

2023–2024 ir 2024–2025 mokslo metų pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų gimnazijos ugdymo planų 15c priedas

(2023–2024 m. m. I kl., 2024–2025 m. m. I-II kl. privalomo ir pasirenkamojo dalyko ilgalaikio plano rašymo pavyzdys)

PANEVĖŽIO JUOZO BALČIKONIO GIMNAZIJA

2023 – 2024 MOKSLO METŲ I. KLASĖS

GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ PAMOKOS, SU INTEGRUOTU KARJEROS PLANAVIMO MODULIU ILGALAIKIS PLANAS

(dalyko pavadinimas)

(1 pamoka per savaitę, 37 pamokos per mokslo metus)*

Parengė gyvenimo įgūdžių ir karjeros planavimo mokytoja metodininkė Giedrė Valaitienė

2023 m. rugsėjo 1 d.

Panevėžys

1. Mokymo ir mokymosi turinys

Pastaba: *Gyvenimo įgūdžių programos temas rasite pilkame fone. Integruoto karjeros planavimo modulio – baltame fone.*

Temos	Valandos		Kompetencijos (svarbiausios, kurioms teikiamas prioritetas, ne daugiau 2)	Pasiiekimai (pagrindinis lygmuo)	Pastabos
	70 proc.	30 proc.			
I skyrius (ciklas) „Savęs pažinimas. Koks aš esu?“ 9 val. Susipažinimas su programos tikslais, uždaviniais. Vertinimo ir skatinimo nuostatų aptarimas.		1	1.1. Pažinti ir priimti save – savo asmenybės ypatumus, asmenybę kaip visumą ir asmenybės ypatumų sąsajas su karjera.	Susipažįsta su programa. Pasižymi taisyklių ir skatinimo kriterijus.	1 val. 09 mėn. I savaitė
Pagrindinių sąvokų aiškinimasis. Svajonės. Sąsaja su realybe.			1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes, gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su	Gerai pažįsta svarbius savo asmenybės ypatumus: savybes, vertybes,	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 1 val. 09 mėn.

			karjeros sprendimais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 1.2.3. Svarstyti savo socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	svajones polinkius ir interesus, gabumus (1.1.3.1.). Aptaria asmeninių savybių, vertybių, gabumų, svajonių įtaką gyvenimui ir karjerai (1.1.3.4.).	II savaitė <i>Formuojamasis vertinimas</i>
Savęs įvertinimas ir pažinimas: interesų tyrimas.			1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes, gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su karjeros sprendimais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Gerai pažįsta svarbius savo asmenybės ypatumus: savybes, vertybes, svajones polinkius ir interesus, gabumus (1.1.3.1.).	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 1 val. 9 mėn. III savaitė
Interesų sritims tinkančios profesijos.			1.2.3. Svarstyti savo socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Apibūdina artimiausios socialinės aplinkos įtaką pasaulio suvokimui ir karjeros sprendimams (1.2.3.1.). 1.2.3.2. Paaiškina, kodėl priimant karjeros sprendimus svarbu atsižvelgti į būsimus socialinius vaidmenis (1.2.3.2.). Paaiškina, kaip aktualią karjeros informaciją panaudoti planuojant karjerą (2.1.3.3.).	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 1 val. 9 mėn. IV savaitė <i>Kaupiamasis vertinimas</i>
Intelektų tipo nustatymo			1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes,	Gerai pažįsta svarbius savo	<i>Integruotas karjeros</i>

klausimynas. Gabumai.			gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su karjeros sprendimais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	asmenybės ypatumus: savybes, vertybes, svajones, polinkius ir interesus, gabumus (1.1.3.1.). Įvardija ir pavyzdžiais pagrindžia stipriuosius ir keistinus savo asmenybės ypatumus (1.1.3.2.).	<i>planavimo modulis</i> 2 val. 10 mėn. I-II savaitė <i>Kaupiamasis vertinimas</i>
Savęs įvertinimas ir pažinimas: asmeninių ir profesinių vertybių tyrimas. Savęs ir aplinkinių vertinimas.			1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes, gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su karjeros sprendimais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Aptaria asmeninių savybių, vertybių, gabumų, svajonių įtaką gyvenimui ir karjerai (1.1.3.4.).	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 2 val. 10 mėn. III-IV savaitė Pastaba: 10.30-11.03 Rudens atostogos
Laisvalaikis. Įgūdžiai kaip tvarkyti laiką.			1.2.3. Svarstyti savo socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 4.2.3. Sėkmingai adaptuotis ir veikti mokymosi ir laisvalaikio veiklose, susijusiose su asmeniniais karjeros planais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Pateikia sėkmingos karjeros pavyzdžių pagrindžiant savo nuomonę (1.2.3.4.).	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 1 val. 11 mėn. I savaitė <i>Formuojamasis vertinimas</i>
Savęs pažinimas. Refleksija.			1.1.3. Pažinti savo asmenybės savybes, gabumus, interesus, kompetencijas, asmenines ir darbo vertybes, sieti jas su karjeros sprendimais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Apibūdina žmogaus dvasinį, psichinį ir fizinį asmenybės aspektus (1.1.3.3.). Žino keletą savęs motyvavimo ir pasitikėjimo	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 1 val. 11 mėn. II savaitė

				stiprinimo būdų (1.11.3.8.).	<i>Kaupiamasis vertinimas</i>
<p>II skyrius (ciklas) „Karjeros ir mokymosi galimybių nagrinėjimas. Kur link aš einu? Kaip man ten patekti?“ 7 val. Lietuvos švietimo sistema bei mokymo įstaigų tinklas. Pasiruošimas studijoms.</p>			<p>2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 2.2.3. Apibūdinti mokymosi visa gyvenimą galimybes, siejant jas su savo karjeros planu. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)</p>	<p>Paaiškina, kur ir kaip rasti karjeros informaciją (apie savęs pažinimą, darbus, profesijas ir mokymosi galimybes) (2.1.3.1.). Aptaria mokymosi visa gyvenimą būdus ir metodus, susieja juos su asmeniniais planais (2.2.3.2.).</p>	<p><i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 2 val. 11 mėn. III-IV savaitė</p> <p><i>Formuojamasis vertinimas</i></p>
<p>Studijų sritys ir reikalingi mokomieji dalykai. Bendrojo priėmimo taisyklės (www.lamabpo.lt/).</p>			<p>2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 2.3.3. Įvertinti darbo pasaulio kaitą ir darbo formų įvairovę, planuojant savo karjerą. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)</p>	<p>Apibūdina įvairius karjeros informacijos šaltinių, rūšis, informacijos paieškos ir tvarkymo būdus (2.1.3.2.) Apibūdina, kokios kompetencijos yra svarbios XXI amžiaus darbuose (2.3.3.7.).</p>	<p><i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 2 val. 12 mėn. I-II savaitė</p>
<p>Mokymo įstaigų Lietuvoje pristatymas: universitetai, kolegijos.</p>			<p>2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)</p>	<p>Paaiškina, kur ir kaip rasti karjeros informaciją (apie savęs pažinimą, darbus, profesijas ir mokymosi galimybes) (2.1.3.1.).</p>	<p><i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 4 val. 12 mėn. III savaitė – 01 mėn. I,II, III savaitė Pastaba: 12.27-01.05 Kalėdų atostogos</p>
<p>Svarbūs akcentai žengiant į studijų pasaulį.</p>			<p>2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą pasinaudoti aktualia</p>	<p>Paaiškina, kaip aktualią karjeros informaciją panaudoti</p>	<p><i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i></p>

			informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	planuojant karjerą (2.1.3.3.).	1 val. 01 mėn. IV savaitė
Stresas. Streso valdymo būdai.	2		A.Savęs pažinimas, siekimas asmeninių tobulėjimo tikslų ir kėlimas. A1. Atpažįsta, įvardija, valdo emocijas, elgesį, taiko nerimo, streso įveikos metodus (<i>Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).	Pasirenka ir paaiškina, kokias pasirenka žalos nedarančias reagavimo į problemą reakcijas, paaiškina, kuriose situacijose reikia daugiau savitvardos ir geba susitvardyti. Paaiškina, kokie gebėjimai ir įgūdžiai padeda suvaldyti stresą, kada, kur ir kaip reikia kreiptis į psichologinę pagalbą teikiančias organizacijas (A1.3).	2 val. 02 mėn. I, II sav. Pastaba: 02.19-02.23 Žiemos atostogos
Žalingi įpročiai. Nusikaltimai. Terorizmas.	2		D.Asmens, bendruomenės gerovės kūrimas, sveikatos stiprinimas ir saugojimas. D1. Saugo savo ir kitų gyvybę, sveikatą ir turtą (<i>Pažinimo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).	Pateikia pasiūlymų, kaip sukurti emociškai saugią mokymosi ir darbo aplinką, įvardija priežastis bei požymius, kaip atpažinti smurtą namų, mokymosi ir darbo vietoje. Apibūdina teroristinės veiklos būdus, paaiškina, ką turi kiekvienas žinoti apie saugumą teroristinių išpuolių metu, ir sukuria šeimos saugumo planą. Priklausomai nuo situacijos	2 val. 02 mėn. IV sav., 03 sav. I sav.

				<p>pobūdžio taiko tinkamus apsaugos būdus, rūpinasi ne tik savo, bet ir aplinkinių saugumu. Įvardija ir pagrindžia smurto, seksualinių nusikaltimų požymius bei pasekmes, atpažįsta smurto grėsmę, taiko įgūdžius, kurie padeda pasipriešinti smurtui (D1. 3).</p>	
<p>Sprendimų priėmimas – pasiruošimas studijoms. Praktinis darbas „Pasiruošimo studijoms žemėlapis“.</p>	1	2	<p>1.2.3. Svarstyti savo socialinės aplinkos ir socialinių vaidmenų poveikį karjeros sprendimams. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)</p> <p>3.1.3. Nustatyti gyvenimo prioritetus, kelti, vertinti, derinti savo gyvenimo ir karjeros tikslus. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)</p> <p>A.Savęs pažinimas, siekimas asmeninių tobulėjimo tikslų ir kėlimas. A2. Stebi, tiria, atpažįsta, įvardija ir plėtoja asmeninius pomėgius, savybes, talentus, įgūdžius, gebėjimus (<i>Komunikavimo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).</p>	<p>Bendradarbiauja savo socialinėje aplinkoje planuojant asmeninę karjerą (1.2.3.9.). Žino savo svajones ir tikslus, grupuoja juos pagal prioritetus ir aptaria juos su pasirinktais asmenimis (3.1.3.1.). Įvardija savo pomėgius, interesus, asmenybės bruožus, gabumus, kurie reikalingi ateities planams įgyvendinti, planuoja profesinę karjerą ir savanorystės galimybes (A2.3).</p>	<p>3 val. 03 mėn. II, III, IV Pastaba: 04.02-04.05 Pavasario atostogos</p>
<p>Studijos užsienyje.</p>			<p>2.1.3. Rasti, analizuoti, sisteminti, vertinti ir planuojant karjerą</p>	<p>Apibūdina įvairius karjeros informacinius</p>	<p><i>Integruotas karjeros</i></p>

Studijų planas. Refleksija.			pasinaudoti aktualia informacija apie profesijas ir mokymosi galimybes. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 3.2.3. Savarankiškai priimti karjeros sprendimus, taikant įvairius karjeros sprendimo priėmimo modelius ir technikas. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	šaltinius, rūšis, informacijos paieškos ir tvarkymo būdus (2.1.3.2.). Įvertina su asmeninės vizijos / karjeros plano įgyvendinimu susijusius išteklius, numato rizikos veiksnius ir pateikia galimas karjeros plano alternatyvas (3.2.3.4.).	<i>planavimo modulis</i> 1 val. 04 mėn. II savaitė
III skyrius (ciklas) „Darbo rinka. Kas toliau?“ 10-11 val. Darbo pasaulis ir aš. Jaunimo į(si)darbinimo galimybės. Darbo sutartis. Ieškau darbo. Kas gali padėti?			2.3.3. Įvertinti darbo pasaulio kaitą ir darbo formų įvairovę, planuojant savo karjerą. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 4.1.3. Taikyti ir tobulinti karjerai svarbiausias bendrąsias kompetencijas, siejant jas su asmeniniu karjeros planu. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>)	Nusako svarbiausias darbo pasaulio kaitos tendencijas (2.3.3.6.). Apibūdina įvairius kūrybiško problem sprendimo būdus (4.1.3.5.).	<i>Integruotas karjeros planavimo modulis</i> 2 val. 04 mėn. III-IV savaitė <i>Apibendrinamasis vertinimas</i>
Komanda. Komandos formavimo etapai.	1		B. Tarpusavio santykių kūrimas ir mokymasis bendradarbiauti. B1. Rodo įtraukiojo elgesio įgūdžius (<i>Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>). B2. Dirba ir bendradarbiauja įvairiose grupėse (<i>Pilietiškumo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).	Paaiškina, kaip poreikių nepatenkinimas siejasi su mintimis, emocijomis ir elgesiu (B1. 3). Įvardija veiksnius, kurie vienija grupę ir padeda siekti tikslų (B2. 3).	1 val. 05 mėn. I savaitė
Konfliktai. Konfliktų valdymo strategijos.	1		B. Tarpusavio santykių kūrimas ir mokymasis bendradarbiauti. B3. Tyrinėja, atpažįsta ir įvardija kitų žmonių	Atpažįsta ir įvardija subjektyvumą, stereotipus bei nusistatymą prieš	1 val. 05 mėn. II savaitė

			<p>pomėgius, savybes, talentus, gebėjimus ir kitus ypatumus (<i>Pažinimo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>). B4. Kontroliuoja neigiamus santykius ir taiko konfliktų valdymo strategijas (<i>Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).</p>	<p>vieną ar kitą grupę, oponuoja netolerancijai ir stereotipams (B3. 3). Analizuoja ir pagrindžia konfliktų atsiradimo priežastis, pademonstruoja mediacijos gebėjimus. Paaiškina, kas yra mobingas, kokią įtaką daro asmens psichikos sveikatai, paaiškina reakcijos ir pasipriešinimo mobingui žingsnius (B4. 3).</p>	
„Asmeninių karjeros planų pildymas“.	1	1	<p>3.1.3. Nustatyti gyvenimo prioritetus, kelti, vertinti, derinti savo gyvenimo ir karjeros tikslus. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) 3.3.3. Sukurti asmeninį karjeros planą, grįstą savęs pažinimo, karjeros galimybių tyrimo ir karjeros sprendimo rezultatais. (<i>Ugdymo karjerai kompetencija</i>) A.Savęs pažinimas, siekimas asmeninių tobulėjimo tikslų ir kėlimas. A3. Išsikelia akademinis ir asmeninius tikslus, planuoja žingsnius, kaip jų siekti ir veikti (<i>Kūrybiškumo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).</p>	<p>Paaiškina tikslo, svajonės, karjeros, asmeninės vizijos ir gyvenimo tikslų sampratą ir svarbą (3.1.3.2.). Laiku pritaiko darbo pradžios inicijavimo įgūdžius, išvengia įsipareigojimų ir atsakomybių atidėliojimo, paaiškina, kaip gebėjimas planuoti laiką ir darbus padeda pasiekti išsikeltų tikslų (A3.3).</p>	2 val. 05 mėn. III-IV sav.
Aš – Ambasadorius.	1		C .Atsakingas elgesys ir pasiekimų įvertinimas.	Pateikia pavyzdžių, kaip	1 val. 06 mėn.

Tarnybinis etiketas. Kiti susitarimai.			C1. Saugumo ir bendrosios elgesio taisyklės ir susitarimai (<i>Pilietiškumo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>). C2. Priima sprendimus, analizuoja, vertina sprendimų pasekmes (<i>Pažinimo; Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).	taisyklių, įstatymų pažeidimai daro įtaką aplinkinių gyvenimui, šeimai, bendruomenei, Lietuvai ir pasauliui (C1. 3). Paaiškina, kaip socialiniai santykiai padeda priimti tinkamus sprendimus, prisiimti atsakomybę ir geriau atlikti užduotis (C2. 3).	I sav.
Pirmoji pagalba.	1		D.Asmens, bendruomenės gerovės kūrimas, sveikatos stiprinimas ir saugojimas. D2. Geba pademonstruoti, kaip suteikti pirmąją pagalbą, slaugos ir savirūpos įgūdžius, paaiškina, kaip išvengti ligų ir trauma (<i>Socialinė, emocinė, ir sveikos gyvensenos kompetencija</i>).	Paaiškina žmogaus sveikatos poreikius ir pagrindžia, kaip sveikos gyvensenos principų, vertybinių nuostatų laikymasis padeda šiuos poreikius patenkinti. Taiko pirmosios pagalbos teikimo žinias ir įgūdžius gyvybei nepavojingose bei pavojingose situacijose. Paaiškina priklausomybės ligų atsiradimo procesą, kokią įtaką jam daro asmens poreikių nepatenkinimas, kokia yra teikiama pagalba ir gydymas sergantiems	I val. 06 mėn. II sav.

				priklausomybės ligomis (D2. 3).	
Apibendrinimas, temų aptarimas, praktinių darbų vertinimas savianalizei. Refleksija.		1	Sėkmingai pereiti į naują karjeros aplinką ir įsitvirtinti joje (4.2.)	Apžvelgia ir susumuoja ką išmoko per mokslo metus. Įvertina savo įgytas žinias nusakant stipriąsias ir tobulintinas sritis. Sudaro įgytų kompetencijų sąrašą. Išsikelia tolimesnius karjeros tikslus.	1 val. 06 mėn. III sav.

2. Mokinių pažangos ir pasiekimų vertinimas

Dalykas nevertinamas pažymiais. Pusmečio (mokslo metų) pabaigoje vertinamas įskaita. Pamokoje mokiniai aktyviai įtraukiami į situacijas, kuriose jie turės galimybės pademonstruoti savo vertybes ir nuostatas arba žinojimą. Programoje numatyti keturi pasiekimų – mokymo(si) rezultatų lygiai: slenkstinis (1), patenkinamas (2), pagrindinis (3) ir aukštesnysis (4). Vaiko socialinė ir emocinė raida yra individuali, nes mokiniai šių įgūdžių yra ugdomi ne tik formaliajame ugdyme. Dėl šios priežasties *kiekvienas pasiektas pasiekimų lygis bus traktuojamas kaip ugdymo sėkmė.*

„Gyvenimo įgūdžių ugdymo“ programos temos nevertinamos jokiais balais, nei kitais juos pakeičiančiais ženklais ar formomis. Nors netaikomas formalus dalyko žinių vertinimas, formuojamasis vertinimas ir individualios pažangos stebėjimas, apibendrinamasis vertinimas - vyks (*mokytojo pagyrimai, paskatinimai, padėsinimai, bus ugdoma mokinių savistaba – į(si)vertinimas ir pan.*). Mokslo metų pradžioje bus atliekamas diagnostinis vertinimas (*nustatant klasės mokinių socialinių ir emocinių įgūdžių lygį*); pusmečio eigoje - formuojamasis vertinimas; mokslo metų pabaigoje mokytojas analizuos individualius mokinių pasiekimus, juos aptars kartu su mokiniais (*esant poreikiui - su jų tėvais (globėjais)*).

„Karjeros planavimo modulio“ temos, mokiniams atliekant įvairius grupinius ir individualius darbus, **bus vertinamos kaupiamuoju (taškų) vertinimu,** atsižvelgiant į pamokos uždavinius. Norint turėti įskaitą, **per pusmetį** mokiniams, asmeninės pažangos stebėsenai, **rekomenduojama surinkti ne mažiau kaip 30 (gali ir daugiau) taškų.**

Kiekvieno „**Karjeros planavimo modulio**“ skyriaus pabaigoje taikomas apibendrinamasis vertinimas panaudojant įvairius klausimynus, užduotis, kurie parengiami atsižvelgiant į šioje programoje integruoto karjeros planavimo modulio numatytus reikalingus įgyti žinias, gebėjimus, ir įgūdžius. Šie klausimynai leis pamatyti individualius kiekvieno mokinio pasiekimus bei padarytą pažangą.

G. Valaitienė

* valandas planuoti pagal nurodytą savaitių skaičių ir paskirtą pamokų skaičių per savaitę