

ŽMOGAUS SAUGOS BENDROJI PROGRAMA

I. SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Žmogaus saugos bendroji programa gimnazijoje:
 - 1.1. II klasių Žmogaus saugos bendroji programa buvo įgyvendinama I-ose gimnazijos klasėse skiriant 0,5 valandos Žmogaus saugos dalykui I/II pusemetyje (iš viso 18,5 val.);
 - 1.2. IV gimnazijos klasėse integruojant Žmogaus saugos temas į mokomųjų dalykų turinį (iš viso 17,5 val.).
2. Žmogaus saugos ugdymo tikslas – sudaryti sąlygas mokiniams įgyti žmogaus įvairiapusės saugos ir asmeninės kompetencijos pagrindus. Siekiama, kad mokiniai išsiugdytų saugos kultūrą propaguojančias vertybines nuostatas ir atsakingą elgesį, aktyviai rūpintųsi savo ir kitų saugiu gyvenimu.
3. Žmogaus saugos ugdymo uždaviniai:
 - 3.1. suvokti žmogaus saugos svarbą ir saugaus elgesio principus;
 - 3.2. ugdytis tvirtus savisaugos, situacijos vertinimo ir elgesio juse bei pagalbos kitam gebėjimus;
 - 3.3. psichologiškai pasirengti tinkamai elgtis pavojingose situacijose;
 - 3.4. gebėti rasti reikalingos ir patikimos informacijos apie žmogaus saugą, priemones ir paslaugas;
 - 3.5. atpažinti ir vertinti svarbiausius pavojus buityje ir gamtoje, žinoti, kaip jų išvengti arba juos sumažinti; suvokti kelių eismo aplinką ir joje egzistuojančią tvarką, numatyti ir atpažinti eismo aplinkos grėsmes, eismo įvykių priežastis ir pasekmes, taikyti žinomus saugaus eismo modelius, naudotis pagrindinėmis saugaus eismo įgyvendinimo strategijomis ir būdais;
 - 3.6. tinkamai elgtis ir išvengti pavojaus gyvybei ir sveikatai gresiant ekstremaliajai situacijai, jai susidarius ir pasibaigus;
 - 3.7. tinkamai elgtis ir suteikti pirmąją pagalbą ištikus nelaimei.

II. SKYRIUS ŽMOGAUS SAUGOS INTEGRAVIMAS Į MOKOMŪJŲ DALYKŲ TURINĮ

IV klasės
Dorinis ugdymas
1.Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. 2.Saugi ir darni aplinka sau, šeimai, bendruomenei ir gyvūnams. 3.Atsakingas ir kompetentingas elgesys eismo aplinkoje.
Biologija
4.Užkrečiamos ligos, kurios gali būti panaudojamos kaip biologinis ginklas. Bioterrorizmo galimybė. Įtartinos pašto siuntos. Veiksmai gavus (radus) įtartiną laišką ar paketą, informaciją apie paplitusią biologinę taršą. 5.Pirmoji pagalba. Pirmosios pagalbos veiksmai esant skirtingiems sužeidimams ir traumoms. 6.Gelbėjimo įgūdžiai avarinėje situacijoje: pagalba esant stipriam kraujavimui, šokui, apsinuodijimui. Gaivinimas laukiant gydytojo, dirbtinis kvėpavimas.

Chemija
<p>7. Gaisrai. Gaisrų gesinimas: pirminės gaisro gesinimo priemonės, ugnies gesintuvai. Gesinimo principai.</p> <p>8. Ekologinio pobūdžio ekstremalios situacijos: oro užterštumas, vandens užterštumas, dirvožemio, grunto užterštumas, aplinkai padarytas poveikis.</p> <p>9. Globalinės grėsmės ekologiniam saugumui: ozono sluoksnio plonėjimas, šiltnamio efektas, rūgštieji lietūs.</p> <p>10. Cheminių medžiagų paplitimas aplinkoje. Veiksmai pasklidus cheminėms medžiagoms: apsinuodijus, siekiant išvengti apsinuodijimų, kenksmingų medžiagų patekimo į žmogaus organizmą.</p> <p>11. Civilinė sauga. Civilinės saugos veiklos. Gyventojų apsauga: kolektyvinė gyventojų apsauga, asmeninė gyventojų apsauga. Evakavimas.</p>
Fizika
<p>12. Atominės energetikos objektai . Radioaktyvių dalelių poveikis gyviesiems organizmams ir gamtinei aplinkai.</p> <p>13. Ekologinio pobūdžio ekstremalioji situacija: branduolinė avarija, radiologinė avarija.</p> <p>14. Techninio pobūdžio ekstremaliųjų situacijų priežastys. Gyventojų apsaugos nuo radiacinės taršos veiksmai, jodo profilaktika.</p>
Socialiniai mokslai
<p>15. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos. Ryškūs klimatinių sąlygų pakitimai, sukeltys stichines nelaimes, masinius miškų ir durpynų gaisrus, geologiškai pavojingus reiškinius, ypač pavojingas arba masines epidemijas, epizootijas, epifitotijas (geografija).</p> <p>16. Saugaus elgesio principai artėjant pavojingam gamtiniam reiškiniui ir jo metu esant uždaroje, atvirose vietovėse (geografija).</p> <p>17. Socialinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos : terorizmas, masinis naikinimo ginklas, spūstis minioje, riaušės (istorija).</p>
Informacinės technologijos
<p>18. Socialinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos. Kibernetinis saugumas.</p>

SVEIKATOS IR LYTIŠKUMO UGDYMO BEI RENGIMO ŠEIMAI PROGRAMA

1. Sveikatos ugdymo tikslas – padėti mokiniams įgyti visuminę sveikatos sampratą, išsiugdyti sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius bei nuostatas, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti juos rinktis sveiką gyvenimo būdą.

2. Sveikatos ugdymo uždaviniai.

3. Žinoti ir suprasti:

3.1. sveikatą kaip dvasinio prado persmelktą psichinės, fizinės, socialinės sričių, glaudžiai tarpusavyje susijusių, visumą;

3.2. pagrindinius sveikos gyvensenos principus;

3.3. fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, veiklos ir poilsio derinimo, asmens ir aplinkos švaros svarbą sveikatai ir gyvenimo kokybei;

3.4. pozityvaus mąstymo, savivertės, emocijų ir jausmų darnos reikšmę sveikatai ir gerovei;

3.5. socialinių veiksnių, tarpasmeninių santykių, lyties ir šeimos vaidmenį, pagalbos kitam esmę ir svarbą socialinei sveikatai.

4. Gebėti:

4.1. teigiamai vertinti save, pozityviai mąstyti, kontroliuoti emocijas, priimti palankiausius racionalius sprendimus savo, artimųjų, bendruomenės sveikatai ir gerovei;

4.2. mankštintis ir praktikuoti įvairias kitas fizinio aktyvumo formas, sveikai maitintis, laikytis darbo ir poilsio ritmo, asmens ir aplinkos švaros;

5. Surasti, pasirinkti ir pritaikyti patikimą informaciją, priemones ir paslaugas sveikatai saugoti bei stiprinti; kritiškai vertinti šeimos, bendraamžių, medių, technologijų, kultūros įtaką sveikai gyvensenai, atsispirti neigiamam socialiniam spaudimui;

6. Pasinaudoti savo fizinėmis, psichinėmis, dvasinėmis galiomis sveikatai palankiai aplinkai kurti; išsikelti trumpalaikius ir ilgalaikius sveikatos saugojimo ir stiprinimo tikslus.

1 lentelė

II klasė	IV klasė
<p>Tabakas. Analizuoti rūkymo pasekmes fizinei ir psichinei sveikatai. Ugdyti teigiamą požiūrį į nerūkantį asmenį, stiprinti nuostatą – nerūkyti (biologija, dorinis ugdymas).</p> <p>Atsakomybė už savo santykius. Pagrįsti šeimos sukūrimo svarbą asmens gyvenimui ir visuomenės ateičiai (dorinis ugdymas, pilietinis ugdymas, klasės valandėlės).</p>	<p>Kokią įtaką asmenybės dorinei raidai turi vaikų ir tėvų santykiai?</p> <p>Tėvų ir vaikų santykiai.</p> <p>Kuo grindžiama pagarbos tėvams nuostata? Šiuolaikinės šeimos modelis.</p> <p>Kuo grindžiami moters ir vyro įvaizdžiai? Moters ir vyro įvaizdžiai žiniasklaidoje ir kine.</p> <p>Vyro ir moters santykių problemos. Svarstyti ir interpretuoti įvairias šeimos sampratas, suprasti šeimos formų įvairovę. Žinoti įvairių sričių moksliniuose darbuose pateikiamas šeimos sampratas. Suprasti ne tik etinį, bet ir esminį požiūrį į šeimą. Mokėti apibūdinti įvairias šeimos formas. Žinoti, kas yra branduolio tipo, išplėstinė ir nepilna šeima. Analizuoti šeimos instituciją kultūros, valstybės ir visuomenės kontekste. Aptarti, kas yra tradicinė lietuvių šeima, lyginti jos bruožus su dabartine šeimos samprata. Argumentuoti, kodėl šeima yra vertybė. Gebėti formuluoti ir pagrįsti savo individualų požiūrį į</p>

	šėimos instituciją. Suprasti šėimos kaip pagrindinio socializacijos instituto reikšmę. Analizuoti vyro ir moters, tėvų ir vaikų 23 santykius, jų įtaką darniam šėimos funkcionavimui. Suprasti šėimos santykius kaip kintamą procesą, reikalingą visų šėimos narių pastangų ir kūrybingumo. Paaiškinti tėvų ir vaikų santykių problemas, jų priežastis ir įveikimo būdus (dorinis ugdymas, psichologija, klasės valandėlės).
II klasė	IV klasė
Taisyklinga laikysena. Ugdyti įprotį kasdien mankštintis. Paaiškinti taisyklingos laikysenos principus, poveikį sveikatai ir laikysenos lavinimo būdus. Taisyklingai atlikti pratimus laikysenai koreguoti, ugdyti įprotį taisyklingai sėdėti, stovėti, judėti (fizinis ugdymas, biologija).	Fizinis aktyvumas. Taisyklinga laikysena, kvėpavimas. Išmanyti fizinių ypatybių lavinimo pagrindinius principus, būdus, ypatumus. Apibūdinti kelias veiksmingas pratimų sistemas, leidžiančias darniai lavinti kūną. Turi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti (taisyklingai atlikti pratimus laikysenai). Išmanyti taisyklingo kvėpavimo principus ir kvėpavimo poveikį sveikatai (fizinis ugdymas).
II klasė	IV klasė
Genetiškai modifikuoti organizmai. Diskutuoti apie genetiškai modifikuotų organizmų poveikį sveikatai (biologija).	Sveikos mitybos principai ir taisyklės. Analizuoti mitybos poveikį fiziniam aktyvumui, sporto pasiekimams, nėštumui, vaisiaus vystymuisi. Argumentuotai paaiškinti, kuo remdamasis sudaro savo maitinimosi planą, koks maistas ir jo kiekis reikalingas tam tikro amžiaus, fiziškai aktyviam ir fiziškai pasyviai žmogui (biologija).
II klasė	IV klasė
Mokinių veiklos ir poilsio režimas. Išanalizuoti racionalios dienotvarkės reikšmę gerai savijautai (klasės valandėlės)	Psichohigiena. Pagrįsti poilsio svarbą psichinei sveikatai ir protiniam darbingumui, aptarti įvairius atsipalaidavimo ir poilsio būdus, pasiūlyti juos išbandyti ir aptarti jų asmeninį poveikį (psichologija, klasės valandėlės).
II klasė	IV klasė
Švaros ir aplinkos įtaka sveikatai. Užkrečiamųjų ligų prevencija (VSPS, biologija). Globalizacijos procesai. Ekologinės problemos. Analizuoti įvairius globalių problemų aspektus ir požiūrius (pvz. aplinkos užterštumo ir kt.) (dorinis ugdymas, biologija).	Gyvoji aplinka ir industrinė kultūra. Apmąstyti, kad asmens būtis prasinga, jei žmogus gyvena palikdamas teigiamą pėdsaką aplinkoje. Rūpintis aplinkosauga (dorinis ugdymas, biologija).
II klasė	IV klasė
Vyriškumas ir moteriškumas. Suvokti lytiškumo raišką, paaiškinti vyriškumo ir moteriškumo sampratą (dorinis ugdymas). Lytiniu keliu plintančių ligų prevencija (VSPS, biologija).	Žmogaus gemalo ir vaisiaus vystymasis. Žalingų veiksnių poveikis žmogaus gemalo ir vaisiaus raidai. Nusakyti nėščios moters fizinius ir psichikos pokyčius, diskutuoti apie besilaukiančios gyvenimo būdą, būsimo tėvo vaidmenį. Įvardinti priešlaikinio gimdymo priežastis, gimdymo požymius, gimdymo eigą (biologija).

	<p>Nevaisingumas ir šeimos planavimas. Diskutuoti apie nevaisingumo priežastis, nurodyti šios problemos sprendimo būdus, jų pranašumus ir trūkumus (biologija).</p> <p>Šiuolaikinės šeimos modelis. Auklėjimas. Palyginti reprodukcinę ir ugdomąją šeimos funkcijas. Paaiškinti sąmoningos motinystės ir tėvystės svarbą. Aptarti ir įvertinti šeimos funkcijas šeimos narių poreikių tenkinimo ir vaidmenų atlikimo aspektais(dorinis ugdymas).</p>
II klasė	IV klasė
<p>Psichiką veikiančios medžiagos. Padėti apmąstyti ir kritiškai įvertinti psichoaktyvių medžiagų vartojimą skatinančius veiksnius ir vartojimo pasekmes (dorinis ugdymas).</p> <p>Tapatumo paieška. Asmenybės savastis ir tapsmas. Profesinė veikla kaip savikūra. Pažinti savo galimybes renkantis pašaukimą ir profesinę veiklą, interpretuoti ją kaip savikūrą. Įvertinti, kokią įtaką man daro autoritetai ir kiek stengiuosi būti autoritetas kitiems (dorinis ugdymas)</p>	<p>Psichiką veikiančios medžiagos. Padėti apmąstyti ir kritiškai įvertinti psichoaktyvių medžiagų vartojimą skatinančius veiksnius ir vartojimo pasekmes (dorinis ugdymas).</p> <p>Požiūris į žmogaus egzistenciją. Egzistencinis nerimas. Gerbti save ir pasitikėti savimi; vertinti save kaip asmenybę (dorinis ugdymas).</p>
II klasė	IV klasė
<p>Vienatvė ar vienišumas. Pozityviai vertinti vienatvę kaip žmogaus egzistencinę ir kartais pasirinktą būseną. Suprasti, kad vienatvė yra pozityvi egzistencinė ir kartais pasirinkta būseną, o vienišumas – neigiama psichologinė žmogaus būseną. Analizuoti vienišumo priežastis, ieškoti išeities iš šios būsenos (dorinis ugdymas, klasės valandėlė)</p>	<p>Emocijos ir jausmai. Suprasti emocijų funkcijas, gebėti atpažinti jas bei reikšti tinkamais būdais. (psichologija).</p>
II klasė	IV klasė
<p>Tapatumo paieška, Asmenybės savastis ir tapsmas. Gyventi sąžiningai. Analizuoti pamatinius asmens poreikius saugumo, priklausomybės, savigarbos, saviraiškos, prasmės ir tikslų siekimo požiūriu (dorinis ugdymas)</p>	<p>Savigarba. Asmens poreikiai. Saviraiška (dorinis ugdymas, psichologija).</p>
II klasė	IV klasė
<p>Gebėjimai, troškimai ir galimybės. Kelti ir apmąstyti savęs įprasminimo klausimą profesinės veiklos srityje. Adekvačiai suvokti savo galimybes ir norų ribas, juos derinti (dorinis ugdymas).</p>	<p>Savirealizacija. Gyvenimo planai. Nauji iššūkiai. Svarsto, kaip nauji iššūkiai ateityje bus naudingi jo asmenybės tobulėjimui. Nusako savo gyvenimo planus, numatomą savirealizacijos perspektyvą. Paaiškina, kad norint ko nors pasiekti, svarbu priimti iššūkius, išdrįsti „išeiti iš komforto zonos“(dorinis ugdymas).</p>
II klasė	IV klasė

<p>Šeimos ir draugų vaidmuo mano gyvenime. Analizuoti santykius šeimoje: mitai ir realybė. Draugų lūkesčiai ir draugystės motyvai.</p> <p>Atjauta. Pagalba kitiems. Savanorystė. Nurodyti, kad kiekvienas žmogus turi rūpintis ne vien savo, bet ir greta esančiųjų gerove. Aptarti būdus, kaip galima atjausti, padėti kitiems. Paaiškinti, kodėl aukojimasis, donorystė, savanoriavimas yra prasmingi žmogui ir kuo yra svarbūs visuomenės gerovei (dorinis ugdymas).</p>	<p>Socialiniai santykiai, jų raida. Suprasti santykius kaip procesą, gebėti juos analizuoti, pastebėti santykius stiprinančius ir ardančius faktorius, suprasti baimes, trukdančias užmegzti artimus santykius su kitu žmogumi, atsiverti jam. Formuoti atsakingą požiūrį į santykių išlaikymą, lygiavertiškų santykių svarbą. (psichologija)</p>
<p>II klasė</p>	<p>IV klasė</p>
<p>Pareiga sau. Atsakomybė už savo santykius. Paaiškinti galimas psichologines savižudybės grėsmės priežastis ir žinoti, kur kreiptis pagalbos siekiant jos prevencijos. Numatyti, kaip mano santykius su kitu gali paveikti pavydas, neapykanta, bendraamžių spaudimas, seksualinis priekabiavimas, pasidavimas reikalavimui užmegzti intymius santykius, tėvų kritika ir kt. (dorinis ugdymas, klasės valandėlė).</p> <p>Gyvenimas be žalingų įpročių.</p> <p>Interneto nauda ir grėsmė, Priklausomybė nuo interneto. Paaiškinti, kaip modernios IKT priemonės keičia žmonių bendravimą šiuolaikiniame pasaulyje. Žinoti bendravimo internete priemonių naudojimo tikslus ir problemas. Įvertinti bendravimo internete priemonių teikiamas galimybes – naudą ir grėsmes. Pranešti apie aptiktą žalingą informaciją internete (pornografinio, pedofilinio, rasinę ir tautinę nesantaiką, smurtą ar patyčias kurstančio pobūdžio). Laikytis „saugesnio interneto“ taisyklių (dorinis ugdymas, klasės valandėlė)</p>	<p>Stresas ir egzaminų baimė. Suprasti stresą didinančius faktorius, gebėti juos valdyti. Žinoti veiksmingus ir žalingus streso mažinimo būdus, gebėti pasirinkti asmeniškai veiksmingiausius. Žinoti pagalbos galimybes, jei streso valdymo būdai neveiksmingi (psichologija).</p>

ALKOHOLIO, TABAKO IR KITŲ PSICHIKĄ VEIKIANČIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMO PREVENCIJOS PROGRAMA

1. Programos tikslas – ugdyti asmenį, motyvuotą sveikai gyventi, nevartoti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų.

2. Programos uždaviniai:

2.1. Siekti, kad ugdytiniai suprastų neigiamą alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo poveikį žmogaus sveikatai ir visuomenei;

2.2. Skatinti sveiko, turiningo gyvenimo nuostatų ir įgūdžių ugdymąsi;

2.3. Ugdyti gebėjimus, skatinančius atsisakyti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų, prireikus kreiptis pagalbos ir konstruktyviai spręsti problemas;

2.4. Ugdyti kritinį mąstymą, atsakomybę už savo veiksmus ir elgesį;

2.5. Suteikti informacijos apie prevencinės, medicininės, psichologinės, socialinės, teisinės pagalbos galimybes ir institucijas, skatinti ugdytinių gebėjimą kreiptis pagalbos.

2 lentelė

Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programos integravimas į ugdymo turinį	
II klasė	IV klasė
Dorinis ugdymas	
Gyventi be žalingų įpročių. Ugdomas teigiamas požiūris į nevartojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį. Atsakomybė už savo santykius. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata.	Egzistencinis nerimas. Ugdoma nuostata vengti pačiam ir padėti kitiems išvengti psichiką veikiančių medžiagų vartojimo rizikos.
Chemija	
II klasė	IV klasė
Rūkaluose esančios medžiagos, jų savybės. Alkoholis, jo savybės. Šių medžiagų poveikis. Skatinama nuostata rūpintis savo, draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata.	Psichiką veikiančios medžiagos. Jų rūšys, poveikis (sveikatai, vaisiui). Formuojamas neigiamas požiūris į psichiką veikiančių medžiagų vartojimą, platinimą ir eksperimentavimą jomis.
Biologija	
II klasė	IV klasė
Rūkymo, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų poveikis fizinei ir psichinei sveikatai. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata. Stiprinama nuostata nerūkyti, nevartoti alkoholinių gėrimų. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkantį, nevartojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį, blaivų gyvenimo būdą. Ugdomas atsakingumas už savo ir draugų, šeimos narių elgesį, gebėjimas diskutuoti žalingų įpročių prevencijos klausimais.	Žalingų veiksnių poveikis žmogaus gemalo ir vaisiaus raidai. Ugdomas atsakingumas už savo elgesį.
Istorija, pilietinis ugdymas	
II klasė	IV klasė

<p>Sovietinės Lietuvos visuomenės kasdienybė. Ugdomas kritiškas požiūris į tabako ir svaiginamų gėrimų vartojimą Sovietų Lietuvos visuomenėje.</p>	<p>Alkoholio gamyba, prekyba ir vartojimas Lietuvos Didžiojoje Kunigaikštystėje. Ugdomas supratimas apie gėrimo kultūros raidą Lietuvoje. Blaivybės sąjūdis XIX a. vidurio Lietuvoje. Formuojamos blaivybės ir saikingo alkoholio vartojimo nuostatos. Sovietinės Lietuvos visuomenės kasdienybė. Ugdomas kritiškas požiūris į tabako ir svaiginamų gėrimų vartojimą Sovietų Lietuvos visuomenėje. Alkoholis ir karjera. Socialiniai piktnaudžiavimo alkoholiu padariniai.</p>
Fizinis ugdymas	
II klasė	IV klasė
<p>Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą.</p>	<p>Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą</p>
Klasės valandėlė	
II klasė	IV klasė
<p>Psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos būdai. Susiformuoja aktyvią poziciją prieš psichiką veikiančių medžiagų vartojimą ir aktyviai reiškia savo nuomonę šiuo klausimu, vertina nevirtojančiojo psichiką veikiančių medžiagų asmenybės įvaizdį, pagal galimybes dalyvauja prevencijos veikloje.</p>	<p>Nacionalinės ir globalinės kovos prieš tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo tendencijos. Teisės aktų nuostatos, reglamentuojančios šių medžiagų kontrolę ir teisės pažeidimų atsakomybę.</p>

LAISVĖS IR PASIPRIEŠINIMO KOVŲ ISTORIJOS PROGRAMA

I SKYRIUS

PROGRAMOS PASKIRTIS IR TIKSLAI

1. Programos paskirtis:
 - 1.1. atskleisti svarbiausius Lietuvos laisvės ir pasipriešinimo istorijos bruožus;
 - 1.2. parodyti ryškiausias Lietuvos laisvės ir pasipriešinimo kovų judėjimo asmenybes ir jų didvyriškumą;
 - 1.3. išryškinti Lietuvos piliečių siekius nuo išorinės agresijos visomis priemonėmis apginti pilietines ir politines vertybes, pastangas išlaikyti valstybingumo tradicijas ir atkurti Lietuvos nepriklausomybę.
2. Laisvės ir pasipriešinimo istorijos pamokos turi padėti:
 - 2.1. ugdyti mokinių pagarbą savo krašto praeičiai, tautinėms tradicijoms, Tėvynei ir jos gynėjams;
 - 2.2. žadinti norą plačiau domėtis Lietuvos istorijos įvykiais bei asmenybių veikla, kurią liudija sukilimų dalyvių, partizanų ir tremtinių, disidentų prisiminimai bei susijusių dokumentinę, ikonografinę ir kt. medžiagą.
3. Siektina, kad mokiniai suvoktų:
 - 3.1. tautos ir asmens vaidmenį pasipriešinimo laikotarpiais;
 - 3.2. asmeninę atsakomybę už nepriklausomybės, demokratijos puoselėjimą bei išsaugojimą.
4. Pagrindiniai pasipriešinimo istorijos mokymo pagal šią programą principai:
 - 4.1. įvykių ir faktų pateikimo objektyvumas, paliekant mokiniams teisę formuluoti savo vertinimus ir išvadas;
 - 4.2. ypatingas dėmesys nagrinėjamų laikotarpių šaltiniams;
 - 4.3. sukilimų dalyvių, partizanų, disidentų ir kitų iškilų asmenybių gyvenimo ir veiklos nagrinėjimas.
5. Siektina, kad mokiniai individualiai ar organizuotai būtų:
 - 5.1. susipažinę su savo šeimos ar giminės istorija, žinotų, kas iš jo artimųjų susiję su rezistencija, laisvės kovomis, tremtimi;
 - 5.2. žinotų ir būtų aplankę gyvenamoje vietovėje esančias rezistencinės atminties vietas (kovų vietas, partizanų slėptuves, kapines, paminklus, muziejus ir kt.);
 - 5.3. perskaitę kelias mokslinės, memuarinės ar grožinės literatūros knygas rezistencine tema;

II SKYRIUS

PAGRINDINĖS PROGRAMOS TEMOS

6. Įvadinė dalis. Pasipriešinimo istorijos mokymo(si) prasmė ir tikslingumas. Programos dėstymo tikslai ir uždaviniai. Laisvės kovų sąvoka. Rezistencijos termino apibrėžtis ir samprata. Laisvės kovų ir pasipriešinimo istorijos šaltiniai ir tyrinėjimai. Pasipriešinimo istorijos paveldas. Laisvės kovų ir pasipriešinimo istorijos įamžinimas: muziejai, atmintinos vietos, paminklai.
7. Radvilų giminės indėlis į LDK valstybinio savarankiškumo gynimą ir interesų atstovavimą XVI - XVIII amžiuje. Mikalojus Radvila Rudasis. Mikalojus Radvila Juodasis. Jonušas Radvila ir kt.
8. 1794 m. sukilimas. Vilniaus tautinė gvardija. Paskutinis LDK kariuomenės mūšis.
9. Ginkluotas ir neginkluotas pasipriešinimas Lietuvoje Rusijos imperijos laikais. 1830-1831m.ir 1863 -1864 m. sukilimai: pagrindiniai mūšiai ir kovos taktika. Neginkluotas pasipriešinimas: knygnešiai ir „vargo mokyklos“, kova dėl religinės laisvės. Lietuvių pasipriešinimo veiksmai 1905 -1907 metų įvykiuose.

10. Nepriklausomybės kovos 1919 - 1920 m. Partizanų kova su bolševikais. Lietuvos karių didvyriškumo pavyzdžiai.

11. Lietuva Antrojo pasaulinio karo metais. 1941 m, birželio sukilimas. Antinacinė rezistencija. Vietinės rinktinės kovos.

12. Lietuvos laisvės kovos (1944 –1953 m.)

12.1. Laisvės kovų raida ir etapai. Partizanų kovų priežastys. Kovos tikslai. Partizanavimo motyvų įvairovė. Pirmieji partizanų būriai ir kovos taktika. Provokatoriai ir agentai smogikai. Vyriausios karinės ir politinės vadovybės kūrimas ir partizanų struktūrų centralizacija. Lietuvos laisvės kovos sąjūdžio sukūrimas.

12.2. Partizanų informacinė kova. Periodinės spaudos leidimas ir platinimas. Leidinių tematika.

12.3. Vyriausios karinės ir politinės vadovybės kūrimas ir partizanų struktūrų centralizacija. Ryšiai su Vakarais. Bendrų veiksmų su užsienio lietuviais. Lietuvos tikinčiųjų laiškas popiežiui Pijui XII. Represinių organų veikla. Stribai. Partizanų suėmimai, tardymai

12.4. Partizanų gyvenimas ir laisvalaikis. Partizanų butis. Bunkeriai ir slėptuvės. Tarpusavio santykiai. Drausmė. Dvasinis pasaulis ir kūryba. Tautinės ir religinės šventės. Partizaninis judėjimas tautos sąmonėje ir liaudies kūryboje. Partizanų artimųjų persekiojimai, tardymai, kalinimas ir trėmimai.

12.5. Partizanų vadai ir svarbiausi jų veiklos bruožai. Žymiausi partizanų vadai: Juozas Lukša - Skrajūnas, Daumantas ir kt., Jonas Noreika -Generolas Vėtra, Adolfas Ramanauskas - Vanagas, Kazys Veverskis - Senis, Juozas Vitkus - Kazimieraitis, Jonas Žemaitis - Vytautas ir kt.

12.6. Partizaninio karo pabaiga. Lietuvos pokario ir pasipriešinimo istorijos vertinimas po atkūrus Nepriklausomybę. Požiūrių ir argumentų skirtumai. Istorinė atmintis.

13. Lietuvių neginkluotas pasipriešinimas ir disidentinė veikla (1953 - 1987 m.)

13.1. Pilietinis nepaklusnumas ir antisovietinės akcijos (atsisakymas kalbėti rusiškai, dalyvauti sovietiniuose renginiuose, atsisakymas stoti į komjaunimą, spontaniškos manifestacijos, demonstracijos tautinės vėliavos iškėlimas, šūkių rašymas ir kt.).

13.2. Septintojo - aštuntojo dešimtmečių pagrindinės organizacijos (Lietuvos laisvės lyga,, Lietuvos Helsinkio grupė ir kt.). Nelegali spauda. .

13.3. Lietuvos katalikų bažnyčios pasipriešinimas sovietizacijai: Tikinčiųjų teisių gynimo komitetas ir nelegali spauda, vaikų katekizacija, bažnyčiose organizuojamos šventės(atlaidai Šiluvoje, Varduvoje (Žemaičių Kalvarijoje). Kryžių kalno lankymas ir puoselėjimas).

13.4. Žymiausi 1953 - 1987 m. disidentai, politiniai procesai, sąžinės ir politiniai kaliniai (P. Cidzikas, B. Gajauskas, kun. R. Grigas, V. Petkus, N. Sadūnaitė, J. Sasnauskas, V. Skuodis, kun. A. Svarinskas, kun. S. Tamkevičius, A. Terleckas, kun. J. Zdebskis ir kt.).

III SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

14. Laisvės ir pasipriešinimo kovų istorijos programa įgyvendinama per pilietiškumo pagrindų pamokas I-II gimnazijos klasėse.

ETNINĖS KULTŪROS PROGRAMA

1. Etninės kultūros ugdymo tikslas – padėti mokiniams ugdyti tautinį tapatumą ir etnokultūrinį raštingumą, pažinti ir vertinti savo tautos ir Lietuvos tradicinę kultūrą, suprasti jos gyvybingumą ir nuolatinį atsinaujinimą, sąsajas ir skirtumus su kitomis kultūromis, suvokti save kaip tos kultūros puoselėtoją, ugdyti pasididžiavimą ja ir pagarbą kitoms kultūroms.

2. Etninė kultūra gimnazijoje ugdoma:

2.1. integruojant etninę kultūrą į įvairių mokomųjų dalykų turinį bei projektinę veiklą;

2.2. rengiant gyvosios tradicijos renginius – kalendorines ir kitas šventes;

2.3. organizuojant neformalųjį švietimą;

2.4. įvairiomis formomis ir būdais integruojant į gimnazijos bendruomenės gyvenimą, socialinę veiklą.

ETNINĖS KULTŪROS INTEGRAVIMAS Į MOKOMŪJŲ DALYKŲ TURINĮ

3 lentelė

Dorinis ugdymas	
II klasė	IV klasė
Etninės kultūros samprata.	Etninės kultūros samprata ir reikšmė Lietuvos, Europos ir pasaulio kontekste remiantis įvairių amžių ir šiuolaikinių mąstytojų filosofiniais požiūriais.
Lietuvių kalba ir literatūra	
II klasė	IV klasė
Lietuvių kalbos tarnės.	Archetipinės pasaulėjautos aktualizavimas S. Parulskio ir M. Martinaičio eseistikoje ir poezijoje.
Anglų kalba	
II klasė	IV klasė
Kalendorinės šventės ir papročiai: Kūčios ir Kalėdos Lietuvoje, Jungtinėje Karalystėje ir Amerikoje (šventės ištakos, tarpkultūriniai panašumai ir skirtumai)	Žmogaus gyvenimo ciklas, svarbiausi jo tarpniai ir apeigos (tarpkultūriniai panašumai ir skirtumai)
Vokiečių kalba	
II klasė	IV klasė
Tauta. Kalendoriniai papročiai. Tradiciniai amatai ir verslai. Elgesys ir vertybės.	Žmogaus gyvenimo ciklas, svarbiausi jo tarpniai. Ižymūs Vokietijos ir Lietuvos žmonės. Tauta. Maitinimosi ir sveikatos tausojimo papročiai, kulinarinis paveldas. Jaunimo laisvalaikis, kasdienybė, dvasinės vertybės. Praeitis iš arčiau
Rusų kalba	
II klasė	IV klasė
Suvenyrai. Rusiški ir lietuviški suvenyrai. Valstybės simbolika. Lietuvos ir Rusijos valstybių simbolika. Ižymūs Rusijos ir Lietuvos žmonės.	Kuo įdomi Lietuva. Poilsis Lietuvos nacionaliniuose parkuose. Tradicinės šventės. Joninės.
Prancūzų kalba	

II klasė	IV klasė
Tradiciniai patiekalai. Šventės Lietuvoje ir Prancūzijoje.	Tradiciniai patiekalai. Šventės Lietuvoje ir Prancūzijoje
Istorija, pilietinis ugdymas	
II klasė	IV klasė
Tradicinė pasaulėžiūra, mitologija, kalendorinės ir šeimyninės šventės ir jų atspindžiai šiandieninėje visuomenėje. Pagrindinių savo tautos kalendorinių švenčių lyginimas su kitų tautų šventėmis. Lietuvos miestų, miestelių ir kaimų kraštovaizdis .	Etninės kultūros paveldo tyrimų raida Lietuvoje.
Geografija	
II klasė	IV klasė
Lietuvos etnografiniai regionai.	Tautinės kultūros suvokimas ne tik kaip savitos, bet ir kaip daugialypės, paturtintos kaimyninių ir kitų tautų patirtimi kultūros.
Matematika	
II klasė	IV klasė
Matiniai skaičiai/skaičiavimo sistemų reikšmė, archajiškų kalendorių matavimų patirtis; liaudiški matai ir saikai.	
Biologija	
II klasė	IV klasė
Besikartojantys gyvosios ir negyvosios gamtos sezoniniai reiškiniai, žmogaus ir gamtos tarpusavio priklausomybė. Tradicinė virtuvė prieš GMO. Sveikos gyvensenos principai pagal Vydūną. Senovės ir šiuolaikinio žmogaus poveikio oro, vandens, žemės taršai, palyginimas.	
Fizika	
II klasė	IV klasė
Su įvairiais papročiais susijusių liaudies dainų, sutartinių, raudų, giesmių ir kitų kūrinių stilistines ypatybes (dažnis, ritmas, tembras) . Dangaus šviesulių ir astronominių reiškinių aiškinimas bei supratimas tradicinėje kultūroje (liaudies dainos, pasakojimai, sakmės ir kt.; ornamentika, tautodailė, tradiciniai dirbiniai) Liaudies sukurti dangaus šviesulių stebėjimo įrenginiai Paleoastronominės stebyklos. Dangaus šviesulių - senųjų ir dabar vartojamų - vardų	Tradicinė dangaus šviesulių poveikio gamtai ir žmonėms samprata. Mitologijos šaltinių ir šiuolaikinių mokslo tyrimų rezultatų panaudojimas, apibūdinant veiksnius, darančius įtaką pasaulėžiūros formavimuisi, mitologijos ir religijos raida.

<p>palyginimas. Dangaus šviesulių įtaka gamtai, augalams, gyvuliams ir žmonėms.</p> <p>Liaudies astronomijos sąsajos su kalendorinėmis šventėmis ir ūkio darbais.</p> <p>Liaudies sukurti laiko matavimo būdai, dirbtiniai laiko matavimo prietaisai (smėlio, saulės laikrodžiai ir kt.) Lietuviškasis "zodiakas".</p>	
Chemija	
II klasė	IV klasė
<p>Drobės balinimas saulėje.</p> <p>Tradicinis kuras Lietuvoje: durpės ir mediena.</p> <p>Aludarystės tradicijos Lietuvoje.</p> <p>Lašiniai ir duona – energijos šaltinis artojiui.</p>	
Dailė	
II klasė	IV klasė
<p>Archeologinis ir tautinis kostiumas.</p>	<p>Liaudies kūryba.</p> <p>Pasaulėžiūra, mitologija ir religija.</p> <p>Etnografiniai regionai; Tradicinė architektūra.</p> <p>Tradiciniai amatai. Archeologinis ir tautinis kostiumas.</p>
Muzika	
II klasė	IV klasė
<p>Pirmosios mokyklos. Muzika Vilniaus akademijoje.</p> <p>Pirmieji Lietuvos kompozitoriai ir atlikėjai.</p> <p>Muzikiniai vaidinimai, opera, baletas.</p> <p>Lietuvos muzikinis gyvenimas XVIII -XIX amžiuje.</p> <p>Tautinės muzikos gimimas. Lietuviybės atgimimo apraiškos. Pirmieji lietuviai muzikai profesionalai V. Kudirka ir Vydūnas.</p> <p>Klojimų gdynė. Tautinės kultūros atgimima.</p> <p>Klojimų gdynė. Didieji dainų kūrėjai.</p> <p>Lietuviybės pradmenys. „Birutė“ - pirmoji lietuviška opera. M. K. Čiurlionis – lietuvių tautos genijus.</p> <p>Muzikinis gyvenimas 1918-1940 m.</p> <p>Tarpukario Lietuvos kompozitorių kūryba.</p> <p>V. Klovos „Pilėnai“ – tautinė herojinė opera.</p> <p>E. Balsio „Eglė žalčių karalienė“ – tautinis baletas.</p> <p>Tragiškoji tėvynės ilgesio tema lietuvių išėivijos kūryboje.</p> <p>Tautos istorinių dvasinių ištakų atspindys dabartinių kompozitorių kūryboje.</p>	<p>Liaudies kūrybos muzikinis, šokamasis, žaidybinis folkloras.</p>

Apie ką dainavo lietuviai? Lopšinės. Žaidimai. Vaikų ir ganymo dainos. Dainos apie gamtą. Šeimos ir darbo dainos. Jaunimo ir meilės dainos. Raudos ir giesmės.	
Teatras	
II klasė	IV klasė
	Etnokultūros reikšmė teatrui. Klojimo teatras.
Technologijos	
II klasė	IV klasė
Užgavėnių kaukių gamyba.	
Fizinis ugdymas	
II klasė	IV klasė
Virvės traukimas.	Sportiniai ir judrieji liaudies žaidimai.

KARJEROS UGDYMO PROGRAMA

1. Dvidešimt pirmojo amžiaus darbo pasaulio dinamika ir mokymosi galimybių įvairovė kelia gausybę iššūkių žmogui jo karjeros kelyje: jam būtinos karjeros kompetencijos, kurias taikytų ir tobulintų mokymosi ir laisvalaikio veiklose visą gyvenimą.

2. Gimnazijos Karjeros ugdymo programos paskirtis – ugdyti mokinių gyvenimo ir profesinės karjeros ilgalaikio planavimo gebėjimus, reikalingus karjeros konstravimui besikeičiančioje visuomenėje, atsižvelgiant į asmeninius poreikius, polinkius, siekius ir galimybes.

3. Šia programa siekiama, kad mokiniai pažintų save ir socialinę aplinką, rastų ir efektyviai naudotų karjeros informaciją adekvatiems karjeros sprendimams, pasinaudotų mokymosi visą gyvenimą galimybėmis ir būtų pasirengę sėkmingai pereiti į kitą karjeros (mokymosi ar darbo) aplinką.

4. Gimnazijos Karjeros ugdymo programa remiasi Ugdymo karjerai programa, patvirtinta LR švietimo ir mokslo ministro 2014 m. sausio 15 d. įsakymu Nr. V-72.

4 lentelė

Tikslas – sudaryti sąlygas kryptingai mokinių karjeros kompetencijų plėtotei, laiduojančiai visavertį pasirengimą mokytis visą gyvenimą ir sėkmingai realizuoti pasirinktoje veikloje			
1 uždavinys – ugdyti mokinių savivazos ir socialinės aplinkos pažinimo kompetencijas, įgalinančias juos sąmoningai valdyti karjerą.			
Priemonės	Planuojamas rezultatas, poveikis mokiniams	Klasės	Atsakingi
1.1. Mokinių savęs pažinimo tyrimų, savivazos užsiėmimų gimnazijoje organizavimas	Mokiniai tikslingai rinksis mokymosi kryptį, sies savo asmenybės ypatumus su karjeros sprendimais	II	Psichologas, klasių vadovai
1.2. Bendradarbiavimas su institucijomis, teikiančiomis karjeros planavimo paslaugas		II	Klasių vadovai, karjeros ugdymo specialistė
1.3. Mokinių ir jų tėvų informavimas apie gimnazijos ir kitų institucijų teikiamas paslaugas, susijusias su savivaza	Informavimo priemonės užtikrins įvairiapusę informacijos pateikimą	II, IV	Klasių vadovai
2 uždavinys – ugdyti mokinių karjeros galimybių pažinimo kompetencijas, laiduojančias sėkmingą karjeros kelią.			
Priemonės	Planuojamas rezultatas, poveikis mokiniams	Klasės	Atsakingi
2.1. Išvykų į profesinę-darbinę aplinką organizavimas per neformalųjį ugdymą, projektinę, socialinę veiklas ir klasių valandėles	Darbo aplinkos, darbo pobūdžio pažinimas skatins mokinius apgalvotai rinktis būsimą profesiją. 1-2 išvykos per metus visose klasėse	II, IV	Klasių vadovai, būrelių vadovai, dalykų mokytojai, karjeros ugdymo specialistė
2.2. Ugdymo karjerai programos turinio integravimas į mokomųjų dalykų pamokas	Mokiniai suvoks mokomojo dalyko ir ateities veiklos sąsajas.	II, IV	Metodinė taryba, dalykų metodinės grupės, dalykų mokytojai

	1-2 ugdymo karjerai pamokos, integruotos į kiekvieną dalyką, per metus		
2.3. Gimnazijos mokinių tėvų įtraukimas į ugdymo karjerai veiklas	Sėkmės istorijų ir patirties pasidalijimas leis mokiniams objektyviau įvertinti ir sąmoningiau pasirinkti karjeros kelią. 1-2 mokinių susitikimai su gimnazijos bendruomenės nariais (tėvais ir buvusiais gimnazijos mokiniais) per metus.	II, IV	Direktoriaus pavaduotojai ugdymui, karjeros ugdymo specialistė, klasių vadovai
2.4. Buvusių gimnazijos mokinių įtraukimas į ugdymo karjerai veiklas: 2.4.1. Buvusių gimnazijos mokinių susitikimas su gimnazijos mokiniais karjeros dienose gimnazijoje.		II, IV	
2.5. Vidurinio ugdymo bei tolesnio mokymosi krypties pasirinkimo galimybių sklaida gimnazijoje	Visi II-IV klasių mokiniai bus informuoti apie mokymosi gimnazijoje ir ją baigus galimybes; 1-2 karjeros valdymo renginiai per metus.	II, IV	Direktoriaus pavaduotojai ugdymui, karjeros ugdymo specialistė, klasių vadovai
2.6. Tolesnio mokymosi krypties pasirinkimo renginių (susitikimų su įvairių mokymosi įstaigų atstovais, išvykų į jas ir į studijų parodas) organizavimas	Informacijos kryptingumas skatins atsakingai rinktis mokymosi ir veiklos kryptį; 5-6 susitikimai ir/ar išvykos per metus.	IV	Klasių vadovai, karjeros specialistė
2.7. Informacijos apie karjeros galimybių pažinimą pateikimas (internetinė svetainė, standai)	Savalaikis informacijos pateikimas sudarys sąlygas dalyvauti karjeros galimybių pažinimo veiklose.	II, IV	Pagalbos mokiniui specialistai
3 uždavinys – tobulinti mokinių karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas, siejant jas su asmeniniu karjeros planu.			
Priemonės	Planuojamas rezultatas	Klasės	Atsakingi
3.1. Asmeninių konsultacijų apie karjeros pasirinkimo sprendimus teikimas mokiniams	Mokiniai sąmoningiau priims sprendimus dėl asmeninės karjeros; Konsultacijų pagal poreikį skaičius.	II, IV	Pagalbos mokiniui specialistai
3.2. Užsiėmimų apie stresą ir emocinį intelektą karjeros valdymo kontekste organizavimas	Mokiniai gebės taikyti tinkamus streso valdymo būdus sudėtingose situacijose. 1-2 užsiėmimai per metus kiekvienoje klasėje	II, IV	Pagalbos mokiniui specialistai
3.3. Komandinio darbo formavimas bendradarbiaujant mokymosi ir kitose įvairiose veiklose	Mokiniai gebės dirbti komandose, bendradarbiauti ir priimti bendrus sprendimus	II	Pagalbos mokiniui specialistai, klasių vadovai, dalykų mokytojai