

## Apžvalginė lentelė

Pavadinimas	Tikslinė grupė	Apžvalga	Vertinimas ir refleksija
<b>Mano 30 sekundžių reklama (pozityvaus tapatumo pratimas)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Mokinių prašoma sukurti reklaminį plakatą ir jį paaiškinančią 30 sekundžių trukmės reklamą, kurios tikslas – pristatyti aplinkiniams mokinio „geriausiąjį aš“ taip, kaip jis pats supranta.	Mokiniai turėtų apsvarstyti, kokiais savo asmenybės bruožais jie labiausiai didžiuojasi, ir pagalvoti, ką jiems reiškia „būti savimi“.
<b>Padedančioji ranka</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Mokiniai sukuria personalizuotus paruoštus priede pateiktus PR rankų siluetus, kurie atspindėtų jų esmines stiprybes, pasiekimus ir turimus paramos šaltinius.	Mokiniai turėtų suprasti, kaip svarbu žinoti, kas jiems gali padėti prireikus ar susidūrus su gyvenimo sunkumais.
<b>„Nevertink knygos pagal viršelį“ (Nupiešk profesiją)</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> </ul>	Drauge su mokiniais tyrinėjami stereotipai, jų prašoma nupiešti „tipinius“ profesijų vaizdinius.	Mokiniai turėtų įvertinti, ar piešiniuose pastebimas lyčių disbalansas ir, jei taip, pasvarstyti jo priežastis.
<b>Geresnės ateities vizija</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 8–9 metų vaikai</li> <li>• Galima pritaikyti įvairioms amžiaus grupėms</li> </ul>	Mokinių prašoma sukurti koliažą, kuris atspindėtų pokyčius, reikalingus pasauliui siekiant lyčių lygybės, ir autoritetus, kuriais reikia sekti, kad tuos pokyčius įgyvendintume.	Mokiniai turėtų aptarti, kaip jie jautėsi įsivaizduodami pasaulį be diskriminacijos lyties pagrindu, ir, remdamiesi šio pratimo įžvalgomis, apsvarstyti pokyčius, prie kurių jie patys gali prisidėti.

## Užsiėmimai atsparumo ugdymo tema

### Užsiėmimai 8–9 metų vaikams

<b>Pavadinimas:</b>	<b>Mano 30 sekundžių reklama (Pozityvaus tapatumo pratimas)</b>
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Gali būti pritaikyta kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	<p>Šio užsiėmimo tikslas – ugdyti mokinių savivoką skatinant juos susitelkti į savo esminius bruožus ir savybes, kurie yra jų unikalios tapatybės dalis, taip pat įvertinant tas sritis, kurias reikėtų tobulinti. Skatinant mokinius apmąstyti, kaip jie sąveikauja su aplinka ir kitais, jo metu ugdomi ir mokinių savęs pristatymo įgūdžiai.</p> <p>Be to, suteikdamas galimybę įvairiomis inovatyviomis raiškos priemonėmis sukurti savo asmeninę reklamą, pratimas skatina mokinių kūrybiškumą.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Savęs pristatymas</li> <li>• Kūrybingumas</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b>Priemonės:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Priedas „Mano 30 sekundžių reklama“</li> <li>• Rašiklis/pieštukas</li> </ul> <p><b>Nurodymai:</b></p> <p>Mokiniam išdalijus priedą „Mano 30 sekundžių reklama“, paprašoma sukurti savo pačių 30 sekundžių reklamą. Ši reklama turėtų atspindėti, ką jie patys apie save galvoja ir kokį savo įvaizdį jie nori perteikti kitiems.</p> <p>(Norint paskatinti kūrybiškumą, mokiniams galima pasiūlyti reklamą kurti asmeniškai atsakant į specifinį klausimą, pavyzdžiui: „Jei būčiau gyvūnas, būčiau...“ arba „Esu labiausiai panašus/-i į [konkreti asmenybė iš praeities],</p>

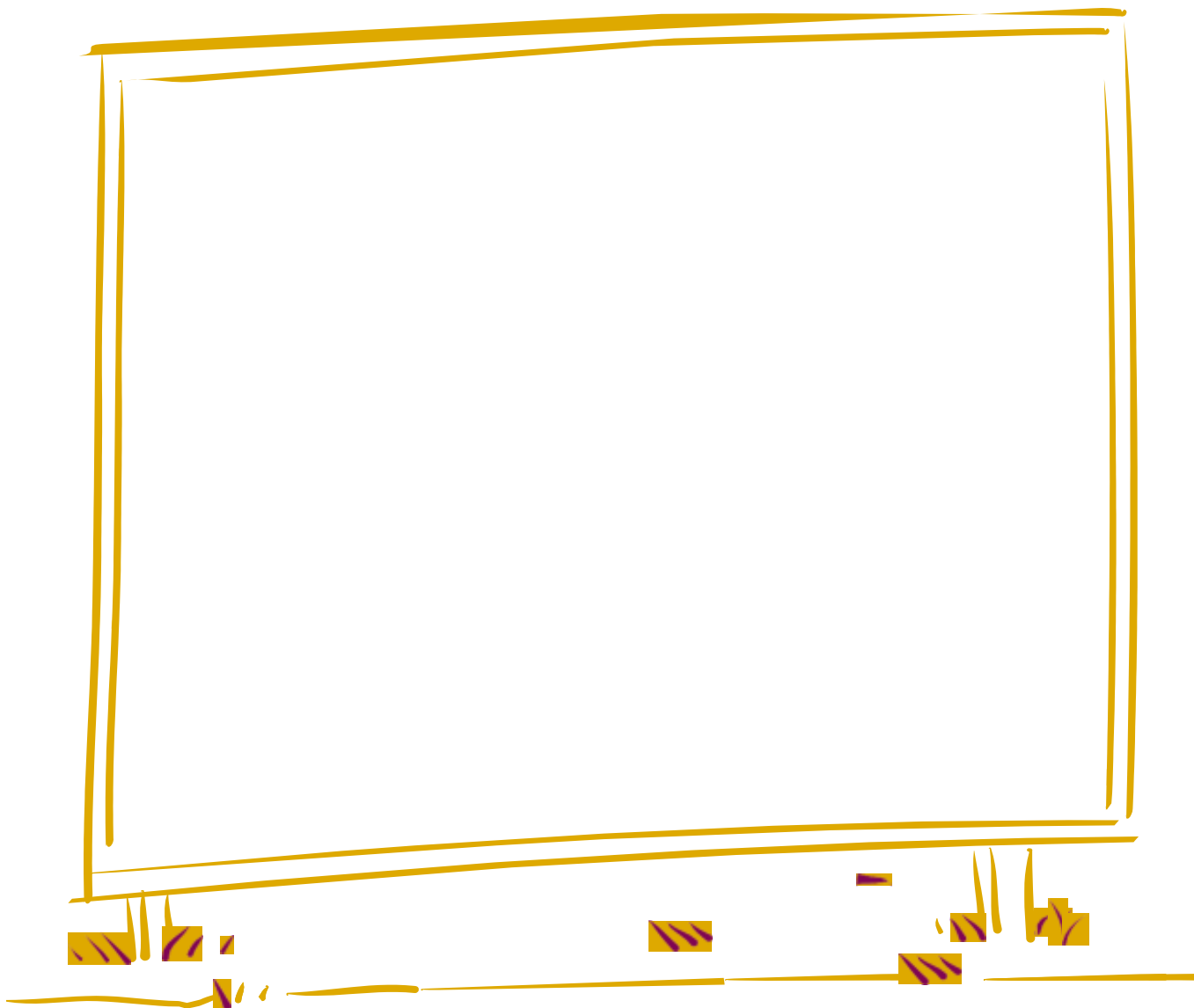
	<p>nes...“).</p> <p>Baigę kurti savo reklamas mokiniai kviečiami jas pristatyti klasei. Jie gali pasinaudoti įvairiais pristatymą praturtinančiais priedais (pavyzdžiui, rekvizitais, fonine muzika ar garso efektais ir t. t.).</p> <p>Alternatyvus pasiūlymas siekiant, kad mokiniai į veiklą žiūrėtų rimtai ir padėtų tiems drovesniems mokiniams, kurie atlikdami šį savęs pristatymo pratimą nesijaučia jaukiai: mokiniai gali apsikeisti reklamomis ir pristatyti kito vaiko reklamą. Tokiu atveju mokiniai kito vaiko reklamą pristato klasės draugams naudodamiesi pratimo priede pateikta informacija.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paprašykite dalyvių, kad įvertintų, kaip jaučiasi po šio pratimo. Galite naudotis apačioje esančiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kaip jautėtės, kad reikėjo į 30 sekundžių sutalpinti savo geriausias savybes?</li> <li>- Jei reikėtų daryti pratimą iš naujo, ar kurį nors reklamos aspektą keistumėte? Jei taip, kodėl?</li> <li>- Kuo, jūsų manymu, šis užsiėmimas svarbus?</li> <li>- Kokią svarbiausią išvalgą išsinešate iš šio pratimo?</li> </ul>

### Šaltinio nuoroda:

Pritaikyta iš *Erasmus+* remiamo projekto SUCCESS (Strategies to Utilize and Cultivate positive Characteristics and Employability Skills in Schools).

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Mano 30 sekundžių reklama



*This report was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014 - 2020). The content of this report represents the views of the author only and is his/her sole responsibility. The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*



Co-funded by the Rights,  
Equality and Citizenship (REC)  
Programme of the European Union

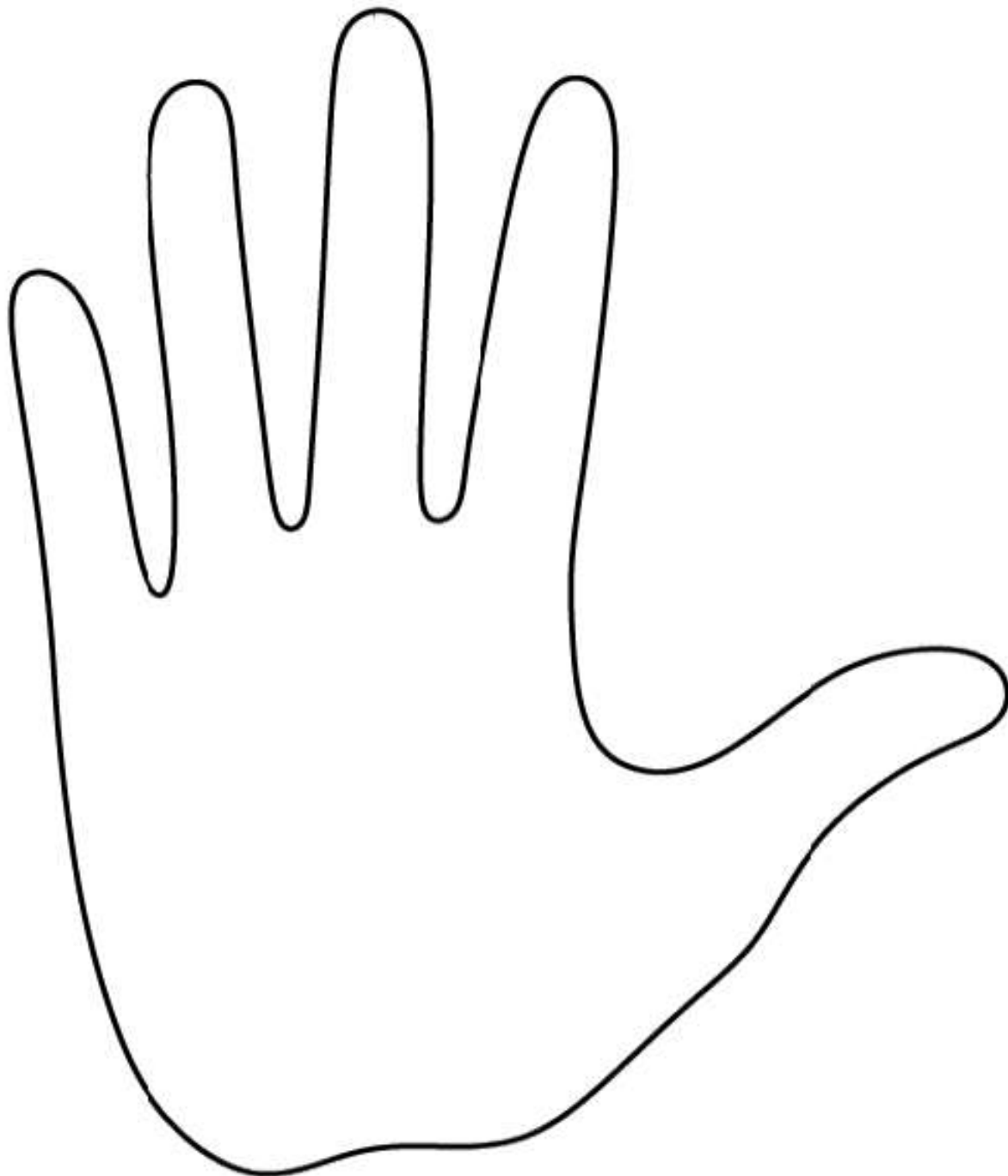


Pavadinimas: Padedančioji ranka	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Šis užsiėmimas padės mokiniams įvardyti žmones, į kuriuos jie gali kreiptis pagalbos, jei jos prisireiks. Užtikrinti, kad apie diskriminacijos atvejus bus tinkamai pranešta – vienas iš esminių projekto prioritetų, o padėti mokiniams atrasti, kuo jie, prireikus paramos, gali pasitikėti – vienas pamatinių šio proceso elementų.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sąmoningumas</li> <li>• Parama</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pieštukas</li> <li>• Spalvoti pieštukai/Žymikliai/Kreidutės/Dažai</li> <li>• Žurnalai</li> <li>• Nuotraukos</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Pirmiausia mokiniams išdalijamos „Padedančiosios rankos“ lapų kopijos (arba, jei norite labiau suasmeninti, mokiniai gali patys nukopijuoti savo plaštakos formą popieriaus lape).</p> <p>Paprašykite mokinių ant popierinio delno sukurti koliažą iš nuotraukų [paveikslėlių ar žodžių, kurie apibūdina jų asmenybę, vertybes, interesus ir pasiekimus]. Padrąsinkite mokinius kiek įmanoma kūrybiškiau rinktis, kaip papuošti „delną“, kad šis kuo tiksliau atspindėtų jų asmenybę ir stiprybes.</p> <p>Baigę šią užduotį, mokiniai turėtų pagalvoti ir prisiminti, kada gyvenime buvo atsidūrę sudėtingoje ar nemalonioje situacijoje ir kaip ją įveikė. Mokiniai turėtų suprasti, kad daugeliu tokių atvejų kitų žmonių parama gali būti ypač svarbi, kad tokias situacijas pavyktų sėkmingai įveikti. Vėliau mokinių</p>

	<p>prašoma ant kiekvieno iš penkių pirštų antspaudų priklijuoti ar nupiešti (nuotraukas, paveikslėlius ar simbolinius vaizdus), atspindinčius žmogų (žmones), į kurį (kuriuos) jie gali kreiptis sudėtingomis situacijomis. Šie žmonės gali būti tėvai/globėjai, seserys, broliai, pusbroliai, pusseserės, draugai, mokytojai, treneriai ir pan.</p> <p>Ant kiekvieno „piršto“ mokinys turėtų užrašyti, kaip to piršto pavaizduotas žmogus jiems padėjo, pvz., „Mano muzikos mokytoja tikėjo manimi, kai man sunkiai sekėsi mokytis naujo kūrinio“ ar „Mano sesuo rado laiko išklausyti mane ir padėjo nuspręsti, kaip man geriau išspręsti konfliktą su gera drauge“.</p> <p>Pabaigę pratimą mokiniai pasilieka „Padedančiosios rankos“ koliažą kaip priminimą, kokius iššūkius jau įveikė, kaip priemonę, padedančią pasijusti geriau ir atpažinti, kokius paramos šaltinius asmuo turi savo gyvenime.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Paprašykite mokinių po pratimo apmąstyti savo jausmus. Galite naudotis šiais klausimais:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jautiesi pasibaigus pratimui?</li> <li>• Kodėl, tavo manymu, svarbu žinoti savo paramos tinklą?</li> </ul>

**Šio užsiėmimo priedas pateiktas kitame puslapyje.**

## Priedas „Padedančioji ranka“



*This report was funded by the European Union's Rights, Equality and Citizenship Programme (2014 - 2020). The content of this report represents the views of the author only and is his/her sole responsibility. The European Commission does not accept any responsibility for use that may be made of the information it contains.*



Co-funded by the Rights,  
Equality and Citizenship (REC)  
Programme of the European Union



<b>Pavadinimas:</b> Nespręsk apie knygą pagal viršelį	
<b>Trukmė:</b>	45 min.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai
<b>Tikslai:</b>	<p>Užsiėmimo metu mokiniams bus parodyta, kad žmogaus profesinis gyvenimas neturi būti nulemtas jo lyties, o turi būti susijęs su jo/jos interesais, stiprybėmis ir įgūdžiais. Taip pat mokiniams bus pabrėžiama pasirinkimo laisvė – jie bus supažindinti su galią turinčiais autoritetais, kurių pavyzdžiai rodo, jog įprastus lyčių stereotipus įmanoma paneigti ir kad jie jau yra paneigiami.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Savivoka</li> <li>• Pasitikėjimas savimi</li> <li>• Motyvacija</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Popierius ir pieštukai spalvinimui</li> <li>• Profesijų etiketės (viena suporuota su „Moteris“, kita su „Vyras“) (x2)</li> <li>• Guma lipinimui prie paviršių (<i>Blue Tac</i>)</li> <li>• Įtakingų žmonių, susijusių su kiekviena profesija, nuotraukos</li> <li>• *Alternatyva: Neutralios nuotraukos, neatspindinčios jų profesijų.</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Paprašykite mokinių nupiešti (kiekvienam piešiniui skirti atskirą popieriaus lapą) piešinėlį, kuris atspindėtų žmogų, dirbantį šiuos darbus (galima pridėti ir savų pavyzdžių):</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Šokėjas/-a</li> <li>2. Mokslininkas/-ė</li> <li>3. Ministras pirmininkas/-ė</li> <li>4. Sėkmingas teniso žaidėjas/-a</li> <li>5. Slaugytojas/-a</li> <li>6. Madų dizaineris/-ė</li> </ol>



	<p style="text-align: center;"><b>7. Pasaulinio lygio roko žvaigždė</b></p> <p>Vaikams baigus piešti mokytojas turėtų skirtingose klasės vietose pakabinti profesijų pavadinimus, susietus su lytimis (pavyzdžiui, klasėje turėtų kabėti du profesijos „Gydytojas“ pavadinimai – vienas „Gydytojas“, o kitas „Gydytoja“; abu pavadinimai turėtų būti pakabinti priešinguose klasės galuose).</p> <p>Mokiniai lipnia guma prikabia piešinius po atitinkamu pavadinimu, priklausomai nuo to, kokios lyties profesijos atstovą/-ę jie nupiešė. Mokytojas peržiūri mokinių pakabintus piešinius ir įvertina, kiek išlaikytas kiekvienos lyties balansas. Jei prie vienos lyties profesijos piešinių daugiau nei prie kitos, inicijuojama diskusija apie tai, kodėl taip atsitiko ir ar tai atspindi tikrovę.</p> <p>Vėliau mokiniams parodomi žinomi žmonės, kurie paneigė/paneigia lyčių stereotipus tam tikrose profesijose, pvz., Jacinda Ardern – Naujosios Zelandijos ministrė pirmininkė; Michael’as Flatley’is – žinomas <i>Riverdance</i> šokėjas; Steffi Graf – viena žinomiausių pasaulio tenisininkų; videoįrašas apie vaikiną slaugytoją arba merginą santechnikę.</p> <p>Mokiniai pasigilina į stiprybes, kurios būdingos tam tikrų profesijų atstovams, ir padiskutuoja apie tai, kad būtent šios stiprybės, o ne jo lytis apibrėžia žmogaus sėkmę.</p> <p><b>*Alternatyvus metodas:</b> Profesijų atstovų piešimas užima nemažai laiko, todėl galima taikyti alternatyvų būdą: pateikti mokiniams vyrų ir moterų specialistų nuotraukas, kurios neatskleidžia jų profesinės veiklos. Mokiniai išdalytus atvaizdus turėtų priskirti po vieną kiekvienai nurodytai profesijai, kuri, jų supratimu, būtų tinkama tam konkrečiam pavaizduotam asmeniui.</p>
<p><b>Vertinimas ir refleksija</b></p>	<p>Paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus po šio užsiėmimo. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kodėl, tavo manymu, kalbant apie tam tikras profesijas egzistuoja toks lyčių disbalansas?</li> <li>• Kaip jautiesi matydamas sėkmingus žmones, dirbančius darbus, kurie</li> </ul>

paprastai nėra siejami su jų lytimi?

- Kokie, tavo manymu, pokyčiai būtini pasaulyje, kad būtų pasiektas geresnis lyčių balansas, taip pat ir šioje užduotyje?

Pavadinimas: <span style="float: right;">Geresnės ateities vizija</span>	
<b>Trukmė:</b>	45 min.–1 val.* * Mokiniams gali prireikti laiko pasirengti – apmąstyti, ką jie nori įtraukti į savo koliažą.
<b>Tikslinė grupė:</b>	8–9 metų vaikai (Galima pritaikyti kitoms amžiaus grupėms)
<b>Tikslai:</b>	Šio užsiėmimo tikslas – įkvėpti mokiniams viltį, kad mūsų visuomenės taps pažangesnė ir tobulesnė. Taip pat siekiama sudaryti sąlygas mokiniams aptarti, koks svarbus šis klausimas, ko jie jau išmoko, ir stiprinti ryšius klasėje bei lavinti mokinių gebėjimus dirbti harmoningai ir produktyviai. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Optimizmas</li> <li>• Refleksija</li> <li>• Socialiniai įgūdžiai</li> <li>• Bendradarbiavimas</li> <li>• Pagarba</li> </ul>
<b>Instrukcija</b>	<p><b><u>Priemonės:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Žurnalai</li> <li>• Spalvoti pieštukai/Flomasteriai/Kreidelės</li> <li>• A2 popieriaus lapai</li> <li>• Interneto prieiga rastai medžiagai atsispausdinti (Nebūtina, bet kai kuriems mokiniams gali sudaryti sąlygas lengviau pasirinkti medžiagą kūrybai)</li> </ul> <p><b><u>Nurodymai:</u></b></p> <p>Mokiniam pranešama, kad jie turės sukurti sienos puošmeną (koliažą), atspindinčią visuomenę, kurioje pasiekta lyčių lygybė. Mokiniam siūloma naudotis visais galimais ištekiais (žurnalais, laikraščiais, žinomomis citatomis, nuotraukomis, piešiniais...). Apie užsiėmimą mokiniams turėtų būti</p>

	<p>pranešta iš anksto, kad jie prireikus galėtų apgalvoti ir patyrinti temą.</p> <p>Mokinius patartina paskirstyti į grupes po 4–5 ir duoti jiems po didelį lapą popieriaus, žurnalų, laikraščių, piešimo priemonių.</p> <p>Koliažas turėtų atspindėti bent 3 pageidaujamus pokyčius ir bent 4–5 autoritetus (kiekvienas mokinys turėtų pasirinkti bent po vieną autoritetą lyčių lygybės tema), kurių pavyzdys gali padėti pasiekti lygių galimybių visuomenės viziją. Koliaže žodžiais, citatomis, paveikslėliais ir t. t. taip pat turėtų atsispindėtos 3 savybės, reikalingos kaip pamatas tam, kad įvyktų norimi pokyčiai (pvz., aistra, užsispyrimas, drąsa ir t. t.).</p> <p>Pabaigę užduotį, mokiniai koliažą pristato klasei, kiekvienas pasidalija, kas jam yra autoritetas siekiant lygybės ir kaip tas autoritetas jį kvepia.</p> <p>Iš anksto numatytoje klasės vietoje, pavadintoje „Mūsų geresnės ateities vizija“, visų grupių darbai sukabinami ir paliekami kuriam laikui, kad būtų priminimas klasei, jog ji siekia lygesnių galimybių visuomenės.</p>
<b>Vertinimas ir refleksija</b>	<p>Po užsiėmimo paprašykite dalyvių apmąstyti savo jausmus. Galite užduoti šiuos klausimus:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kaip jautėtės galvodami apie ateitį, kurioje nebūtų diskriminacijos ir nelygybės lyties pagrindu?</li> <li>• Kaip jums atrodo, kuo kiekvienas iš jūsų atskirai ir kaip klasė galite prisidėti prie kovos dėl visuomenės lygybės?</li> <li>• Ar pamatę bendraklasių koliažus atradote kokių nors netikėtų dalykų?</li> <li>• Jei dabar perdarytumėte koliažą, ar ką nors jame pakeistumėte?</li> <li>• Ką žadate nuveikti savo kasdieniame gyvenime, kad paskatintumėte lyčių lygybę?</li> </ul>