas tau pasakys, kad tu blogas, tu patikėsi ir susikrimsi. Kitas tau pasakys, kad tu geras, tu apsidžiaugsi.

Tave giria arba peikia, tiki tavimi arba išduoda ir t. t. Kol žmonėms priklauso teisė spręsti kas tu, ar koks tu, surasti savęs tau nepavyks.

Atsiimk iš jų šią teisę!

Atsiimk ją ir iš manęs.

- Auklėtojai perskaičius tekstą vyksta diskusija tema *Koks aš esu, kaip mane priima draugai?* Kiekviena mokinių grupė pateikia savo grupėje aptartą ir priimtą sprendimą.

2 tekstas

Mokinys kreipėsi į mokytoją:

– Tu toks išmintingas. Esi visada geros nuotaikos ir ant nieko nepyksti. Padėk ir man tapti tokiu.

Mokytojas sutiko. Paprašė atnešti bulvių ir permatomą maišelį.

– Jei tu dėl kažko įsižeisi ar supyksi, – pasakė mokytojas, – imk bulvę, vienoje jos pusėje užrašyk savo vardą, o kitoje to žmogaus vardą, dėl kurio kyla konfliktas, ir dėkis ją į maišelį.

– Ir tai viskas? – nusistebėjęs paklausė mokinys.

– Ne, – atsakė mokytojas. – Tą maišelį turi visada nešiotis su savimi ir kaskart, kai dėl kažko įsižeisi, vis jį papildyk bulvėmis.

Mokinys sutiko. Bėgo laikas. Maišas po truputį pilnėjo ir tapo gana sunkus. Pasidarė nepatogu jį visur su savimi nešiotis. Vienos bulvės pažaliavo, kitos pradėjo gesti ir jų paviršius tapo glitūs, dar kitos tiesiog sudygo. Bulvės ėmė skleisti aštrų ir nemalonų kvapą.

Mokinys atėjo pas mokytoją:

– Jau nebeįmanoma viso to su savimi nešioti. Maišas tapo pernelyg sunkus, o bulvės ėmė gesti. Pasiūlyk ką nors kitą.

Mokytojas atsakė:

– Lygiai tas pats vyksta ir tavyje. Kai tu ant ko nors pyksti ar įsižeidi, padedi akmenį sau ant širdies. Tiesiog to nepastebi. Laikui bėgant akmenų vis daugėja. Poelgiai tampa įpročiais, įpročiai – charakteriu, kuris gimdo dvikiančias ydas. Apie šią naštą lengvai pamirštame, ji pernelyg sunki, kad visad su savimi nešiotume. Daviau tau tiesiog galimybę pamatyti visą šį procesą iš šalies. Kiekvieną kartą, kai nuspręsi ką nors įžeisti ar įsižeisti, pagalvok, ar šis akmuo tau reikalingas.

- Auklėtojai perskaičius tekstą vyksta diskusija tema *Kas trukdo mūsų draugystei?* Kiekviena mokinių grupė pateikia savo grupėje aptartą ir priimtą sprendimą.

3 tekstas

„Skylės sieloje“

Kartą gyveno labai prasto būdo jaunuolis. Tėvas davė jam dėžutę vinių ir pasakė: „Kaskart, kai tik imsi pykti ar susibarsi su kuo nors, įkalk į sodo vartus vinį.“

Pirmą dieną jis į sodo vartelius įkalė 37 vinis. Vėliau ėmė save kontroliuoti, tad vinių skaičius kasdien mažėjo. Jis tiesiog suprato, kad paprasčiau susivaldyti, nei įkalti į vartelius vinį.

Pagaliau atėjo tokia diena, kai jaunuolis neįkalė į vartus nė vienos vinies. Tada jis nuėjo pas tėvą ir pasakė jam tai.

Tėvas šyptelėjo ir tarė: „Ištrauk iš vartų po vinį kaskart, kai tik susivaldysi.“

Galiausiai išaušo ir tokia diena.

Tėvas nuvedė sūnų prie sodo vartų:

„Sūnau, tu puikiai elgeisi, bet pažiūrėk, kiek daug skylių liko vartuose.“

Šitie vartai jau niekad nebus tokie, kokie buvo anksčiau.

Kai tu su kuo nors bariesi ar sakai kam nors nemalonus žodžius, tu palieki pašnekovo sieloje tokias pat skylės, kokios žioji vartuose.

Galį žmogui smeigti peiliu ir jį ištraukti. Tačiau žaizda visuomet liks. Ir visai nesvarbu, kad paskui atsiprašysi, kad atleidimo prašysi ne kartą. Žaizda lieka. Žodžiais padaryta žaizda sielai suteikia tiek pat skausmo kaip ir kūno žaizdos.

- Auklėtojai perskaičius tekstą vyksta diskusija tema *Ko galima pasimokyti iš šios istorijos?* Kiekviena mokinių grupė pateikia savo grupėje aptartą ir priimtą sprendimą.

4 tekstas

Tai istorija apie keturis žmones, kurių vardai buvo Kiekvienas, Kažkas, Bet kas ir Niekas.

Buvo labai svarbus dalykas, kurį atlikti paprašė Kiekvieno.

Kiekvienas buvo įsitikinęs, kad Kažkas padarys. Bet kas tai galėjo padaryti, bet Niekas nedarė.

Kažkas supyko, nes tai buvo Kiekvieno darbas. Kiekvienas galvojo, kad Bet kas tai gali, bet Niekas nesuvokė.

Baigėsi tuo, kad Kiekvienas kaltino Kažką, tuo metu, kai Niekas nepadarė to, ką Kiekvienas galėjo padaryti.

- Auklėtojai perskaičius tekstą vyksta diskusija. Galimos temos: *Kas yra tikras draugas? Ar galima turėti paslapčių nuo draugų? Kodėl? Ar galima kritikuoti draugo mintis, poelgius ir nesugadinti draugiškų santykių?*

5 tekstas

A. de Sent Egziuperi
„Mažasis princas“
Ištrauka

„Aš tau esu lapė, panaši į šimtą tūkstančių lapių. Bet jei tu mane prisijaukinsi, mudu būsimė vienas kitam reikalingi. Tu man tada būsi vienintelis pasaulyje. Aš tau būsiu vienintelė pasaulyje.“

„... Tu pasidarei amžinai atsakingas už tą, su kuo susibičiuliauji... Tu atsakingas už visa, kas vyksta aplink tave, kas gera ir bloga. Tu negali likti abejingas tam, kas dedasi pasaulyje.“

Tegu tave jaudina visi žmonių džiaugsmai ir nelaimės ir, jeigu tau atrodo, kad blogio ir gėrio kova vyksta kur nors toli ir tavęs neliečia, žinok, kad tai netiesa, toji kova yra ir tavo reikalas.

Užduotis „Išsibarsčiusios patarlės apie draugystę“

Kiekviena grupė gauna po sukarpytą patarlę. Mokiniai iš išsibarsčiusių žodžių ją turi sudėlioti ir paaiškinti jos prasmę.

„Kur daug pinigų, ten daug draugų.“

„Niekados nepasitikėk tuo draugu, kuris apleidžia tave nelaimėje.“

„Mokėk būti pats draugu, surasi tikrą draugą.“

„Geriau turėti dešimt draugų negu vieną priešą.“

„Rūpestis mažesnis, kai daliniesi juo su draugu.“

„Nori žinoti, koks yra tavo draugas, turi su juo suvalgyti pūdą druskos.“

„Pasakyk, su kuo tu draugauji, aš pasakysiu, kas tu.“

Galima grįžti prie pamokos pradžioje atliktos užduoties ir papildyti lentoje surašytas savybes: *Kas labiausiai padeda draugystei ir kas labiausiai trukdo?*

Aprašas

PAVADINIMAS	Vaidmenys patyčių situacijose
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Mokyti atpažinti ir analizuoti vaidmenis patyčių situacijose.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija, filmo peržiūra, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Multimedija, dalijamoji medžiaga.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Filmo „Tu prieš mane. Filmas apie patyčias“ (žr. literatūros sąrašą) peržiūra ir aptarimas. Filmas aptariamas remiantis „Patyčių ratu“. Kvieskite mokinius įvardyti filmo herojus, „Patyčių rato“ dalyvius. Analizuojant situacijas prašoma papasakoti, įvardyti galimus filmo herojų jausmus. Po filmo analizės lentoje arba popieriaus lape pateikiamos citatos apie draugystę, patyčias, pyktį, agresiją, smurtą (<i>9.1 priedas</i>).</p> <p>Darbas grupėmis. Kiekvienas grupės mokinys išsirenka po vieną mintį (citata) (<i>9.1 priedas</i>) ir ją pristato savo grupės draugams, pateikia pavyzdžių iš stebėto filmo. Paskui kiekviena grupė pasitarusi tarpusavyje ant didelio popieriaus lapo parašo po vieną jiems labiausiai patikusią mintį (citata) ir ją pristato klasei. Būtina pakomentuoti ir remtis matytu filmu ar asmenine patirtimi (pvz., situacija mokykloje).</p> <p>Užduoties apibendrinimas ir išvados. Išdalijami lapeliai, kuriuose užrašytos charakterio, būdo savybės. Kiekvienas pagalvojęs išsirenka mažiausiai 3 savybes geriausiai draugui apibūdinti ir garsiai jas pasako. Vėliau padaromos išvados apie draugus, draugystės reikšmę žmogaus gyvenime (<i>9.2 priedas</i>).</p>

EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	Apibendrinimas Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.
PRIEDAI	<i>9.1 priedas, 9.2 priedas.</i>

„Nuoširdi draugystė yra be „privalau“ ir „turėtum“.“

„Draugystė – tai, kai galim atsiremti vienas į kitą, net jeigu abu jaučiamės palaužti.“

„Niekas taip nesujaukia mūsų minčių, kaip pyktis.“

„Geras draugas padeda išvysti tai, ko nepamatytum vienas.“

„Niekas nesijuokia iš besijuokiančio iš savęs.“

„Susirasti 100 draugų nėra taip sudėtinga, kaip susirasti vieną draugą, kuris būtų kartu, kai 100 eis prieš tave.“

„Kai tave piktna kieno nors blogas poelgis, pasižiūrėk į save ir pagalvok, ar tu pats panašiai nesielgi...“

„Tikri draugai gali iš tavęs draugiškai pasišaipyti, bet jie niekada neleis to daryti kitiems.“

„Kas tyčiojasi iš vargšo, įžeidžia Kūrėją; kas juokiasi iš nelaimės, neišvengs bausmės.“

„Tikra draugystė tai kaip nuostabi dovana, kurią galima išvynioti ir mėgautis kiekvieną dieną.“

„Pašaipūnas nemėgsta būti pataisomas, užtat į išmintinguosius nesikreips.“

„Net ir plonas siūlas išlaikys draugus kartu, jeigu jie jo netemps į skirtingas puses.“

„Kai tau sekasi, apsižvalgyk ir išvysi draugus. Kai tau sunku, apsižvalgyk ir išvysi tikrus draugus.“

„Ne žodžiai, o veiksmai augina tikrąją draugystę.“

„Agresija yra siekimas pakenkti kitam žmogui. Agresyvaus veiksmo pavyzdžiai: vagystė, grasinimai, patyčios, priekabiavimas, šmeižtas, žmogaus ignoravimas...“

„Geri draugai girdi, ką sakai. Geriausias draugas išgirsta ir tai, kas lieka nepasakyta.“

„Mokykloje svarbu sukurti aplinką, kurioje netrūktų suaugusiųjų skleidžiamos šilumos, tikro domėjimosi ir būtų aiškios nepriimtino elgesio ribos...“

„Geras draugas žino tavo praeitį, tiki tavo ateitimi ir priima tave tokį, koks dabar esi.“

„Turėti gerą ir ištikimą draugą, vadinasi, būti laimingam.“

„Pikta veido išraiška prieštariauja prigimčiai. O jeigu ji nuolat kartojasi, tai maloni veido išraiška išblėsta ir visai išnyksta, jos negalima atgaivinti.“

Savybės

Nepriklausomas, mėstantis, atviras, savikritiškas, suprantantis, užjaučiantis, geraširdis, atsakingas, jautrus, kantrus, pastabus, ramus, punctualus, šmaikštus, tolerantiškas, tvarkingas, visų mėgiamas, teisingas, nuoširdus, geranoriškas silpnesniems ir kt.

Pastaba. Galima rašyti ir kitokias savybes.

Aprašas

PAVADINIMAS	Savęs pažinimas
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti savęs pažinimo, analizės gebėjimus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktinė užduotis, darbas mažomis grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Praktinės užduoties aprašymas, asmeninių savybių sąrašas, lenta arba projektorius, <i>JOHARI langas</i> .
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Klasės valandėlės pradžioje užduokite klausimą: <i>Kaip manote, kodėl svarbu pažinti save?</i></p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Pratimas <i>JOHARI langas</i>. (Pastaba. Užduoties dalyviai turi bent kiek vieni kitus pažinti.)</p> <ol style="list-style-type: none"> Mokytoja suskirsto mokinius mažomis grupelėmis (2–3 mokiniai) ir išdalija asmeninių savybių sąrašus (<i>10.2 priedas</i>). Paprastai naudojamas ir silpnybių sąrašas, tačiau pratimą atliekant su mokiniais jo siūloma atsisakyti. Jei grupelėje 3 mokiniai, kiekvienas iš jų gauna po atskirą lapelį, kurio viršuje užrašo visų grupės dalyvių vardus. Iš savybių sąrašo kiekvienas mokinys kiekvienam savo grupelės dalyviui turi išrinkti po 5 savybes, kurios, jo nuomone, tam žmogui būdingos. Jas užrašo ant atskirų lapelių. Ant vieno iš lapelių mokinys užrašo 5 savybes, kurios tikty jam pačiam apibūdinti. Mokiniai pasikeičia lapeliais. Kiekvienas mokinys surenka po 3 surašytų savybių sąrašus (apie save). Mokytoja prašo pabraukti tas savybes, kurios kartojasi visuose 3 lapeliuose, ir surašyti jas į lentelę dalyje „Atviroji“.

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>e) Į dalį „Slaptoji“ surašo savybes, kurios yra paties mokinio lapelyje, tačiau nebuvo pabrauktos (jų nepastebėjo kiti).</p> <p>f) Į dalį „Akloji“ rašo savybes, kurios buvo kituose dviejuose lapeliuose, bet nebuvo paties mokinio lapelyje (jos yra nepabrauktos).</p> <p>g) Paskutinis langelis „Uždaroji“ lieka tuščias.</p> <p>Užduoties aptarimas. Mokytoja paaiškina, kaip reikėtų interpretuoti <i>JOHARI langą</i> (10.1 priedas).</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.</p> <p>Galimi klausimai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Ką naujo apie save sužinojo?</i> • <i>Kaip jautėsi skaitydami kitų jiems priskirtas savybes?</i> • <i>Ar buvo lengva rašyti savo savybes?</i> • <i>Kas nustebino?</i>
<p>PRIEDAI</p>	<p>10.1 priedas, 10.2 priedas.</p>

Savęs pažinimo pratimas *JOHARI langas*

JOHARI – metodo kūrėjų Josefo Lufto ir Haringtono Inghamo pirmųjų raidžių suma. JOHARI langas yra naudingas norit pažinti save ir efektyvesnei komunikacijai ugdyti.

JOHARI langą sudaro 4 kvadratai arba sritys:

- 1) **Atviroji sritis** (viešasis „aš“): ką žinau apie save ir kiti žino apie mane.
- 2) **Akloji sritis**: ką kiti žino apie mane, bet aš to nežinau.
- 3) **Slaptoji sritis**: ką aš žinau apie save, bet slepiu nuo kitų.
- 4) **Uždaroji sritis**: ko nei aš, nei kiti nežino apie mane.

JOHARI langas

	Žinoma man	Nežinoma man
Žinoma kitiems	Atviroji	Akloji
Nežinoma kitiems	Slaptoji	Uždaroji

Kvadratai išties nėra tokie taisyklingi ir vienodo dydžio, kaip vaizduojama paveikslėlyje. Jų dydžiai priklauso nuo kiekvienos konkrečios asmenybės. Kai kurie laukeliai gali būti gana dideli, o kiti mažesni. Tie keturi langai – tai asmenybės dalys: *atviroji* – tai, ką aš žinau ir nebijau atskleisti, *akloji* (nepripažįstama) – tai, ką mato kiti, ir ko nenoriu (nesugebu) matyti ar pripažinti aš, *slaptoji* – tai, ką mes žinome, tačiau slepiame nuo kitų, *uždaroji* – tai, kas nežinoma nei man, nei kitiems, ką galbūt dar sužinosiu vėliau.

Aiškinama, kad langų dydžiai ir jų santykis nusako asmenybės tipą, jo gebėjimą bendrauti, sugebėjimą girdėti kritiką, į ją reaguoti ir t. t.

Didžiausias kairysis viršutinis langas rodo, kad asmenybė atvira, linkusi atsiskleisti, dalintis. Didžiausias apatinis kairysis liudija, kad asmuo nėra linkęs atsiskleisti kitiems.

Didžiausias dešinysis viršutinis reiškia, kad asmuo nesugeba pamatyti savyje to, ką jame mato kiti. Nėra atgalinio ryšio.

Atviroji sritis didinama kitų trijų sąskaita. Atsivėrimas, dalijimasis, davimas, gavimas, išmėginimas skatina savęs pažinimą ir asmenybės augimą.

Asmeninės savybės

geraširdis	meniškas	smalsus
energingas	lyderis	malonus
apmąstantis	turintis gerą humoro jausmą	nuoširdus
ramus	jautrus	patikimas
atsakingas	pastabus	rimtas
siekiantis tikslų	išmintingas	savarankiškas
bendradarbiaujantis	draugiškas	užsispyręs
organizuotas	drąsus	intelektualus
sąžiningas	empatiškas	aktyvus
palaikantis	kuklus	
teisingas	žaismingas	
užsisvajojęs	mandagus	

Aprašas

PAVADINIMAS	Patyčių mažinimas mokykloje
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Skatinti mokinių savarankiškumą ir padėti ieškoti būdų patyčioms mokykloje mažinti. Skatinti mokinius prisiimti atsakomybę.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Darbas grupėmis, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Dideli popieriaus lapai (A1), markeriai ar flomasteriai.
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Darbas grupėmis. Mokinius suskirstykite į nedideles grupes po 4–5 kiekvienoje iš jų. Tada išdalinkite didelius popieriaus lapus ir flomasterius (arba markerius).</p> <p>Užduotis mokiniams – paruošti projektą patyčioms mokykloje mažinti. Projekte turėtų atsispindėti:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kokios veiklos mokykloje gali padėti sumažinti patyčias? • Kokie žmonės turėtų būti atsakingi už patyčių mažinimą mokykloje? • Ką turi daryti mokytojai, kad patyčių būtų mažiau? • Kaip prie patyčių mažinimo gali prisidėti mokiniai? • Kaip prie patyčių mažinimo gali prisidėti tėvai? • Paraginkite mokinius idėjas aprašyti kuo daugiau. <p>Projektų pristatymas, diskusija. Kiekviena grupė pristato savo projektą. Kol viena grupė pristatinėja darbą, kitos gali kelti klausimus ar diskutuoti dėl vieno ar kito projekto idėjų. Kai mokiniai pristato visus projektus, iškelkite klausimą: <i>Kurias iš šių idėjų mes galime įgyvendinti artimiausiu metu?</i></p>

EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	Mokyklos patyčių mažinimo strategijos (plano) ir renginių, skirtų patyčių ar smurto problemoms spręsti, pristatymas. Užsiėmimo pabaigoje pristatykite mokiniams, kokiais principais vadovaudamasi mokykla stengiasi mažinti patyčias, kokias veiklas yra numačiusi. Skatinkite vaikus klausti, domėtis, diskutuoti apie tai, kiek mokyklos planas jiems atrodo tinkamas ir efektyvus (<i>11.1 priedas</i>). Apibendrinimas Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas jiems buvo svarbu.
PRIEDAI	<i>11.1 priedas.</i>

Mokyklos politika patyčių klausimu: kaip gali prisidėti mokiniai?

Kiekviena mokykla paprastai turi savo taisykles, kaip spręsti su patyčiomis susijusius klausimus. Organizuojamos veiklos patyčioms mažinti mokykloje priklauso nuo jos bendruomenės. Pavyzdžiui, vienos mokyklos turi aiškų planą, kuriame numatyta, kaip kovoti su patyčiomis, kaip į šios problemos sprendimą įtraukti suaugusiuosius ir vaikus. Daugelyje Lietuvos mokyklų vykdoma Olweus patyčių prevencijos programa. Kitos mokyklos gali neturėti plano, tačiau rengia įvairias akcijas, pavyzdžiui, „Mokykla be smurto“, „Tolerancijos diena“ „Diena be patyčių“ ir t. t.

Įvairaus amžiaus mokiniai gali prisidėti prie patyčių mažinimo:

- Išklausydami savo draugus, kai jie dalijasi mintimis ar jausmais apie patyčias. Išklausydami kitus mokiniai gali padėti geriau pasijusti tiems, kurie patiria patyčias.
- Būdami pavyzdžiu kitiems, bendraudami draugiškai ir be patyčių.
- Prašydami savo tėvų ar suaugusiųjų, kuriais pasitiki, pagalbos iškilus patyčių situacijoms.
- Tapdami nariais ar palaikydami mokinių organizacijas, kurios kovoja su smurtu mokykloje.
- Dalyvaudami renginiuose prieš patyčias.
- Informuodami apie vykstančias patyčias mokytojus, auklėtojus ar kitą mokyklos personalą.
- Laikydami keturių Olweus programos prieš patyčias nukreiptų taisyklių.

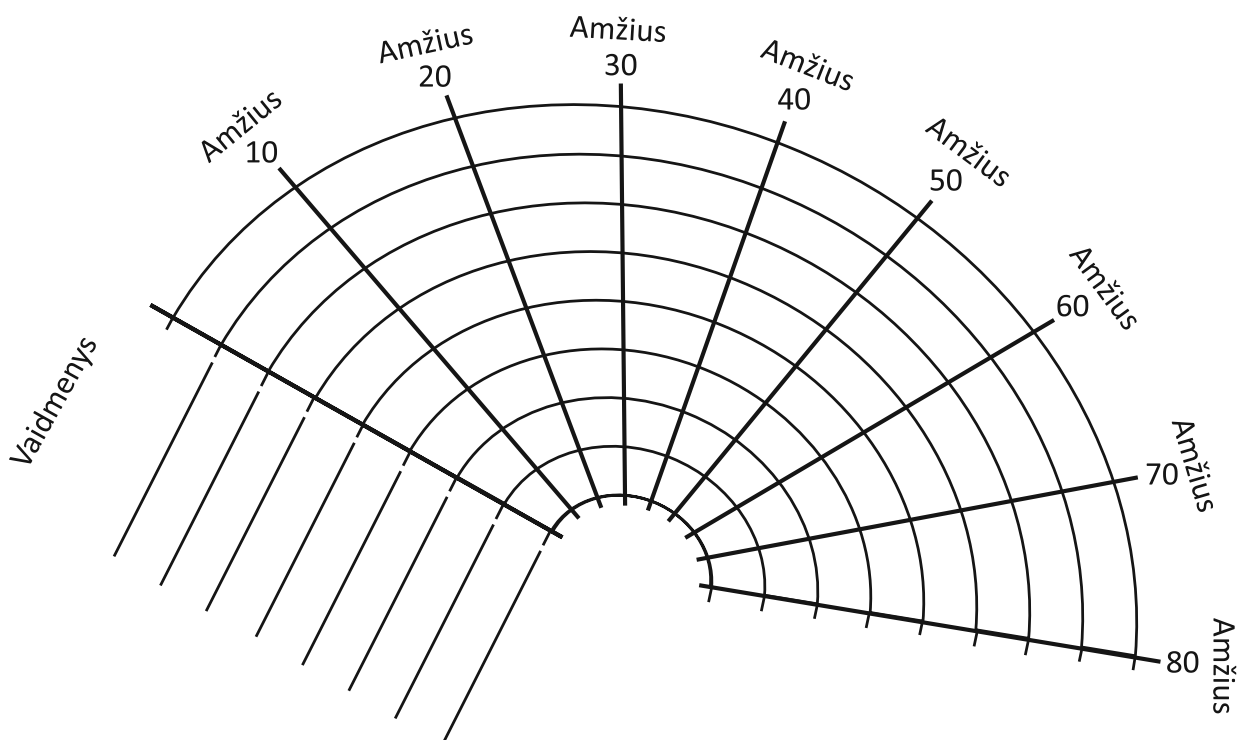
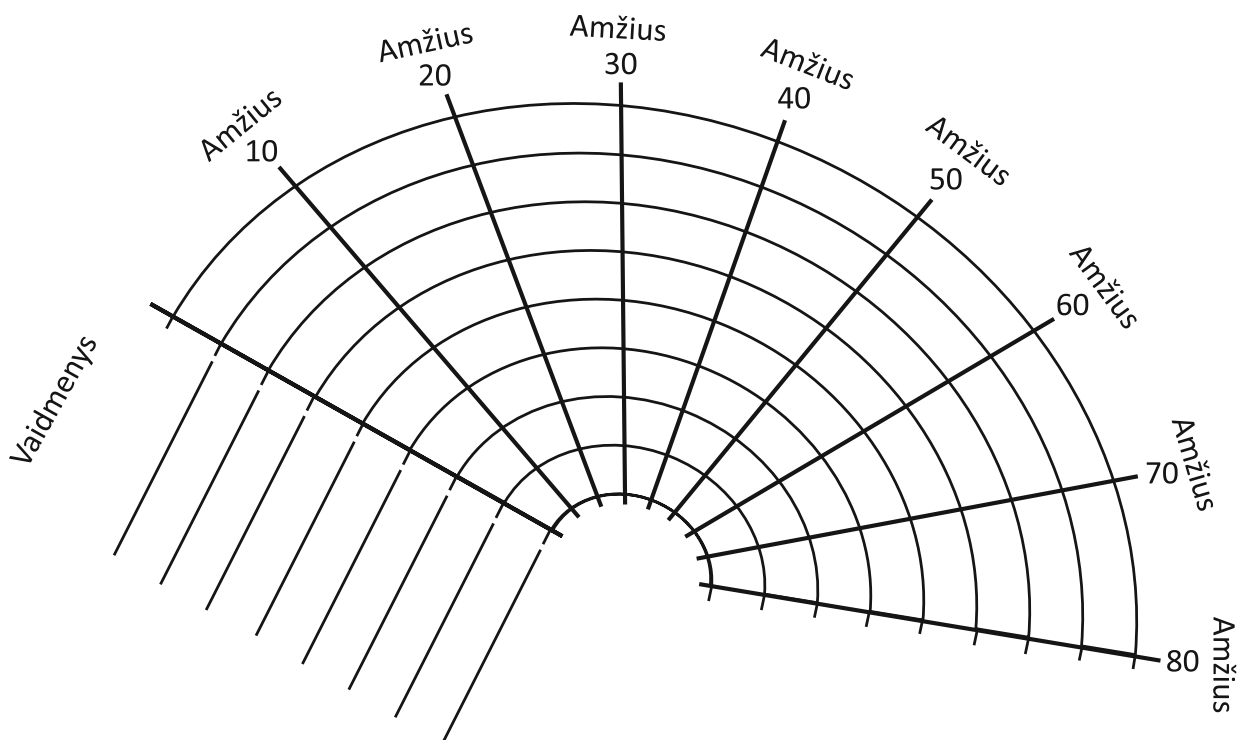
Aprašas

PAVADINIMAS	Mitai ir faktai apie patyčias
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Suteikti žinių apie patyčių mitus ir faktus. Suteikti žinių apie patyčių pasekmes ir pagalbos galimybes.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Skaidrės (<i>12.1 priedas</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Pakvieskite mokinius padiskutuoti patyčių tema. Skaidrėse pateikite mokiniams įvairius teiginius patyčių tema. Visų pirma, paraginkite mokinius pasakyti ar, jų nuomone, pateiktas teiginys yra mitas ar faktas. Nuomonę reikėtų argumentuoti. Nevertinkite mokinių atsakymų kaip klaidingų ar teisingų, leiskite laisvai reikšti savo mintis. Vėliau aptarkite ir pakomentuokite teiginius.</p> <p>Aptarę galimus mitus ir faktus apie patyčias, pasikalbėkite su mokiniais šiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip elgtis, kai patiri patyčias?</i> • <i>Kaip gali padėti draugui, patiriančiam patyčias?</i> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.</p>
PRIEDAI	<i>12.1 priedas.</i>

Aprašas

PAVADINIMAS	Socialiniai vaidmenys klasėje
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Išsiaiškinti socialinių vaidmenų klasėje reikšmę ir svarbą bei socialinių vaidmenų klasėje savybes.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Minčių lietus, dėstymas, diskusija, darbas grupėmis.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Parengtos užduotys, rašymo priemonės, popierius, multimedija, skaidrės (<i>13.1 priedas</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>Pasisveikinama, supažindinama su klasės valandėlės tema, pristatomi tikslai ir veikla pamokos metu (<i>13.1 priedas</i>).</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Diskusija:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kodėl kartais sunku pritapti grupėje, klasėje?</i> • <i>Kodėl kartais sunku į grupę ar klasę įsileisti kitokį asmenį?</i> <p>Kas yra socialiniai vaidmenys? Socialinis vaidmuo – tam tikras elgesys, susijęs su asmens veikla, užimama padėtimi.</p> <p>Vaidmens atlikimas – nebūtinai veikla. Ši sąvoka vartojama ir ryšių su kitais žmonėmis specifikai apibūdinti.</p> <p>Aptariama D. Superio „Gyvenimo vaidmenų vaivorykštė“ (<i>13.1 priedas</i>). Mokiniai paaiškinama, kaip bėgant metams keičiasi žmogaus vaidmenys, jų svarba bei atlikimas.</p> <p>Užduotis „Kas aš esu?“. Mokiniai individualiai atlieka praktinę užduotį (<i>13.2 priedas</i>). Atlikus užduotį vyksta aptarimas. Vaikai turi pagrįsti savo pasirinkimą.</p>

<p>EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Mokiniai supažindinami su socialiniais vaidmenimis (<i>13.3 priedas</i>).</p> <p>Darbas grupėmis. Perskaityti tekstus (<i>13.4 priedas</i>) ir atsakyti į klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kokius mokinių socialinius vaidmenis įžvelgiate šiame tekste? • Kokius neigiamus dalykus (emocijas ar jausmus) pastebite šiuose socialiniuose vaidmenyse? • Ką patartumėte šiems mokiniams, kad jie galėtų lengviau pritapti klasėje? • Kaip klasės draugai turėtų elgtis, kad šie mokiniai lengviau pritaaptų klasėje? <p>Mokiniai pristato savo nagrinėtas situacijas.</p> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.</p> <p>Socialiniai vaidmenys svarbūs kasdienybėje. Jie dažnai nusako tam tikrus žmogaus ypatumus, leidžia iš vienos pusės geriau pažinti kitą, tačiau to neužtenka. Socialiniai vaidmenys negali visapusiškai apibrėžti žmogaus asmenybės, todėl, kuriant tarpusavio santykius, neužtenka vadovautis vien jais. Empatija ir tolerancija yra būtinos, norint puoselėti draugystę, šiltus bei sėkmingus santykius, tarpusavio ryšius.</p> <p>Refleksija. Užbaigdami sakinius mokiniai įsivertina, ką sužinojo klasės valandėlės metu apie socialinius vaidmenis.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sužinojau... • Supratau... • Nustebau...
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>13.1 priedas, 13.2 priedas, 13.3 priedas, 13.4 priedas.</i></p>



Socialiniai vaidmenys klasėje

Šnekusis teroristas

Kalba be perstojo, dominuoja bet kurioje diskusijoje, apie viską žino ir skuba pasidalyti su kitais. Toks žmogus nesijaučia saugiai, savo šnekumu siekia pritarti lyderiams, nori pasijausti priimtas. Stengdamasis pelnyti pagarbą, pripažinimą bando demonstruoti žinias.

Didysis niurzglys

Kiekvienos diskusijos metu jis skundžiasi draugais, užduotimis, sąlygomis arba bet kuo kitu. Jo negatyvizmas gali slopinti grupės entuziazmą. Tipiškos frazės: „Problema ta, kad...“, „Gerai, visa tai puiku, bet...“, „Nepavyks...“, „Kam to reikia...“ ir pan.

Didysis dvejetainis

Šnekiojo teroristo variantas. Jis viską vertina labai skeptiškai ir tuo gali užkrėsti visą grupę. Mėgstamiausios frazės: „Mes bandėme tai daryti, nieko gero“, „Nepasiseks“, „Nesąmonė“. Toks žmogus praktiškai visuomet jaučiasi vyresnis už kitus grupės narius, remiasi savo patirtimi, primena neįgyvendintas idėjas, nepasitiki savimi ir į visas naujoves žvelgia kaip į grėsmingas. Norėdamas apsiginti skeptiškai vertina situacijas.

Gėlytė

Atsiskyręs nuo grupės. Toks dalyvis primena dekoratyvinį augalą. Jo indėlis į bendrą grupės darbą yra labai mažas. Mėgstama frazė: „Atsiprašau“. Dažniausiai jis tyli. Tema gali jo visiškai nedominti ir būti jam nenaudinga. Dažnai sunku reikšti mintis arba jis paprasčiausiai linkęs klausytis, o ne kalbėti.

Juokdarys

Laido pokštus, anekdotus, pašiepia grupės narius. Tam tikra dozė humoro visada naudinga, bet, kai jo per daug, tai pradeda erzinti. Mėgstamos frazės: „Tai man primena...“, „Kartą aš žinojau žmogų...“. Toks žmogus siekia būti grupės dalimi, tik pasirenka ne patį geriausią būdą.

Konspiratorius

Neveikia vienas, o susiranda dar vieną ar kelis grupėje, su kuriais diskutuoja nekreipdamas dėmesio į likusius grupės narius. Dažnai jie tęsia ankstesnį pokalbį arba aiškinasi tarpusavyje aptariamus grupėje teiginius.

1.

Simona klasėje visada jaučiasi vieniša, atsiskyrusi. Ji yra tyliausias vaikas klasėje, tačiau geranoriška, mandagi. Mergaitei labiau patinka klausytis nei kalbėti. Dažnai ji būna užgauliojama dėl tokio savo būdo.

Simonos bendraklasis Joris yra jos priešingybė. Jis nenustodamas kalba, neleidžia pasireikšti kitoms. Šis berniukas visada viską žino ir stengiasi savo žiniomis pasidalinti su kitais. Kartais perdėtas savęs vertinimas lygus kitų bendraamžių sumenkinimui. Todėl daug kam Joris klasėje nepatinka.

2.

Klasėje Vaidotas nieko nedaro vienas. Jis sugeba suburti savo draugus, bet kur ir bet kada aptarti jiems itin svarbius reikalus (pvz., naujų automobilių privalumus per literatūros pamoką). Pamokoje jie nenustoja šnabždėtis, krizenti. Ignoruodami aplinką ir aplinkinius, jie užsiima tik jiems svarbiais reikalais. Kartais tokie jų poelgiai erzina klasės draugus.

Tačiau klasėje yra Tadas, iš kurio gali išgirsti vis naujų anekdotų, pokštų. Jis nevengia ką nors pašiepti ar tiesiog pralinksminti klasės draugus.

3.

Klasėje Inesa visada būna kuo nors nepatenkinta. Net jei vienintelė gauna geriausią pažymį už biologijos kontrolinį darbą (devyneta), sielojasi, kad negavo maksimalaus įvertinimo (dešimtuko). Visada atsiranda, kas sugeba ją suerzinti, visada būna kažkas, kas jai nepatinka.

Toje pačioje klasėje mokosi Paulius, kuris nepasitiki savo jėgomis, į visas naujoves žvelgia atsargiai. Jis visada stengiasi remtis savo patirtimi.

Aprašas

PAVADINIMAS	Klasė kaip komanda
TIKSLINĖ GRUPĖ (kelintų klasių mokiniams skirta klasės valandėlė)	9–12 klasių mokiniai.
TIKSLAI (ko siekiama šia klasės valandėle)	Ugdyti bendradarbiavimo įgūdžius. Ugdyti empatiją. Skatinti asmeninę atsakomybę už komandos veiklą ir jos kokybę, pasiekimus ir pralaimėjimus.
METODAI (išvardijami metodai, naudojami klasės valandėlės metu: diskusija, praktinė užduotis ir t. t.)	Praktiniai žaidimai, diskusija.
PRIEMONĖS (visos priemonės, reikalingos klasės valandėlei vesti)	Reikalingos priemonės pateiktos žaidimo aprašyme (<i>14.1 ir 14.2 priedai</i>).
EIGA (detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)	<p>Ižanga</p> <p>Pristatykite mokiniams klasės valandėlės temą, tikslą ir numatomas pagrindines veiklas.</p> <p>.....</p> <p>PAGRINDINĖ DALIS</p> <p>.....</p> <p>Žaidimus galima rinktis savo nuožiūra:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Žaidimas klasės valandėlės lūkesčiams nustatyti. 2. Žaidimas „Atpažinimas“. 3. Žaidimas „Sala“. 4. Žaidimas „Šešiakampė žvaigždė“. 5. Žaidimas užrištomis akimis. 6. Žaidimas „Kas daugiau?“. 7. Žaidimas „Kas mažiau?“. 8. Žaidimas grupės emocinei savijautai atskleisti. 9. Žaidimas „Jausmų ratas“.

<p>EIGA</p> <p>(detalus klasės valandėlės eigos ir jos metu atliktų veiklų aprašymas)</p>	<p>Po kiekvieno žaidimo su mokiniais aptariama:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Kaip jie jautėsi žaidimų metu?</i> • <i>Kas patiko arba nepatiko?</i> • <i>Kas buvo nedrąsu?</i> • <i>Kaip sekėsi atlikti užduotis?</i> • <i>Kiti klausimai, atsižvelgiant į mokinių patirtį ir atliktas užduotis.</i> <p>Apibendrinimas</p> <p>Išskirkite pagrindinius klasės valandėlės akcentus, skatinkite mokinių refleksiją, užduodami jiems klausimus, kurie padėtų analizuoti savo patirtis ir įvardyti, kas buvo svarbu.</p>
<p>PRIEDAI</p>	<p><i>14.1 priedas, 14.2 priedas.</i></p>

Žaidimų aprašymai

1. Žaidimas klasės valandėlės lūkesčiams nustatyti

Ant žemės pakankamais atstumais išdėliojamos kortelės su užrašais ir vaizdais: *klasė, sala, arena, kavinė, teatras, vaistinė*. Reikia atsistoti prie vieno paveikslėlio arba tarp vieno ir kito.

- Vaistinė: atvykome sužinoti receptą, kaip ką nors išspręsti, pasveikti.
- Klasė: įsivaizduojame griežtą veiklą, kad mokytojai vertins, daug reikalaus, bus įtempta aplinka.
- Sala: norime pabūti vieni, pailsėti, pabėgti nuo išorinio pasaulio.
- Arena: priimti iššūkį, nugalėti, išbandyti save.
- Kavinė: pabūti draugijoje, pailsėti, atsipalaiduoti.
- Teatras: parodyti, įvertinti save, įgyti naujų vaidmenų, pasirodyti, būti dėmesio centre.

Pastaba. Kiekvienas paaiškina savo pasirinkimą.

2. Žaidimas su antklode „Atpažinimas“

Mokiniai pasidalija į dvi grupes, tarp kurių ištempta antklodė taip, kad viena grupė nematytų kitos. Dalyvis iš grupės sėdasi veidu į savo grupės narius, nugara su kitos komandos atstovu. Grupė gestais, nesakydama nė žodžio, turi paaiškinti, kas sėdi už nugaros, padeda atspėti sėdinčiojo vardą. Kas greičiau atspėja, tas į savo komandą parsiveda sėdintį priešingos komandos narį.

3. Žaidimas „Sala“

Ėjimas tiltu per šokolado upę. Dalyviams duodama po pėdos dydžio lentelę. Ant žemės paklojama starto virvė. Visi nariai turi sugalvoti, kaip pereiti upę nepadėjus kojos ant žemės ir nepalikus lentelės, nepaliestos ranka ar koja. Turi būti nuolatinis kontaktas su lentute ir žmogumi. Žaidėjui koja palietus žemę visa komanda grįžta atgal. Palikus nepaliestą lentelę, ši nuskęsta (yra paimama). Į kitą krantą turi pereiti visi grupės nariai. Kitas krantas vadinamas sala (iš virvės padarytas apskritimas, iš kurio negalima išlipti, kol visi nariai nėra saloje).

4. Žaidimas „Šešiakampė žvaigždė“

Visiems dalyviams užrišamos akys, sustojama ratu. Rato viduryje padedamos dvi virvės, iš kurių nematančiai komandai reikia sudėti šešiakampę žvaigždę.

5. Žaidimas užrištomis akimis

Susiskirstoma poromis, vienam skarele užrišamos akys. Ant žemės išmėtomi maži minkšti kamuoliukai. Matantysis neliesdamas neregio turi paaiškinti, kur eiti, kad rastų kamuoliuką. Radusysis aiškina, kur yra kitas aklasis, sako, kada mesti, kad pataikytų. Jei pataiko į kitą nematantį, pora keičiasi pozicijomis.

Neregys atsiriša akis, o aiškinantysis užsiriša.

6. Žaidimas su žiogeliais „Kas daugiau?“

Visi sustoja ratu, kiekvienam duodama po tris žiogelius (skalbinių segtukus). Dalyviai juos prisiega prie rūbų. Suskaičiavus iki trijų, vieni iš kitų turi atimti kuo daugiau žiogelių ir patys juos prisiegti. Baigus žaisti suskaičiuojama, kas žiogelių turi daugiausiai.

7. Žaidimas su žiogeliais „Kas mažiau?“

Visi sustoja ratu, kiekvienam duodama po tris žiogelius (skalbinių segtukus). Dalyviai juos prisiega prie rūbų. Suskaičiavus iki trijų, reikia kuo daugiau žiogelių prisiegti kitiems, t. y. spėti jais atsikratyti. Baigus žaisti suskaičiuojama, kas žiogelių turi mažiausiai.

8. Žaidimas grupės emocinei savijautai atskleisti

Išdalijamos kortelės su užrašais. Mokinys turi pasirinkti ir apibūdinti kitą narį.

Užrašai gali būti:

- globojantis žmogus;
- kas skatino užsiėmimo metu;
- asmuo, teikiantis pasitikėjimo;
- gerų idėjų turėtojas;
- geriausią pasiūlymą pateikė;
- išlaikantis emocinę pusiausvyrą ir t. t.

9. Žaidimas „Jausmų ratas“

Grupė susėda ratu. Viduryje išdėliojamos įvairios atvirutės su vaizdeliais, abstrakcijomis ar kt. Kiekvienas narys pasiima labiausiai jo jausmus atitinkančią atvirutę. Vėliau aptariami mokinių pasirinkimai.

Literatūros sąrašas

Pastaba: jei nuoroda neaktyvi, nukopijuokite ją ir įklijuokite į interneto naršyklės paieškos laukelį.

1. Animacinis filmas „Ančiukas, kuris nemokėjo žaisti futbolo“. Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=2hnGejQJQ4U>.
2. Aškinytė-Degėšienė R. (2009). Teoriniai ir praktiniai etikos dėstymo mokykloje pagrindai.
3. Olweus D. (2011). Patyčios mokykloje. Vilnius: Alma littera, p. 136.
4. Degėšys L., Aškinytė R. (2000). Etika 7–9 klasėms, p. 98–100.
5. Filmas „Kas yra laimė jums?“. Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=f8l-1U-sQT4>.
6. Filmas „Neprižiūrima virtuali erdvė – ginklas vaiko rankose“. Interneto prieiga – https://www.youtube.com/watch?time_continue=7&v=9CccXEutlfc.
7. Filmas „Vienišas žmogus“. Interneto prieiga – <http://www.bernardinai.lt/tv/laida/170/vienisas-zmogus-trys-istorijos-apie-vienatve>.
8. Filmas apie Anatoliją. Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=-objjK5oO9-Y&t=18s>.
9. Filmas apie toleranciją (I dalis). Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=2i-Tlw45mVO4>.
10. Filmas „Ai ir Oi“. Interneto prieiga – <https://www.vaikams.lt/filmukai/ai-ir-oi.html>.
11. Flerx V. C., Limber S., Mullin N., Riese J., Snyder M., & Olweus D. (2009). Class meetings that matter: A year's worth of resources for Grades K5. Center City, MN: Hazelden.
12. Gailienė D., Bulotaitė L., Sturlienė N. (2008). Psichologija. Vadovėlis XI-XII klasėms.
13. Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės. (2014). Vilnius.
14. Interneto prieiga – <http://emapamokos.lt>.
15. Interneto prieiga – http://lt.wikipedia.org/wiki/Socialinis_vaidmuo.
16. Interneto prieiga – <http://pkg.lt/priemones/jausmu-leles-pirstines>.
17. Interneto prieiga – <http://santaros.lt/wp-content/uploads/2014/08/metodu-apras-ai-2010-04-01.pdf>.
18. Interneto prieiga – <http://www.citatos.com/tema/Paty%C4%8Dios/102>.
19. Interneto prieiga – <http://www.vaikulinija.lt/ieskantiems-pagalbos/tevams/naudinga-informacija/mama-nebusiu-skundikas/?preview=1#sidebar>.
20. Interneto prieiga – <https://mokslai.lt/referatai/psichologija/zaidimai-emociju-reiskimo-ir-valdymo-igudziams-lavinti.html>.
21. Interneto prieiga – https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/7_moku_bendrauti_be_patyciu.pdf.
22. Filmas „Tu esi gražus ir nuostabus žmogus! Niekada neliūdėk!“. Interneto prieiga – https://www.youtube.com/watch?time_continue=11&v=_4DNpfj7xi8.
23. Filmas „Tu prieš mane. Filmas apie patyčias“. Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=KdDP10GZOlc>.
24. Animacinis filmas „Meškėniukas“. Interneto prieiga – <https://www.vaikams.lt/filmukai/meskeniukas.html>.

25. Daina „Šypsenėlė“. Interneto prieiga – <https://www.vaikams.lt/karaoke/sypsenele.html>.
26. Jasiulionienė J. S., Povilaitis R., Mažionienė M., Suchodolska I. (2010). Kuriame klasę be patyčių: gairės klasių auklėtojams. Vaikų linija. Interneto prieiga – https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/kuriame_klase_be_patyciu.pdf.
27. Jekentaitė L., Sabaliauskaitė R. (2004). Žmogus tarp žmonių. Vadovėlis IX–X klasėms.
28. Lipman M. (2000). Liza. Etinis tyrimas. Vilnius: Kronta.
29. Lipman M. (1999). Liza. Vilnius: Kronta.
30. Lipman M. (1999). Visuomenės tyrimas. Vilnius: Kronta.
31. Mažionienė M., Povilaitis R., Suchodolska I. (2012). Elektroninės patyčios ir jų prevencija. Vilnius: Vilniaus m. savivaldybės visuomenės sveikatos biuras.
32. Pamokos plano skiltis *Pamokoje teikiama informacija* pagal D. Leigh (2006).
33. Gerrickens P. (2012). Grįžtamojo ryšio žaidimo vadovas. Švietimo mainų paramos fondas. Vilnius.
34. S. Čaplinskas, S. Kopyliova „Kelionė į Pasaką“. Čaplinskas S., Kopyliova S. (2007). Kelionė į Pasaką. Grupinių užsiėmimų vadovas.
35. Socialinių įgūdžių ugdymo vadovas. (2009). Vilnius.
36. Vaikų gyvenimo įgūdžių ugdymas. Metodinė medžiaga pedagogams, socialiniams pedagogams, socialiniams darbuotojams ir kitiems specialistams, dirbantiems su vaikais ir paaugliais. (2012). Vilnius.
37. Vaizdo medžiaga – Beata Tiškevič: „Stabdykime patyčias kartu!“ Interneto prieiga – <https://www.youtube.com/watch?v=W2jLqyWLEWs>.

Naudingos nuorodos

1. (Ne)praneštos patyčios – kaip paskatinti vaikus atsiverti ir gauti pagalbą? Interneto prieiga – http://epilietis.lrv.lt/uploads/epilietis/documents/files/2019_02_28%20Paty%C4%8Di%C5%B3%20diskusijos%20ataskaita%20-%20LT.pdf.
2. Assimopoulos H., Vassilakaki E., Yannakopoulou D., Papadoppoulou K., Fissas C., Hatzipemou T. (2010). Patyčių prevencija klasėje. Vadovas mokytojams. Interneto prieiga – https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/Patyciu_prevencija_klaseje_1.pdf.
3. Aušra Kurienė: jei patariame vaikui nekreipti dėmesio į patyčias, tik patvirtiname, kad jis vertas tokio elgesio (2016). Interneto prieiga – <http://www.bernardinai.lt/straipsnis/2016-04-25-ausra-kuriene-jei-patariame-vaikui-nekreipti-demesio-i-patycias-tik-patvir-tiname-kad-jis-vertas-tokio-elgesio/143498>.
4. Bendravimo ir bendradarbiavimo ugdymo metodika (2011). Interneto prieiga – http://www.esparama.lt/es_parama_pletra/failai/ESFproduktai/2011_Bendravimo_meno_ir_bendradarbiavimo_ugdymo_metodika_2.pdf.
5. Global kinds online. Interneto prieiga – <http://globalkidsonline.net/>.
6. How to Prevent and tackle bullying and school violence (2016). Interneto prieiga – <https://publications.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/a0d50f59-c046-11e6-a6db-01aa75ed71a1/language-en>.
7. Ignatavičiūtė A., Tomkuvienė R. Kas yra patyčios? Interneto prieiga – <https://www.sac.smm.lt/wp-content/uploads/2017/01/Kas-yra-patycios.pdf>.
8. J. Blanco (2013). Prašau, liaukitės iš manęs tyčiotis. Interneto prieiga – <https://www.vaga.lt/files/pdf/7502324.pdf>.
9. Jasiulionienė J. S., Mažionienė M., Suchodolska I., Povilaitis R. (2011). Kaip galiu padėti savo vaikui. Atsakymai į tėvų klausimus apie patyčias tarp vaikų. Interneto prieiga – http://www.vaikulinija.lt/media/filer_public/58/d6/58d67116-9e7a-448f-8ba3-b78b-1c78e5f4/kaip_galiu_padeti_savo_vaikui.pdf.
10. Jasiulionienė J. S., Povilaitis R., Mažionienė M., Suchodolska I. (2010). Gairės klasių auklėtojams. Interneto prieiga – https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/kuriam_klase_be_patyciu.pdf.
11. Kaip atpažinti patyčias (testas moksleiviams). Interneto prieiga – <http://uzsaugialietuva.lt/testas/apie-projekta>.
12. Kaunaitė U. (2016). Laiškas Elzei. Vilnius: Alma littera.
13. Mažionienė M., Povilaitis R., Suchodolska I. (2012). Elektroninės patyčios ir jų prevencija. Medžiaga laisvai prieinama internete, paieškoje įvedus pavadinimą.
14. Metodinė medžiaga. Interneto prieiga – <https://www.bepatyciu.lt/kampanija-be-patyciu/metodine-medziaga/>.
15. Nematomos patyčios: tyrimo Lietuvos mokyklose rezultatai ir rekomendacijos (2015). Interneto prieiga – <http://www.lgl.lt/assets/Patyciu-leidinys-internet.pdf>.
16. Patyčių muziejus. Interneto prieiga – <http://www.patyciumuziejus.lt/#>.
17. Povilaitis R., Jasiulionė J. S. (2008). Mokykla gali įveikti patyčias. Rekomendacijos mokytojams. Interneto prieiga – https://www.bepatyciu.lt/media/files/downloadable/6_mokykla_gali_iveikti_patycias.pdf.

18. Reagavimo į patyčias mokykloje rekomendacijos. Interneto prieiga – [https://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/REAGAVIMO%20%C4%AF%20PATY%C4%8CIAS%20MOKYKLOJE%20rekomendacijos_\(VAIK%C5%B2%20LINIJA\).pdf](https://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/REAGAVIMO%20%C4%AF%20PATY%C4%8CIAS%20MOKYKLOJE%20rekomendacijos_(VAIK%C5%B2%20LINIJA).pdf).
19. Interneto prieiga – <http://www.disabuse.eu/resources2>.
20. Sinkevič R., Jundo A. (2013). Mokomoji programa „Gyvenkime draugiškai“. Medžiaga laisvai prieinama internete, paieškoje įvedus pavadinimą.
21. Socialinės kompetencijos ugdymo ir motyvavimo darbui programa. Interneto prieiga – http://www.esparama.lt/es_parama_pletra/filai/ESFproduktai/2009_skatinimo_dirbti_programa.pdf.
22. The Bullying-Free NZ School Framework. Interneto prieiga – <https://www.bullyingfree.nz/preventing-bullying/the-nine-elements-of-an-effective-whole-school-approach-to-preventing-and-responding-to-bullying/>.
23. Touch community services. Interneto prieiga – <https://www.touch.org.sg/about-touch/our-services/touch-cyber-wellness-homepage>.
24. Rekomenduojami filmai ir vaizdo medžiaga:
 - A. „Patyčios“ („Bully“, 2012).
 - B. „Pykšt pokšt tu negyvas“ („Bang Bang You’re Dead“, 2002).
 - C. „Atkirtis“ („Whiplash“, 2014).
 - D. Pasakojimai apie kitokius žmones (trumpametražiai filmai). Interneto prieiga – <https://korsigita.wordpress.com/2017/11/03/pasakojimai-apie-kitokius-zmones/>.
25. Mokomieji filmai mokytojams:
 - A. „Ką sako mokytojo kūno kalba“. Interneto prieiga – <http://mokytojt看.blogspot.com/2014/10/mokomasis-filmas-ka-sako-mokytojo-kuno.html>.
 - B. „Mokytojai ir konfliktai“. Interneto prieiga – <http://mokytojt看.blogspot.com/2014/10/mokomasis-filmas-mokytojai-ir-konfliktai.html>.
 - C. „Kaip atpažinti patyčias?“ Interneto prieiga – <http://mokytojt看.blogspot.com/2014/10/mokomasis-filmas-kaip-atpazinti-patycias.html>.
 - D. Mokytojo TV filmai patyčių prevencijos tema. Interneto prieiga – <http://mokytojt看.blogspot.lt/search/label/Patyčių%20prevencija>.
 - E. „Gerumo stebuklas“ („Wonder“, 2017). Filmą rekomenduojamas 4–5 klasių mokiniams.