

PATVIRTINTA  
Vilniaus „Sietuvos“ progimnazijos  
direktoriaus 2018 m. rugpjūčio 31 d.  
įsakymu Nr. V-94

**VILNIAUS „SIETUVOS“ PROGIMNAZIJOJOS  
SVEIKATOS, LYTIŠKUMO UGDYMO IR RENGIMO ŠEIMAI (SLURŠ)  
INTEGRAVIMO Į BENDRASIAS PROGRAMAS TVARKA**

**I. SVEIKATOS, LYTIŠKUMO UGDYMO IR RENGIMO ŠEIMAI (SLURŠ)  
PASKIRTIS, TIKSLAS, SIEKIAI, PRINCIPAI, UŽDAVINIAI IR SRITYS**

1. Progimnazija integruodama sveikatos, lytiškumo ugdymo ir rengimo šeimai (SLURŠ) bendrąją Programą vadovaujasi Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. birželio 2 d. įsakymu Nr. V-446 patvirtintais „2017–2018 ir 2018–2019 mokslo metų pradinio ugdymo programų bendraisiais ugdymo planais“, Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2017 m. birželio 2 d. įsakymu Nr. V-442 patvirtintu „2017–2018 ir 2018–2019 mokslo metų pagrindinio ugdymo programų bendraisiais ugdymo planų“ 16 priedu.

2. Programos paskirtis – užtikrinti sėkmingą vaiko sveikatos ir lytiškumo ugdymą bei rengimą šeimai mokykloje, prisidėti prie vaiko dvasinės, fizinės, psichinės, socialinės gerovės ir sėkmingo funkcionavimo darbo, tarpasmeninių santykių ir šeimos srityse. Padėti vaikams išsiugdyti doros, brandžios, savarankiškos, kritiškai mąstančios, atsakingos už savo elgesį ir masinės vartotojiškos kultūros įtakai atsparios asmenybės bruožus, svarbius žmogaus saviraiškai, brandiems tarpasmeniniams santykiams plėtoti, funkcionaliai šeimai kurti, atsakingos tėvystės ir motinystės įgūdžiams įgyti.

3. Programos tikslas – padėti mokiniams įgyti visumines sveikatos ir lytiškumo sampratas, išsiugdyti sveikatai naudingus gebėjimus, įpročius, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti juos rinktis sveiką gyvenimo būdą, ugdyti gebėjimą kurti ir palaikyti darnius ir brandžius tarpasmeninius santykius.

4. Programos siekiai:

4.1. Sveikatos ugdymo siekis – sveika asmens gyvensena (gyvenimo būdas, kasdienių įpročių visuma, padedanti palaikyti, tausoti ir stiprinti sveikatą).

4.2. Lytiškumo ugdymo siekis – savo prigimtinio lytinio tapatumo suvokimas, atsakingas lytinis elgesys, reiškiantis gebėjimą valingai ir motyvuotai pasirinkti sau ir kitam asmeniui saugiausią (fizinę ir psichinę prasme) lytinį elgesį, apimantį pagarbą sau ir kitam asmeniui, rizikingo lytinio elgesio pasekmių suvokimą.

4.3. Rengimo šeimai siekis – gebėjimas kurti ir palaikyti tarpasmeninius santykius, sudarančius prielaidas brandžiai draugystei ir meilei, santuokai sudaryti, darniai šeimai sukurti.

5. Programa įgyvendinama, vadovaujantis šiais ugdymo principais:

5.1. Integralumo – žmogaus sveikata ir lytiškumas suprantami kaip apimantys asmens fizinius (biologinius), psichikos, dvasinius ir socialinius sandus ir yra žmogaus tapatybę formuojantys veiksniai.

5.2. Prieinamumo – pateikiamos žinios ir mokslu grįsti faktai, ugdomi gebėjimai ir vertybinės nuostatos turi atitikti asmens amžiaus tarpsnio ypatumus.

5.3. Personalizavimo – kiekvienas asmuo yra unikalus, turintis nelygstamą vertę ir nepakartojamas, todėl atsižvelgiama į kiekvieno vaiko individualias savybes, poreikius, interesus, turimą patirtį, asmeninę brandą, socialinę kultūrinę aplinką.

5.4. Kontekstualumo – sveikatos ir lytiškumo ugdymas glaudžiai siejamas su artimiausia vaiko aplinka, socialiniais kultūriniais jos pokyčiais; siekiama, kad vaiko ugdymo patirtys jam būtų prasmingos ir aktualios.

5.5. Pagarbos žmogui ir lyčių lygiavertiškumo – ugdymas grindžiamas žmogaus teisėmis, humanistinėmis vertybėmis, asmens unikalumo samprata, pagarba žmogaus gyvybei.

5.6. Sąveikos – ugdymas grindžiamas visų ugdymo proceso dalyvių – vaiko, tėvų (globėjų, rūpintojų), mokytojų ir kitų asmenų, dalyvaujančių sveikatos, lytiškumo ir rengimo šeimai ugdyme, sąveika (keičiantis informacija, nuomonėmis, išvalgomis vaikų sveikatos, lytiškumo ugdymo, tarpasmeninių santykių, rengimosi šeimai klausimais), tėvų (globėjų, rūpintojų) svarbaus vaidmens pripažinimu.

5.7. Diskretiškumo (santūrumo) – nė vienas asmuo neturi būti raginamas ir verčiamas daryti tai, kas peržengtų jo drovumo ir privatumo ribas; pagal poreikį atskiros temos aptariamos atskirai su berniukais ir mergaitėmis arba individualiai.

6. Programos uždaviniai yra pasiekti, kad mokiniai:

6.1. žinotų ir suprastų:

6.1.1. sveikatą ir lytiškumą kaip dvasinio prado persmelktą psichikos, fizinės, socialinės sričių, glaudžiai tarpusavyje susijusių, visumą;

6.1.2. pagrindinius sveikos gyvensenos ir darnių tarpasmeninių santykių kūrimo ir palaikymo principus;

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

6.1.4. pozityvaus, konstruktyvaus mąstymo, savivertės, savitvardos, emocijų ir jausmų pusiausvyros, minčių ir vaizduotės higienos (smurtinių, pornografinių ir kitų neigiamo pobūdžio vaizdinių vengimo) reikšmę savo ir kitų sveikatai;

6.1.5. įvairių formų smurto ir išnaudojimo, įskaitant išnaudojimą pornografini medžiagai kurti, žalą sau, kitam asmeniui ir visuomenei;

6.1.6. socialinių veiksmų, tarpasmeninių santykių, lyčių lygiavertiškumo, atsakingo pasirinkimo, tarpusavio pagarbos ir paramos vienas kitam esmę ir svarbą sveikatai, lytiškumo raiškai, santuokos sudarymui, šeimos kūrimui, darniam gyvenimui šeimoje;

6.1.7. šeimos, santuokos vaidmenį asmens ir visuomenės gyvenime;

6.2. gebėtų:

6.2.1. teigiamai vertinti save ir savo kūno pokyčius, pozityviai, konstruktyviai mąstyti, atpažinti ir išreikšti savo jausmus bei poreikius, priimti optimalius sprendimus savo, artimųjų, bendruomenės sveikatai, darniems tarpasmeniniams santykiams ir gerovei kurti;

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

6.2.3. surasti, atrinkti ir pritaikyti patikimą informaciją, priemones ir paslaugas sveikatai saugoti bei stiprinti;

6.2.4. kritiškai vertinti šeimos, bendraamžių, medių, technologijų, kultūros, ideologijų, religijų įtaką lytiškumo raiškai, sveikai gyvensenai ir rengimuisi santuokai bei šeimai, atsispirti neigiamam socialiniam spaudimui;

6.2.5. sieti lytiškumo raišką su vaisingumu ir galimybe susilaukti vaikų ateityje, asmenybės formavimuisi, tarpusavio santykių kūrimu, meile; priimti atsakingus sprendimus dėl lytinio gyvenimo pradžios, nėštumo ir gimdymo, įvertinti ateities perspektyvoje rizikingo lytinio elgesio galimas pasekmes, pasirinkti tinkamus sprendimo būdus siekiant jų išvengti;

6.2.6. kelti trumpalaikius ir ilgalaikius sveikatos saugojimo ir stiprinimo, rengimosi šeimai, jos planavimo tikslus, atsižvelgti į savo fizinius, psichinius bei dvasinius poreikius sveikatai stiprinti ir tarpasmeniniams santykiams kurti;

6.3. ugdytųsi vertybines nuostatas:

6.3.1. gerbti žmogaus gyvybę nuo jos pradėjimo iki natūralios mirties;

6.3.2. vertinti sveikatą kaip vieną iš esminių vertybių, lemiančių asmens ir visuomenės gerovę bei gyvenimo kokybę;

6.3.3. vertinti meilę kaip brandžių tarpasmeninių santykių pagrindą, neatsiejamą nuo įsipareigojimo, atsakomybės, doros, pagarbos;

6.3.4. gerbti ir pripažinti savo bei kito asmens orumą;

6.3.5. tarpasmeniniuose santykiuose asmenį traktuoti kaip tikslą, o ne priemonę tikslui pasiekti;

6.3.6. kurti darną su savimi ir aplinka, rūpintis ir būti atsakingiems už savo, artimųjų, bendruomenės sveikatą, gerbti žmogaus teises, siekti jas įgyvendinti ir prisidėti prie visuomenės gerovės kūrimo.

7. Sveikatos ir lytiškumo ugdymo(si) bei rengimo šeimai sritys:
  - 7.1. sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos;
  - 7.2. fizinė sveikata: fizinis aktyvumas, sveika mityba, veikla ir poilsis, asmens ir aplinkos švara, lytinis brendimas;
  - 7.3. psichikos sveikata: savivertė, emocijos ir jausmai, savitvarda, pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija;
  - 7.4. socialinė sveikata: draugystė ir meilė, atsparumas rizikingam elgesiui.

## **II. MOKINIŲ GEBĖJIMŲ RAIDA, PASIEKIMAI, VERTINIMAS**

8. Mokinių sveikatos ir lytiškumo ugdymo(si) bei rengimo šeimai pasiekimai yra orientuoti į asmens sveikatos ir lytiškumo bei rengimo šeimai nuostatų, gebėjimų ir žinių plėtojimą. Nuostatos suprantamos kaip mokinių požiūris į sveikatą ir jos stiprinimą, šeimą ir jos kūrimą, mokinių nusiteikimas bei nusistatymas rinktis sveiką gyvenimo būdą, draugystę ir meilę. Gebėjimai (praktiniai ar veiklos) – tai sveikatai ir brandiems tarpasmeniniams santykiams kurti palankus elgesys, kuris atsiskleidžia per kasdienes fizinės ir psichikos sveikatos tausojimo ir stiprinimo praktikas. Žinios ir supratimas – tai, ką mokiniai turi žinoti ir suprasti apie sveikatą visumine prasme ir kaip turėtų tai parodyti (pavyzdžiui, nusakyti, paaiškinti ir kt.). Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai procese svarbu įgyti nuostatų, gebėjimų, žinių ir supratimo visumą, kuri lemia sveikatai ir šeimai kurti palankų elgesį.
9. Mokinių pasiekimai ir pažanga vertinami remiantis Programos 2 priede aprašytais mokinių pasiekimais, kurie yra integrali žinių ir supratimo, gebėjimų ir vertybinių nuostatų visuma. Mokinių pasiekimų ir pažangos vertinimas negali pažeisti asmens privataus ir šeiminio gyvenimo neliečiamumo principų.
10. Ugdant sveikatos ir lytiškumo bei rengimo šeimai gebėjimus, vertybines nuostatas ir žinias taikomas formuojamasis ugdomasis vertinimas, diagnostinis vertinimas, apibendrinamasis sumuojamasis vertinimas, kurie apibrėžti Pradinio, pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų apraše.

## **III. SVEIKATOS, LYTIŠKUMO UGDYMO IR RENGIMO ŠEIMAI (SLURŠ) ĮGYVENDINIMAS IR INTEGRAVIMAS Į DALYKŲ BENDRĄSIAS PROGRAMAS**

11. Sveikatos, lytiškumo ugdymo ir rengimo šeimai (SLURŠ) integravimui į bendrąsias programas skiriama:
  - 11.1. 1-2 kl. mokiniams ne mažiau kaip po 10 val. integruojant į pasaulio pažinimo, kūno kultūros, muzikos, lietuvių k., dorinio ugdymo (etikos / tikybos) pamokas bei klasės valandėlių metu;
  - 11.2. 3-4 kl. mokiniams ne mažiau kaip po 10 val. integruojant į pasaulio pažinimo, kūno kultūros, muzikos, lietuvių k., dorinio ugdymo (etikos / tikybos) pamokas bei klasės valandėlių metu;
  - 11.3. 5-6 kl. 83 val. integruojant į užsienio k., informacinių technologijų, dorinio ugdymo, technologijų, lietuvių k., muzikos, gamtos ir žmogaus, geografijos bei matematikos pamokas.
  - 11.4. 7-8 kl. 78 val. integruojant į užsienio k., informacinių technologijų, dorinio ugdymo, technologijų, lietuvių k., muzikos, fizikos, chemijos, biologijos, geografijos ir matematikos pamokas.
12. Sveikatos, lytiškumo ugdymo ir rengimo šeimai (SLURŠ) programos integravimas į dalykų bendrąsias programas fiksuojamas el. dienyne : [www.tamo.lt](http://www.tamo.lt). Skiltyje „Bendra pamokos tema“ dalyko mokytojas įrašo, kokia numatyta integruotos programos tema su siejamu dėstomu dalyku (pasirinkti integruojamos programos temą bei gebėjimus ir nurodant dalyko temą, gebėjimus).
13. Dėstomų dalykų, temų paskirstymas klasėms 2017-2018 m. m.:
  - 13.1. Pradinėse klasėse:

13.1.1. Pradinių klasių mokytojos, muzikos mokytoja, tikybos mokytoja į 1-ą klasių mokomųjų dalykų temas integruoja tokia tvarka:

Tema	Dorinis ugdymas	Lietuvių kalba	Pasaulio pažinimas	Muzika	Kūno kultūra	Klasės valandėlės
Val. per m. m.	E. – 11 / T. - 2	2	2	3	K. k. – 6	4
<b>1. Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata</b> Kas yra sveikata. Ką reiškia sveikas kūnas. Kaip jaučiamės, būdami sveiki.			Kas per daug, tas nesveika?			
<b>2. Fizinė sveikata</b> <b>2.1. Fizinis aktyvumas</b> Kokia mankštos, fizinių pratimų/judrių žaidimų nauda mano sveikatai ir gerai savijautai. Kiek laiko turėčiau skirti mankštai ir įvairiems fiziniams pratimams, žaidimams. Kaip reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti. Kaip taisyklingai kvėpuoti. Kodėl turėčiau laikytis saugaus elgesio taisyklių, važiuodamas dviračiu, riedlente, pačiūžomis ir taip toliau.	<u>Etika:</u> Aš nesutinku.			Dainuokime.	<u>Kūno kultūra:</u> Fizinis aktyvumas laisvalaikiu. Taisyklingos laikysenos svarba. Judėjimas erdvėje įvairiomis kryptimis.	
<b>2.2. Sveika mityba.</b> Sveikatai palankūs maisto produktai ir gėrimai. Pagrindiniai sveikos mitybos reikalavimai. Maisto produktai, kuriuos reikėtų valgyti saikingai. Sveikatai palankaus maisto poveikis sveikatai. Daržovės ir vaisiai mūsų mityboje. Vandens įtaka sveikatai.		Vanduo – gyvybės šaltinis. Kas negalėtų gyventi be vandens?	Kodėl vaikai auga?		<u>Kūno kultūra:</u> Sveika gyvensena. Naudingi ir žalingi įpročiai.	
<b>2.3. Veikla ir poilsis.</b> Miego ir poilsio svarba normaliam augimui ir gerai sveikatai. Klausos higiena. Regos higiena. Tinkama mokymosi, žaidimų, poilsio ir kt. vietos.	<u>Etika:</u> Aš nesutinku.		Kas per daug, tas nesveika?			
<b>2.4. Asmens ir aplinkos švara.</b> Kas yra asmens higiena ir aplinkos švara. Kodėl asmens higiena ir aplinkos švara svarbi sveikatai. Kasdieniai asmens higienos reikalavimai. Taidimų, mokymosi, poilsio, kt. vietos.		Domo dantukai švarūs. O mano? Kaip ir kodėl reikia valyti, saugoti dantukus.				
<b>2.5. Lytinis brendimas.</b> Suprasti, kas būdinga daugeliui berniukų ir mergaičių, o kas – tik man. Tikėti, kad kiekvienas žmogus ypatingas, aš – taip pat. Pateikti pvz., ką gero ir malonaus patiriu kasdien savo pojūčiais. Paaiškinti sėkmingo bendravimo prielaidas (kiekvienas	<u>Etika:</u> Aš nesutinku. Aš esu ypatingas. <u>Tikyba:</u> Kas yra žmogus?					

turi stengtis išklaudyti, suprasti ir gerbti kitą). Laikosi mandagaus bendravimo susitarimų.						
<b>3. Psichikos sveikata</b> <b>3.1. Savivertė.</b> Suprasti, kad žmogus gali būti gražus, geras, vertas pagarbos ir reikalingas kitiems dėl daugelio dalykų. Pastebėti savo individualumą bei polinkius. Pasitikėti savo skaitymo patirtimi ir noriai išsakyti nuomonę apie perskaitytą tekstą.	<u>Etika:</u> Aš nesutinku. Aš esu ypatingas.  <u>Tikyba:</u> Kas yra žmogus?					
<b>3.2. Emocijos ir jausmai</b> Nusako klausomo teksto temą, daro tiesiogines išvadas, išsako savo nuomonę, emocinį santykį. Nurodo, kad klausantis galima pažinti pasaulį, gauti žinių, išgyventi emocijas. Priimti savo jausmus: esu gyvas, todėl jaučiu; visi jausmai – lengvi ir sunkūs – yra reikalingi. Gerbti darbą kaip gyvenimo laimės, kūrybos šaltinį ir atsakingai rūpintis savo ir kitų saugumu. Įvardija ir paaiškina grožinio teksto nuotaiką.	<u>Etika:</u> Pojūčiai.  Mano jausmai.  Būna linksma, būna liūdna.			Muzikos klausymas „Ugnies paukštės šokis“.		
<b>3.3. Savitvarda.</b> Elgesio taisyklės ir etiketo reikalavimai (per pamoką, valgykloje, svečiuose ir pan.). Norėti mokytis ir augti mokantis. Vertinti klausymą kaip vieną svarbiausių žingsnių bendravimo procese. Apmąstyti pirmąjį mokymosi patirtį: kas mokykloje patinka arba nepatinka, kas yra lengva, o kas – sunku.	<u>Etika:</u> Galiu būti savarankiškas.  Mandagumo raktas.			Mano muzika (pažintis su muzikos dalyku).		Mokomės bendrauti.
<b>3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija</b> Nusiteikti klausytis pozityviai ir aktyviai. Nebijoti prašyti pagalbos ir norėti kitam padėti. Gebėti atpažinti tas savo gyvenimo situacijas, kai vienas būčiau bejėgis. Išdrįsti kreiptis į kitus pagalbos. Geranoriškai dalintis informacija, bendrauti, padėti kitiems. Būti nusiteikus taikiai spręsti kylančius konfliktus. Norėti draugauti – dalytis ir dovanoti. Atidžiai klausytis, gerbti pašnekovą, laikytis kalbos etiketo. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Gebėti tapti tarpininku ir taikytoju kitiems konfliktuojant.	<u>Etika:</u> Moku laimėti moku ir pralaimėti.  Kodėl man čia gyventi gera?					Kaip atpažinti ir užkirsti kelią kylančiam konfliktui?

<b>4. Socialinė sveikata</b> <b>4.1. Draugystė ir meilė</b> Tinkamai bendrauti ir veikti kartu su kitais. Turėti savo nuomonę. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Gebėti užmegzti nesavanaudišką draugystę. Priklausyti – tai įsipareigoti ir laikytis taisyklių.	<u>Etika:</u> Tikras draugas. Gyvename drauge. <u>Tikyba:</u> Kaip galėčiau atsiliiepti į Jėzaus draugystę?				Judėjimo stebėjimas, interpretavimas ir vertinimas.	Kaip susirasti draugų?
<b>4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui.</b> Atpažinti pavojingas situacijas, elgtis apdairiai, saugoti save.	<u>Etika:</u> Aš nesutinku.					Kaip spręsti nesutarimus?

13.1.2. Pradinių klasių mokytojos, muzikos mokytoja, tikybos mokytoja į 2-ą klasių mokomųjų dalykų temas integruoja tokia tvarka:

Tema	Dorinis ugdymas	Lietuvių kalba	Pasaulio pažinimas	Muzika	Kūno kultūra	Klasės valandėlės
Val. per m. m.	E. – 4 / T. - 3	3	2	8	K. k. – 4	2
<b>1. Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata</b> Kas yra sveikata. Ką reiškia sveikas kūnas. Kaip jaučiamės, būdami sveiki.	<u>Etika:</u> Rinkis saugų kelią. <u>Tikyba:</u> Kaip rūpintis savo ir kitų sveikata?					
<b>2. Fizinė sveikata</b> <b>2.1. Fizinis aktyvumas.</b> Mankštos, fizinių pratimų/judrių žaidimų nauda sveikatai, gerai savijautai. Kiek laiko skirti mankštai, fiziniams pratimams, žaidimams. Kaip taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti, kvėpuoti. Kodėl turėčiau laikytis saugaus elgesio taisyklių, važiuodamas dviračiu, riedlente, pačiūžomis ir taip toliau.				Naujos dainos „Rudenėlis“ mokymas.  Lietuvių liaudies dainos, žaidimai, rateliai. Ritmo pratimai.	<u>Kūno kultūra:</u> Mankštos pratimų kompleksas su šokdynėmis. Judėjimas erdvėje įvairiomis kryptimis.	
<b>2.2. Sveika mityba</b> Sveikatai palankūs maisto produktai ir gėrimai. Pagrindiniai sveikos mitybos reikalavimai. Maisto produktai, kuriuos reikėtų valgyti saikingai. Sveikatai palankaus maisto poveikis sveikatai. Daržovės ir vaisiai mūsų mityboje. Vandens įtaka sveikatai.						Noriu augti sveikas ir stiprus.
<b>2.3. Veikla ir poilsis.</b> Miego ir poilsio svarba normaliam augimui ir gerai sveikatai. Klausos higiena. Regos higiena. Tinkama mokymosi, žaidimų, poilsio ir kt. vietos.				Paukščiai ir muzika.		

<p><b>2.4. Asmens ir aplinkos švara.</b> Kas yra asmens higiena ir aplinkos švara. Kodėl asmens higiena ir aplinkos švara svarbi sveikatai. Kasdieniai asmens higienos reikalavimai. Žaidimų, mokymosi, poilsio ir kitos vietos.</p>			Apie mūsų odą.			
<p><b>2.5. Lytinis brendimas.</b> Suprasti, kas būdinga daugeliui berniukų ir mergaičių, o kas – tik man. Tikėti, kad kiekvienas žmogus ypatingas, aš – taip pat. Pateikti pvz., ką gero ir malonaus patiriu kasdien savo pojūčiais. Paaiškinti sėkmingo bendravimo prielaidas (kiekvienas turi stengtis išklaudyti, suprasti ir gerbti kitą). Laikosi mandagaus bendravimo susitarimų.</p>	<p><u>Etika:</u> Gimimo stebuklas. Mergaitė ir berniukas.</p>					
<p><b>3. Psichikos sveikata</b> <b>3.1. Savivertė.</b> Suprasti, kad žmogus gali būti gražus, geras, vertas pagarbos ir reikalingas kitiems dėl daugelio dalykų. Pastebėti savo individualumą bei polinkius. Pasitikėti savo skaitymo patirtimi ir noriai išsakyti nuomonę apie perskaitytą tekstą.</p>	<p><u>Etika:</u> Mergaitė ir berniukas.</p>					
<p><b>3.2. Emocijos ir jausmai</b> Nusako klausomo teksto temą, daro tiesiogines išvadas, išsako savo nuomonę, emocinį santykį. Nurodo, kad klausantis galima pažinti pasaulį, gauti žinių, išgyventi emocijas. Priimti savo jausmus: esu gyvas, todėl jaučiu; visi jausmai – lengvi ir sunkūs – yra reikalingi. Gerbti darbą kaip gyvenimo laimės, kūrybos šaltinį ir atsakingai rūpintis savo ir kitų saugumu. Įvardija ir paaiškina grožinio teksto nuotaiką.</p>		<p>Kokia mano žaislo istorija?</p> <p>Kaip pristatyti savo draugą?</p>	Sveiki,- aš jūsų mažylis.	<p>Ką pasakoja muzika?</p> <p>Pažintis su kalendorinėmis šventėmis ir tautosaka.</p>		
<p><b>3.3. Savitvarda.</b> Elgesio taisyklės ir etiketo reikalavimai (per pamoką, valgykloje, svečiuose ir kt.). Norėti mokytis ir augti mokantis. Vertinti klausymą kaip vieną svarbiausių žingsnių bendravimo procese. Apmąstyti mokymosi patirtį: kas m-kloje patinka - nepatinka, kas lengva, kas – sunku.</p>						Moku tinkamai elgtis visur ir visada.
<p><b>3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija.</b> Nusiteikti klausytis pozityviai ir aktyviai. Nebijoti prašyti pagalbos ir norėti kitam padėti. Gebėti atpažinti tas savo gyvenimo situacijas, kai vienas būčiau bejėgis. Išdrįsti kreiptis į kitus pagalbos. Geranoriškai</p>	<p><u>Tikyba:</u> Kas tai yra sąžinė?</p>	Kaip mandagiai kalbėtis telefonu?			<p><u>Kūno kultūra:</u> Kvadratas.</p>	K.kultūros ryšių

dalintis informacija, bendrauti, padėti kitiems. Būti nusiteikęs taikiai spręsti kylančius konfliktus. Norėti draugauti – dalytis ir dovanoti. Atidžiai klausytis, gerbti pašnekovą, laikytis kalbos etiketo. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Gebėti tapti tarpininku ir taikytoju kitiems konfliktuojant.					su socialiniu kultūriniu gyvenimu pažinimas.	
<b>4. Socialinė sveikata</b> <b>4.1. Draugystė ir meilė.</b> Tinkamai bendrauti ir veikti kartu su kitais. Turėti savo nuomonę. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Gebėti užmegzti nesavanaudišką draugystę. Priklausyti – tai įsipareigoti ir laikytis taisyklių.	<u>Etika:</u> Kas? Ko? Kaip? Kodėl?					
<b>4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui</b> Atpažinti pavojingas situacijas, elgtis apdairiai, saugoti save.	<u>Tikyba:</u> Kada darbas yra geras, o kada – ne?					

13.1.3 Pradinių klasių mokytojos, muzikos mokytoja, tikybos mokytoja į 3-ų klasių mokomųjų dalykų temas integruoja tokia tvarka:

Tema	Dorinis ugdymas	Lietuvių kalba	Pasaulio pažinimas	Muzika	Kūno kultūra	Klasės valandėlės
Val. per m. m.	E. – 3 / T. – 2	7	2	6	K. k. – 4	2
<b>1. Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata</b> Kas yra sveikata. Kaip kūno, proto ir dvasios būklė atsiliepia sveikatai. Ką sveikatai reiškia geri santykiai su kitais žmonėmis. Kaip jaučiamės, kai esame sveiki. Ką darome kasdien, kad būtume sveiki. Kaip kasdienė veikla veikia mūsų sveikatą.	<u>Etika:</u> Noriu būti sveikas.		Būkime tvarkingi – būsime sveiki.	Muzika apie rudenį.		Ką darome kasdien, kad būtume sveiki.
<b>2. Fizinė sveikata</b> <b>2.1. Fizinis aktyvumas.</b> Kodėl mankšta, fiziniai pratimai/judrūs žaidimai naudingi mano sveikatai ir gerai savijautai. Kiek laiko turėčiau skirti mankštai ir įvairiems fiziniams pratimams, žaidimams. Koks elgesys laikytinas fiziškai aktyviu ir fiziškai pasyviu. Kokie žaidimai ir fiziniai pratimai man geriausiai tinka. Kodėl reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti. Saugus elgesys žaidžiant ar sportuojant.				Lietuvių liaudies žaidimai, rateliai.	<u>Kūno kultūra:</u> Saugus elgesys žaidžiant ar sportuojant.  Judėjimo raiškos priemonės.	
<b>2.2. Sveika mityba.</b> Sveikos mitybos principai ir taisyklės. Sveikatai palankaus maisto poveikis sveikatai. Grūdinės kultūros maisto	<u>Etika:</u> Noriu būti					



produktuose, daržovės ir vaisiai mūsų mityboje. Vandens vartojimas. Naudingi ir sveikatai nepalankūs maisto produktai.	sveikas.					
<b>2.3. Veikla ir poilsis</b> Miego ir poilsio svarba normaliam augimui ir gerai sveikatai. Klausos higiena ir kaip klausą gali pažeisti didelis triukšmas. Veiksniai, turintys įtakos regai ir klausai. Tinkama mokymosi, žaidimų, poilsio ir kitos vietos.		V. Biankis. Patys sau sandėliai.  V. Palčinskaitė. Prašom tylos !		Lietuvių ir pasaulio kompozitorių muzika.		
<b>2.4. Asmens ir aplinkos švara</b> Asmens higienos reikalavimai ir jų laikymosi tvarka. Aplinkos švaros palaikymas. Užkrečiamosios ligos, jų plitimo būdai. Aplinkos veiksnių įtaka sveikatai. Apsaugos nuo žalingų aplinkos veiksnių būdai.		Lietuvių pasaka. Sergantis liūtas.			<u>Kūno kultūra:</u> Asmens higienos reikalavimai ir jų laikymosi tvarka.	
<b>2.5. Lytinis brendimas.</b> Gerbti ir vertinti vienam kitą. Pripažinti pasikeitimus paauglystėje. Pastebėti pokyčius bręstančiame organizme. Apibūdinti, koks ypatingas (mano išvaizda, būdo savybės, pomėgiai). Gerbti savo grupės draugus ir bendruomenės narius.			Keičiasi ir berniukai, ir mergaitės.			
<b>3. Psichikos sveikata</b> <b>3.1. Savivertė.</b> Dalyvauti aptariant tekstus, pasitikėti savimi, reikšti nuomonę neįžeidžiant kitų. Siekti pažinti save kaip besimokantįjį ir tobulinti savo skaitymo gebėjimus. Kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę žmogaus kasdienėje aplinkoje. Gerbti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, kūrybiškai panaudoti informaciją sprendžiant problemas.		Marija Gripė. Elvio paslaptis.				Pagarba sau ir kitam.
<b>3.2. Emocijos ir jausmai.</b> Apibūdina grožinio teksto nuotaiką, išsako emocinį santykį su tekstu. Pateikti žodinės/ nežodinės jausmų raiškos pvz. Mokėti suprasti kito situaciją ar jausmus, užjausti, palaikyti. Nepasiduoti liūdesiui, pykčiui, nusivylimui. Iš klausyti kito nuomonę nekonfliktuojant, drąsiai ją reikšti. Papasakoti kylančias mintis, išgyvenimus. Būti dėmesingam kito jausmams.		Mikalojus Konstantinas Čiurlionis. Kapinių motyvas. Miniatiūra.		Kalėdinės dainelės, dainelės apie žiemą.		
<b>3.3. Savitvarda.</b> Siekti užsibrėžto tikslo. Apmąstyti vaikystės patirtį, vertinti ir ugdyti gerąsias charakterio savybes. Siekti bendro tikslo ir sutarimo dirbant grupėje, laikytis	<u>Etika:</u> Suprasti be žodžių.			Koncertas tėveliams.	Judrieji žaidimai	

<p>sutartų taisyklių. Bandyti išvelgti asmeninių sunkumų priežastis ir juos įveikti ne kaltinant kitus, o klausiant jų patarimo.</p>						
<p><b>3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija.</b> Aptaria grožiniame kūrinyje vaizduojamas situacijas, paaiškina įvykių priežastis, sąsajas. Mokyti iš teigiamų pavyzdžių ir rodyti gerą pavyzdį kitiems. Vaikų teisės ir pareigos. Gerbti kitą. Nuomonėms išsiskyrus toleruoti kitokį požiūrį. Suprasti, kad kiekvieno žmogaus išvalgos yra vertingos. Susitvardyti, ieškoti taikaus sprendimo.</p>		Mada.				
<p><b>4. Socialinė sveikata</b>  <b>4.1. Draugystė ir meilė.</b> Ieškoti santykio su tekstu, remiantis asmenine patirtimi. Suprasti, kad bendraujant svarbu tinkamai reikšti savo mintis. Būti draugiškam su kitu/ kitokiu. Siekti suprasti kalbos, kaip bendravimo ir žmonių suartinimo priemonės, vertę. Pripažinti taisykles, būti atsakoingu už save/savo grupę. Branginti šeimos ryšius, palaikyti draugiškus santykius, stebėti, kas sieja žmones šeimoje.</p>	<p><u>Tikyba:</u> Koks esu su draugais ir artimaisiais?</p>	Antanas Gudelis. Laimė ir begemotas.		Dainelės apie mamą.		
<p><b>4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui.</b> Jaustis atsakingu už savo pasakymų tikrumą, aiškumą. Atsakyti, ką aš galiu/ ko negaliu. Atsisipirti smalsumui ar kitų siūlymams parūkyti/paragauti alkoholinių gėrimų. Aptarti, kas yra drovumas (įgimta savybė), kuo jis skiriasi nuo gėdos jausmo (kuris susijęs su kalte). Kitiškai vertina informacijos patikimumą, pagrįstumą.</p>	<p><u>Tikyba:</u> Kaip Dievas padeda pasirinkti gėrį?</p>					

13.1.4. Pradinių klasių mokytojos, muzikos mokytoja, tikybos mokytoja į 4-ą klasių mokomųjų dalykų temas integruoja tokia tvarka:

Tema	Dorinis ugdymas	Lietuvių kalba	Pasaulio pažinimas	Muzika	Kūno kultūra	Klasės valandėlės
<b>Val. per m. m.</b>	<b>E. – 9 / T. -2</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>K. k. – 4</b>	<b>2</b>
<p><b>1. Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata</b> Kas yra sveikata. Kaip kūno, proto ir dvasios būklė atsiliepija sveikatai. Ką sveikatai reiškia geri santykiai su kitais žmonėmis. Kaip jaučiamės, kai esame sveiki. Ką darome</p>			Viskas savo laiku...			

kasdien, kad būtume sveiki. Kaip kasdienė veikla veikia mūsų sveikatą.						
<b>2. Fizinė sveikata</b> <b>2.1. Fizinis aktyvumas</b> Kodėl mankšta, fiziniai pratimai/judrūs žaidimai naudingi mano sveikatai ir gerai savijautai. Kiek laiko turėčiau skirti mankštai ir įvairiems fiziniams pratimams, žaidimams. Koks elgesys laikytinas fiziškai aktyviu ir fiziškai pasyviu. Kokie žaidimai ir fiziniai pratimai man geriausiai tinka. Kodėl reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti. Saugus elgesys žaidžiant ar sportuojant.					<u>Kūno kultūra:</u> Ėjimas ir bėgimas lenktyniaujant, įveikiant nesudėtingas kliūtis. Bendrosios mankštos pratimų kompleksas.	
<b>2.2. Sveika mityba.</b> Sveikos mitybos principai ir taisyklės. Sveikatai palankaus maisto poveikis sveikatai. Grūdinės kultūros maisto produktuose, daržovės ir vaisiai mūsų mityboje. Vandens vartojimas. Naudingi ir sveikatai nepalankūs maisto produktai.		Duoninis zuikutis.				
<b>2.3. Veikla ir poilsis.</b> Miego ir poilsio svarba augimui ir gerai sveikatai. Klausos higiena. Kaip klausą gali pažeisti didelis triukšmas. Veiksniai, turintys įtakos regai ir klausai. Tinkama mokymosi, žaidimų, poilsio, kt.vietos.			Ne tik matau ir girdžiu...			
<b>2.4. Asmens ir aplinkos švara.</b> Asmens higienos reikalavimai, jų laikymosi tvarka. Aplinkos švaros palaikymas. Užkrečiamosios ligos, jų plitimo būdai. Aplinkos veiksnių įtaka sveikatai. Apsaugos nuo žalingų aplinkos būdai.						Vaiko asmens higiena.
<b>2.5. Lytinis brendimas.</b> Gerbti ir vertinti vienas kitą. Pripažinti pasikeitimus paauglystėje. Pastebėti pokyčius, vykstančius bręstančiame organizme. Apibūdinti, koks esu ypatingas (išvaizda, savybės, pomėgiai). Gerbti savo grupės draugus ir bendruomenės narius.	<u>Etika:</u> Pomėgiai.  Gyvenimo ciklas.		Neišvengiami pokyčiai.		Judrieji žaidimai	
<b>3. Psichikos sveikata</b> <b>3.1. Savivertė.</b> Dalyvauti aptariant įvairius tekstus, pasitikėti savimi, reikšti nuomonę neįžeidžiant. Siekti pažinti save kaip besimokantį ir tobulinti skaitymo gebėjimus.						

Kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę kasdienėje aplinkoje. Gerbti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, kūrybiškai panaudoti informaciją sprendžiant problemas.						
<b>3.2. Emocijos ir jausmai.</b> Apibūdina grožinio teksto nuotaiką, išsako emocinį savo santykį su tekstu. Pateikti žodinės/nežodinės jausmų raiškos pvz. Mokėti suprasti kito situaciją ar jausmus, jį užjausti, palaikyti. Nepasiduoti liūdesiui, pykčiui, nusivylimui. Stengtis nekonfliktuojant išklausti kito nuomonę ir drąsiai reikšti savo. Pasakoti kylančias mintis, išgyvenimus. Būti dėmesingam kito jausmams.	<u>Etika:</u> Konflikto sprendimas.  Kai reikia pagalbos.	H. Ožogovska. Silkės ausis.		Muzikos klausymas: 1. Japonijos tradicinė muzika. 2. Džiazas. 3. Baletas. 4. Simfonija. 5. Siuita. 6. Rokas.		
<b>3.3. Savitvarda.</b> Siekti užsibrėžto tikslo. Apmąstyti vaikystės patirtį, vertinti gerąsias savybes, ugdytis gero charakterio savybes. Siekti bendro tikslo ir sutarimo dirbant grupėje, laikytis sutartų taisyklių. Bandyti įžvelgti asmeninių sunkumų priežastis ir juos įveikti ne kaltinant kitus, o klausiant jų patarimo.	<u>Etika:</u> Nuo pirmoko iki penktoko.			Klasės himno kūrimas.		
<b>3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija.</b> Aptaria grožiniame kūrinyje vaizduojamas situacijas, paaiškina įvykių priežastis, sąsajas. Mokyti iš teigiamų pavyzdžių ir rodyti gerą pavyzdį kitiems. Vaikų teisės ir pareigos. Gerbti kitą. Nuomonėms išsiskyrus toleruoti kitokį požiūrį. Suprasti, kad kiekvieno žmogaus įžvalgos yra vertingos. Susitvardyti, ieškoti taikaus sprendimo.		A. Gudelis Žvaigždės vaikas.				
<b>4. Socialinė sveikata</b> <b>4.1. Draugystė ir meilė.</b> Ieškoti savo santykio su tekstu, remiantis asmenine patirtimi. Suprasti, kad bendraujant svarbu tinkamai reikšti savo mintis. Būti draugiškam su kitu ir kitokiu. Siekti suprasti kalbos, kaip bendravimo ir žmonių suartinimo priemonės, vertę. Pripažinti taisykles. Jausti atsakomybę už save ir savo grupę. Branginti šeimos ryšius ir palaikyti draugiškus santykius. Pastebėti, kokie bendri dalykai sieja artimus žmones šeimoje.	<u>Etika:</u> Įsimylėjau. Kasdien šeimoje. Paslapčių sąsiuvinis.  <u>Tikyba:</u> Kas šeimoje vienija žmones?	R. Sadauskas Senolis.		Įvadinė muzikos pamoka.  Pažintis su kitų tautų muzika ir papročiais.  Šventinės koncertinės programos ruošimas.	Komandiniai žaidimai	
<b>4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui.</b> Jaustis	<u>Etika:</u>					Žalingi įpročiai

atsakingu už pasakymų tikrumą, aiškumą. Atsakyti, ką aš galiu/ ko negaliu. Atsispirti smalsumui, kitų siūlymams parūkyti/ paragauti alkoholinių gėrimų. Aptarti, kas yra drovumas (įgimta savybė), kuo jis skiriasi nuo gėdos jausmo (kuris susijęs su kalte). Kritiškai vertina informacijos patikimumą, pagrįstumą.	Kiek duosi kitam, tiek ir sugrįš. <u>Tikyba</u> : Kokie dalykai nėra džiaugsmo ir laimės šaltiniai?					žudo.
---	--	--	--	--	--	-------

13.2. Pagrindinio ugdymo 5-8 klasėse, mokytojai dalykininkai dirbantys tose klasėse:

Eil. Nr.	Tema	5 klasė	6 klasė	7 klasė	8 klasė
1.	<b>Sveikatos, sveikos gyvensenos, šeimos sampratos</b> Kas yra sveikata ir sveika gyvensena. Ką darome kasdien, kad būtume sveiki. Ką norėtume pakeisti, ko atsisakyti, kad taptume sveikesni. Aplinkos poveikis sveikatai.	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>8</b>	<b>7</b>
		Anglų k. – 1 Inf. technologijos – 1 Etika/tikyba – 1 Technologijos – 1 Lietuvių k. – 1	Rusų k./ vokiečių k.–1 (Inf. technologijos – 1 Etika/tikyba – 1 Technologijos – 2	Rusų k./ vokiečių k.– 1 Inf. technologijos – 1 Etika/tikyba – 3 Technologijos – 2 Biologija- 1	Anglų k. – 1 Inf. technologijos – 1 Etika/tikyba – 3 Technologijos – 1 Biologija – 1
2.	<b>Fizinė sveikata</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>10</b>
	<b>2.1. Fizinis aktyvumas.</b> Kodėl judėjimas ir fiziniai pratimai, mankšta būtini organizmo normaliam vystymuisi. Kaip galiu judėti kasdien, neturėdamas specialios įrangos ar priemonių. Kiek laiko skirti judėjimui, įvairiems pratimams. Kaip išsaugoti taisyklingą kūno laikyseną. Saugus elgesys sportuojant ar užsiimant kita aktyvia veikla.	Anglų k. – 1 Inf. technologijos – 1 Muzika – 1	Inf. technologijos – 2 Technologijos – 1	Inf. technologijos – 1  Etika/tikyba – 1	
	<b>2.2. Sveika mityba</b> Sveikos mitybos principai ir taisyklės. Alkis ir sotumas (požymiai). Sveikatai palankaus maisto poveikis sveikatai. Maisto produktai ir jų sudedamosios dalys. Naudingi ir nepalankūs sveikatai maisto produktai.	Anglų k. – 1 Technologijos – 1 (Gamta ir žmogus – 1	Technologijos – 1 Gamta ir žmogus - 1	Biologija- 1	Anglų k. – 1 Biologija- 1 Chemija – 1
	<b>2.3. Veikla ir poilsis</b> Miego ir poilsio svarba normaliam augimui ir gerai sveikatai.	Inf. technologijos – 1 Technologijos – 1	Anglų k. – 1 Inf. technologijos – 2 Gamta ir žmogus – 1	Technologijos – 1 Biologija- 1 Etika/tikyba – 1	Fizika – 1 Technologijos – 1

	Koks laisvalaikis turiningas. Kaip atgauti jėgas po intensyvaus protinio darbo. Klausos higiena. Regos higiena. Tinkamas dienos režimas				
	<b>2.4. Asmens ir aplinkos švara</b> Asmens higienos ir aplinkos švaros įtaka sveikatai. Asmens higienos reikalavimų ypatumai. Apsisaugojimo nuo užkrečiamųjų ligų būdai. Asmens higienos priemonės ir paslaugos. Aplinkos veiksnių poveikis sveikatai. Priemonės, padedančios apsaugoti nuo žalingo aplinkos poveikio.	<b>Etika/tikyba – 1</b> <b>Technologijos – 1</b> <b>Gamta ir žmogus – 1</b>	<b>Etika/tikyba – 1</b> <b>Technologijos – 1</b> <b>Gamta ir žmogus – 2</b>	<b>Technologijos – 1</b> <b>Anglų k. – 1</b> <b>Inf. technologijos – 1</b>	<b>Technologijos – 1</b> <b>Chemija – 1</b> <b>Biologija- 1</b>
	<b>2.5. Lytinis brendimas.</b> Apibūdinti kūdikio, paauglio ir suaugusiojo organizmo skirtumus, susijusius su lytimi. Rūkymo ir nuodingų medžiagų neigiamas poveikis organizmui (plaučius, smegenis). Lytinio brendimo metu paaugliams kylančių problemų sprendimo būdai. Fiziniai berniukų ir mergaičių augimo pokyčiai; asmenybės raida, kuo džiaugiuosi ir kas kelia nerimą. Paaiškinti žmogaus gyvybės pradėjimą, jos trapumą ir pareigą gerbti gyvybę nuo jos prasidėjimo iki natūralios mirties. Gyvybės atsiradimas ir kūdikio raida. Pagarbiai kalbėti apie kitos lyties asmenis. Suvokti vyro ir moters santykį kaip lygiateisį.	<b>Etika/tikyba – 2</b> <b>Gamta ir žmogus – 2</b>	<b>Etika/tikyba – 2</b> <b>Gamta ir žmogus – 1</b>	<b>Biologija- 1</b> <b>Etika/tikyba – 1</b>	<b>Biologija- 1</b> <b>Etika/tikyba – 1</b>
<b>3.</b>	<b>Psichikos sveikata</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
	<b>3.1. Savivertė.</b> Pažinti savo stiprybes ir pasitikėti savimi. Įvertinti save, savo savybes, suprantant paauglystėje vykstančius pokyčius. Įvertinti teigiamas charakterio savybes labiau nei išvaizdą. Įžvelgti, kuo esu panašus į kitus, o kuo unikalus. Kitiškai apmąstyti populiarius „panelių“ ir „vaikinių“ įvaizdžius.	<b>Etika/tikyba – 1</b>	<b>Lietuvių k. – 1</b>	<b>Technologijos – 1</b>	<b>Etika/tikyba – 1</b> <b>Lietuvių k. – 1</b>
	<b>3.2. Emocijos ir jausmai.</b> Atpažinti tinkamą ir netinkamą vartojamą kalbinę raišką. Mokyti įveikti nerimą, stresą ir veikti, kai yra apribojimų. Pasitikėti savo jausmais, pažinti savo emocinio reagavimo dėsniumus. Stengtis rasti tinkamą savo emocijų ir jausmų raišką. Puoselėti atvirumą pasauliui, drauge	<b>Etika/tikyba – 1</b>	<b>Geografija – 1</b> <b>Etika/tikyba – 1</b>	<b>Muzika- 1</b>	<b>Etika/tikyba – 1</b>

	išsaugant asmenybės savitumą.				
	<b>3.3. Savitvarda.</b> Siekti susikaupti, kritiškai mąstyti, veikti apgalvotai Jausti atsakomybę už savo poelgius ir mokymosi veiklą. Įvertinti savo mokymosi veiklą, elgesį, rezultatus, nagrinėti sėkmės ir nesėkmės priežastis. Rinktis ne vien tai, kas patrauklu, bet ir tai, kas reikalinga, naudinga. Už kokius darbus esu atsakingas ir kokios mano, kaip mokinio, teisės ir pareigos. Mokymosi veikla, elgesys, rezultatai. Sėkmių ir nesėkmių priežastys. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu.	<b>Inf. technologijos – 1 Etika/tikyba – 1 Lietuvių k. – 1 Muzika – 1</b>	<b>Etika/tikyba – 2 Lietuvių k. – 1 Muzika- 1</b>	<b>Etika/tikyba – 3 Technologijos – 1</b>	<b>Etika/tikyba – 2 Muzika- 1</b>
	<b>3.4.Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija.</b> Aplinkos pažinimas ir tyrimai Gerbti kito asmens nuomonę, taikiai, kūrybingai bendradarbiauti visose gyvenimo srityse. Pasitikėti suaugusiu žmogui. Numatyti, kam galiu patikėti savo mintis ir jausmus ir kuo aš pasitikiu. Pasitikėti savo jėgomis, atsakingai ir kūrybingai remtis informacija sprendžiant problemas. Būti tolerantiškam kitokios išvaizdos, tautybės, lyties ar tikėjimo žmogui. Pokalbio pradžios ir pabaigos etiketas. Požiūrio išsakymo ir prieštaravimo etiketas. Suprasti, kaip mokantis matematikos tobulinami problemų sprendimo gebėjimai. Mokyti pasirinkti vieną alternatyvą iš dviejų. Siūlyti, kaip elgtis, kai yra kliūčių arba ribojančių sąlygų. Siekti dialogo ir taikiai spręsti konfliktus. Atpažinti (ne)tinkamą vartojamą kalbinę raišką.	<b>Etika/tikyba – 2 Technologijos – 2 Lietuvių k. – 1 Muzika - 2</b>	<b>Geografija – 1 Etika/tikyba – 2 Matematika- 1 Technologijos – 1 Lietuvių k. – 1 Muzika - 1</b>	<b>Etika/tikyba – 2 Lietuvių k. – 1 Muzika - 1</b>	<b>Geografija – 1 Etika/tikyba – 1 Matematika- 1 Lietuvių k. – 1 Muzika - 1</b>
<b>4.</b>	<b>Socialinė sveikata</b>	<b>8</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>11</b>
	<b>4.1. Draugystė ir meilė.</b> Gerbti savo ir kitų jausmus, išgyvenimus, žmogiškąjį orumą. Būti draugiškam, atjaučiančiam, nusiteikusiam padėti, pozityviai spręsti konfliktus. Suvokti žmogaus asmens orumą ir unikalumą Jausti atsakomybę už artimą žmogų, draugą. Skirti atsakingo ir neatsakingo elgesio	<b>Etika/tikyba – 2 Lietuvių k. – 2</b>	<b>Muzika – 1 Etika/tikyba – 2 Lietuvių k. – 2</b>	<b>Anglų k. – 1 Etika/tikyba – 1 Lietuvių k. – 1 Muzika – 1 Biologija- 1</b>	<b>Etika/tikyba – 3 Lietuvių k. – 2</b>

	<p>pavyzdžius. Paaiškinti, kodėl nutrūksta darnus santykis su kitu ir kokiais būdais galiu jį atkurti. Žmogaus elgesys, jausmai, apsisprendimai sudėtingose situacijose. Pasitikėjimas savimi, orumas ir savigarba. Jautrumas kitam ir artimo meilė. Kas sieja visus šeimos narius ir kokios vertybės svarbiausios šeimos darnai užtikrinti.</p>				
	<p><b>4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui</b>  Mąstyti ir įvertinti riziką, kokią žalą gali padaryti rūkymas, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimas. Gebėti atsispirti bendraamžių spaudimui.  Įžvelgti galimus pavojus gyvybei ir siūlyti būdus, kaip išvengti rizikos.  Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose.  Netoleruoti ir pasipriešinti smurtui  Ugdytis atsparumą žiniasklaidos stereotipams  Saugiai ir atsakingai elgtis virtualioje erdvėje  Gyventi sveikai ir kritiškai vertinti žalingų įpročių pavyzdžius savo aplinkoje, žiniasklaidoje. Bendravimo telefonu ir internete elgesio taisyklės. Saugiai naudotis interneto paslaugomis.</p>	<p><b>Inf. technologijos – 1</b>  <b>Etika/tikyba – 2</b>  <b>Lietuvių k. – 1</b></p>	<p><b>Etika/tikyba – 1</b>  <b>Lietuvių k. – 1</b></p>	<p><b>Geografija – 1</b>  <b>Anglų k. – 1</b>  <b>Inf. technologijos – 1</b>  <b>Etika/tikyba – 2</b></p>	<p><b>Biologija- 1</b>  <b>Anglų k. – 1</b>  <b>Inf. technologijos – 1</b>  <b>Etika/tikyba – 3</b></p>
	<p><b>Iš viso valandų per mokslo metus:</b></p>	<p><b>41</b></p>	<p><b>42</b></p>	<p><b>39</b></p>	<p><b>39</b></p>