

ALKOHOLIO, TABAKO IR KITŲ PSICHIKĄ VEIKIANČIŲ MEDŽIAGŲ VARTOJIMO PREVENCIJOS PROGRAMA

1. Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programos integravimas į mokomųjų dalykų turinį			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
1.1 Dorinis ugdymas			
<p>Netoleruoti žalingų įpročių. Ugdomas gebėjimas kritiškai vertinti elgesį, susijusį su alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimu bei juos vartoti skatinančius veiksnius (reklamą, socialinį ir bendraamžių spaudimą, kt.).</p> <p>Gyventi be žalingų įpročių. Ugdomas teigiamas požiūris į nevirtojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį.</p> <p>Tabako poveikis jaunam organizmui. Ugdomas teigiamas požiūris į nevirtojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata.</p>	<p>Gyventi be žalingų įpročių. Ugdomas teigiamas požiūris į nevirtojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį. Atsakomybė už savo santykius.</p> <p>Tabako poveikis jaunam organizmui. Ugdomas teigiamas požiūris į nevirtojantį psichiką veikiančių medžiagų asmenį. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata.</p>	<p>Asmens laisvė. Ugdomas atsakingumas už savo elgesį</p> <p>Alkoholio poveikis jaunam organizmui. Ugdomas teigiamas požiūris į blaivų gyvenimo būdą ir alkoholio nevirtojantį asmenį.</p>	<p>Egzistencinis nerimas. Ugdoma nuostata vengti pačiam ir padėti kitiems išvengti psichiką veikiančių medžiagų vartojimo rizikos.</p> <p>Alkoholio poveikis jaunam organizmui. Ugdomas teigiamas požiūris į blaivų gyvenimo būdą ir alkoholio nevirtojantį asmenį.</p>
1.2. Chemija			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
Žalingas psichiką veikiančių	Žalingas psichiką veikiančių	Žalingas psichiką veikiančių	Alkoholis ir karjera. Socialiniai

<p>medžiagų poveikis žmogui ir visuomenei. Formuojamas tvirtas neigiamas požiūris į psichiką veikiančių medžiagų vartojimą, platinimą ir eksperimentavimą jomis.</p> <p>Rūkymo pasekmės fizinei ir psichikos sveikatai. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata. Stiprinama nuostata nerūkyti.</p>	<p>medžiagų poveikis žmogui ir visuomenei. Formuojamas tvirtas neigiamas požiūris į psichiką veikiančių medžiagų vartojimą, platinimą ir eksperimentavimą jomis.</p> <p>Rūkymo pasekmės fizinei ir psichikos sveikatai. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata. Stiprinama nuostata nerūkyti.</p> <p>Alkoholio vartojimo pasekmės fizinei ir psichinei veiklai. Formuojama nuostata, kad priklausomybė nuo alkoholio – liga, kurią būtina ir galima įveikti.</p>	<p>medžiagų poveikis žmogui ir visuomenei. Formuojamas tvirtas neigiamas požiūris į psichiką veikiančių medžiagų vartojimą, platinimą ir eksperimentavimą jomis.</p> <p>Alkoholio žala žmogaus organizmui ir visuomenei, socialiniai piktnaudžiavimo alkoholiu padariniai. Formuojama nuostata, kad priklausomybė nuo alkoholio – liga, kurią būtina ir galima įveikti.</p>	<p>piktnaudžiavimo alkoholiu padariniai. Formuojama nuostata, kad priklausomybė nuo alkoholio – liga, kurią būtina ir galima įveikti.</p>
1.3. Biologija			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
<p>Rūkymo poveikis kvėpavimo sistemai. Žalingi įpročiai. Rūkymo keliami pavojai. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata. Stiprinama nuostata nerūkyti, nevirtoti alkoholinių gėrimų. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkanti, nevirtojanti psichiką veikiančių medžiagų asmenį, blaivų gyvenimo būdą. Ugdomas atsakingumas už savo ir draugų, šeimos narių elgesį, gebėjimas diskutuoti žalingų įpročių</p>	<p>Rūkymo keliami pavojai. Skatinama nuostata rūpintis savo draugų ir šeimos narių fizine ir psichine sveikata. Stiprinama nuostata nerūkyti, nevirtoti alkoholinių gėrimų. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkanti, nevirtojanti psichiką veikiančių medžiagų asmenį, blaivų gyvenimo būdą. Ugdomas atsakingumas už savo ir draugų, šeimos narių elgesį, gebėjimas diskutuoti žalingų įpročių prevencijos klausimais.</p>	<p>Narkotinių medžiagų poveikis nervų sistemai. Ugdoma nuostata rūpintis savo ir kitų fizine ir psichine sveikata. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkanti asmenį. Ugdomas atsakingumas už savo elgesį. Ugdomas įsitikinimas, kad yra veiksmingų priemonių, padedančių žmonėms atsisakyti žalingų įpročių.</p>	<p>Žalingų veiksnių poveikis žmogaus gemalo ir vaisiaus raidai. Ugdomas atsakingumas už savo elgesį.</p>

prevencijos klausimais.			
1.4. Dailė			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
Gyvenkime be žalingų įpročių. Motyvuojama sveikai gyventi, nevartoti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų. Ugdomas kritinis mąstymas, atsakomybė už savo veiksmus ir elgesį.			
1.5. Istorija			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
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.	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.	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.
1.6. Fizinis ugdymas			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
Rūkymo netoleravimas. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkantį asmenį. Ugdoma atsakomybė už savo elgesį. Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą.	Rūkymo netoleravimas. Ugdomas teigiamas požiūris į nerūkantį asmenį. Ugdoma atsakomybė už savo elgesį. Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą.	Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą.	Sveikos gyvensenos ir sveikatos stiprinimo būdai. Ugdoma nuostata sveikai gyventi ir stiprinti sveikatą.
1.7. Psichologija			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
		Alkoholio ir tabako žala prenatalinio	Alkoholio ir tabako žala

		vystymosi stadijoje. Formuojamas atsakomybės jausmas už savo ir būsimos kartos sveikatą	prenatalinio vystymosi stadijoje. Formuojamas atsakomybės jausmas už savo ir būsimos kartos sveikatą
2.1. Socialinio emocinio intelekto ugdymo programos integravimas į mokomųjų dalykų turinį			
2.1.1. Dorinis ugdymas			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
<p>Santykis „Aš-aš. Mąstyti - tai gyventi. Savojo "Aš" paieška. Savimonė. Geras savo emocijų ir vertybių, kurios tarnautų atsparumui ir gebėjimui save apriboti, žinojimas.</p> <p>Poreikių prioritetai. Laisvas pasirinkimas ir atsakomybė. Sąmoningas ir pasąmoningas pasirinkimas. Savitvarda. Emocijų ir elgesio valdymas siekiant savo tikslų.</p> <p>Savastis ir tapatybė. Sąžinė. Sąžinės veiksmingumas. Autoriteto įtaka. Socialinis sąmoningumas. Supratimas ir empatiškumas kitų atžvilgiu.</p> <p>Tiesiu pagalbos ranką. Kartu išgyventi lengviau. Draugystė ir bičiulystė. Bendravimas virtualioje erdvėje. Saugus bendravimas internete. Tarpusavio santykiai. Pozityvių santykių formavimas, darbas komandoje, veiksmingas konfliktų sprendimas.</p> <p>Mokytis ir suprasti savo pasaulimą. Ieškome savo</p>	<p>Aš - tu. Santykis su pasauliu. Šiuolaikinio pasaulio pokyčiai. Asmenybės savastis ir tapsmas. Žmogus ir kultūra. Tapatumo problema. Gyvenimas yra vertybė. Savimonė. Geras savo emocijų ir vertybių, kurios tarnautų atsparumui ir gebėjimui save apriboti, žinojimas.</p> <p>Donorystė. Socialinis sąmoningumas. Supratimas ir empatiškumas kitų atžvilgiu.</p> <p>Draugų lūkesčiai ir draugystės motyvai. Interneto nauda ir grėsmė. Vyriškumas ir moteriškumas. Asmeninių santykių apžvalga. Atsakomybė už savo santykius. Būsi palankus - laimingiau gyvensi. Tarpusavio santykiai. Pozityvių santykių formavimas, darbas komandoje, veiksmingas konfliktų sprendimas.</p> <p>Lygių galimybių ir teisių įgyvendinimas. Lyderystė. Pagarba savo kultūrai. Tautiškumas. Pilietinė</p>	<p>Kas esu ir kuo noriu būti? Tapatumo paieškos. Kaip ugdyti charakterį? Savimonė. Geras savo emocijų ir vertybių, kurios tarnautų atsparumui ir gebėjimui save apriboti, žinojimas.</p> <p>Savistaba, savirefleksija. Savitvarda. Emocijų ir elgesio valdymas siekiant savo tikslų.</p> <p>Kaip asmens laisvė susijusi su vertybėmis? Laisvė. Asmens laisvė. Kasdienis ir filosofinis gyvenimas. Socialinis sąmoningumas. Supratimas ir empatiškumas kitų atžvilgiu.</p> <p>Aš ir kitas. Buberio žmogiškasis santykis. Kodėl išgyvename vieatvę? Vientvė ir vienišumas. Kokia yra draugystės ir bičiulystės etinė vertė? Draugiški ir dalykiški santykiai. Išklaustyti kitą. Kaip meilė išaukština žmogaus orumą ir gyvenimo vertę? Meilės rūšys. Vyrai ir moterų kine. Kodėl jaučiu atsakomybę ir kaltę prieš kitą žmogų? Tarpusavio santykiai. Pozityvių santykių formavimas, darbas komandoje,</p>	<p>Žmogaus prigimtis: sociali ar egocentriška? Savimonė. Geras savo emocijų ir vertybių, kurios tarnautų atsparumui ir gebėjimui save apriboti, žinojimas.</p> <p>Laimė kaip gyvenimo įprasminimo galimybė. Hedonizmas ir eudemonizmas. Laimė man. Filosofų požiūris į žmogaus egzistenciją. Egzistencinis nerimas. Kančios kilmė, prasmė ir žmogaus etinė laikysena su ja susidūrus. Gyvenimo įprasminimas. Gyvenimo vertė ir prasmė. Gyvenimo prasmės poreikis. Mano gyvenimo prasmė. Savitvarda. Emocijų ir elgesio valdymas siekiant savo tikslų.</p> <p>Kaip filosofiškai grindžiamos žmogaus teisės ir teisingumo principas? Žmogaus teisės filosofijoje. Kaltė ir atsakomybė. Socialinis sąmoningumas. Supratimas ir empatiškumas kitų atžvilgiu.</p>

<p>pašaukimo. Pagarbus požiūris ir elgesys. Atsakingas sprendimų priėmimas. Moralūs ir konstruktyvūs sprendimai, susiję su asmeniniu ir socialiniu elgesiu.</p>	<p>atsakomybė. Bausmė. Pareiga kitiems. Gebėti būti sveiku. Atsakingas sprendimų priėmimas. Moralūs ir konstruktyvūs sprendimai, susiję su asmeniniu ir socialiniu elgesiu.</p> <p>Sąžinė. Laisvas ir sąmoningas pasirinkimas. Gyventi sąžiningai. Kaip būti autoritetu. Gebėjimai, troškimai ir galimybės. Profesinė veikla kaip savikūra. Vienatvė ir vienišumas. Savitvarda. Emocijų ir elgesio valdymas siekiant savo tikslų.</p>	<p>veiksmingas konfliktų sprendimas. Atsakingas sprendimų priėmimas. Moralūs ir konstruktyvūs sprendimai, susiję su asmeniniu ir socialiniu elgesiu.</p>	<p>Kokią įtaką asmenybės dorinei raidai turi vaikų ir tėvų santykiai? Tėvų ir vaikų santykiai.</p> <p>Kuo grindžiama pagarbos tėvams nuostata? Šiuolaikinės šeimos modelis. Kuo grindžiami moters ir vyro įvaizdžiai? Moters ir vyro įvaizdžiai žiniasklaidoje ir kine. Vyro ir moters santykių problemos.</p> <p>Tarpusavio santykiai. Pozityvių santykių formavimas, darbas komandoje, veiksmingas konfliktų sprendimas.</p> <p>Propaganda. Gebėti atpažinti šališkus ir nešališkus pranešimus. Ekologinės problemos kine.</p> <p>Atsakingas sprendimų priėmimas. Moralūs ir konstruktyvūs sprendimai, susiję su asmeniniu ir socialiniu elgesiu.</p>
2.1.2. Psichologija			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
		<p>Vertybės ir gyvenimo tikslai, motyvacija, emocijos ir jausmai, „aš“ vaizdas, savivertė. Savęs pažinimas ir priėmimas, mentalizacijos kompetencija, savivertės stiprinimas, iniciatyvumas ir tolerancija.</p>	<p>Komunikacija, socialinis suvokimas, santykiai, konfliktai. Mentalizacijos kompetencija, humaniškumas, teisingumas, pagarba kitiems, meilė ir partnerystė, iniciatyvumas ir tolerancija.</p> <p>Psichinė sveikata, psichohigiena, stresas, krizės, priklausomybės. Savęs pažinimas ir priėmimas,</p>

			mentalizacijos kompetencija, savivertės stiprinimas, sveiko gyvenimo būdo kompetencija, humaniškumas, pagarba kitiems, iniciatyvumas ir tolerancija.
2.2. Socialinio emocinio intelekto ugdymo programos integravimas į klasių kuratorių veiklą			
I klasė	II klasė	III klasė	IV klasė
<p>Socialinių įgūdžių formavimo praktiniai užsiėmimai. Sukuriamos palankios sąlygos gerai mokinių savijautai gimnazijoje, stiprėja mokinių savivoka, jie išmoksta atpažinti savo būsenas, valdyti jas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Įvaizdžio kūrimas klasėje; • Klasės požiūris į patyčias; • Tolerancija. <p>Socialinės emocinės pagalbos modelis „Antroka- pirmokui“ Klasių sutelktumo užsiėmimai. Stiprinamos klasių bendruomenės, kiekvienas jaučiasi vertingas, reikalingas ir saugus (atskira programa).</p> <p>Klasių sutelktumo užsiėmimai, kuriuos veda gimnazijos Alumnai (atskira programa).</p> <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių sutelktumo renginys „Naktis gimnazijoje“.</p> <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių išvykos, renginiai. Gimnazijoje kuriama ir palaikoma aplinka, orientuota į visų jos narių tarpusavio bendravimo, supratingumo, pagalbos vaikui ir vienas kitam stiprinimą.</p>	<p>Socialinių įgūdžių formavimo praktiniai užsiėmimai Sukuriamos palankios sąlygos gerai mokinių savijautai gimnazijoje, stiprėja mokinių savivoka, jie išmoksta atpažinti savo būsenas, valdyti jas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lyderystė klasėje. • Mokinių tarpusavio santykiai. • Konfliktai ir jų sprendimo būdai. <p>Socialinės emocinės pagalbos modelis „Antroka- pirmokui“ Klasių sutelktumo užsiėmimai. Stiprinamos klasių bendruomenės, kiekvienas jaučiasi vertingas, reikalingas ir saugus (atskira programa).</p> <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių sutelktumo renginys „Naktis gimnazijoje“.</p> <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių išvykos, renginiai. Gimnazijoje kuriama ir palaikoma aplinka, orientuota į visų jos narių tarpusavio bendravimo, supratingumo, pagalbos vaikui ir vienas kitam stiprinimą.</p>	<p>Socialinių įgūdžių formavimo praktiniai užsiėmimai Sukuriamos palankios sąlygos gerai mokinių savijautai gimnazijoje, stiprėja mokinių savivoka, jie išmoksta atpažinti savo būsenas, valdyti jas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Krizės. Įveikimo būdai • Streso valdymas • Psichologinio atsparumo ugdymas <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių išvykos, renginiai. Gimnazijoje kuriama ir palaikoma aplinka, orientuota į visų jos narių tarpusavio bendravimo, supratingumo, pagalbos vaikui ir vienas kitam stiprinimą.</p> <p>Klasės mokinių, juos mokančių mokytojų ir tėvų „Apskrito stalo“ diskusijos. Emociškai saugios ir palaikančios aplinkos mokinio asmenybės augimui sukūrimas, švietimo pagalbos kokybės gerinimas.</p>	<p>Socialinių įgūdžių formavimo praktiniai užsiėmimai Sukuriamos palankios sąlygos gerai mokinių savijautai gimnazijoje, stiprėja mokinių savivoka, jie išmoksta atpažinti savo būsenas, valdyti jas.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Krizės. Įveikimo būdai • Streso valdymas • Psichologinio atsparumo ugdymas <p>Mokinių ir jų tėvų klasių bendruomenių išvykos, renginiai. Gimnazijoje kuriama ir palaikoma aplinka, orientuota į visų jos narių tarpusavio bendravimo, supratingumo, pagalbos vaikui ir vienas kitam stiprinimą.</p> <p>Klasės mokinių, juos mokančių mokytojų ir tėvų „Apskrito stalo“ diskusijos. Emociškai saugios ir palaikančios aplinkos mokinio asmenybės augimui sukūrimas, švietimo pagalbos kokybės gerinimas.</p>

<p>tarpusavio bendravimo, supratingumo, pagalbos vaikui ir vienas kitam stiprinimą.</p> <p>Klasės mokinių, juos mokančių mokytojų ir tėvų „Apskrito stalo“ diskusijos. Emociškai saugios ir palaikančios aplinkos mokinio asmenybės augimui sukūrimas, švietimo pagalbos kokybės gerinimas.</p>	<p>Klasės mokinių, juos mokančių mokytojų ir tėvų „Apskrito stalo“ diskusijos. Emociškai saugios ir palaikančios aplinkos mokinio asmenybės augimui sukūrimas, švietimo pagalbos kokybės gerinimas.</p>		
3. Kita veikla			
3.1. Dalyvavimas Anykščių visuomenės sveikatos biuro psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos projektuose.			
3.2. Individualios psichologinės, socialinės, pedagoginės pagalbos mokiniams, tėvams (globėjams) bei mokytojams teikimas.			
3.3. Mokytojų ir pagalbos mokiniui specialistų bendrųjų ir specialiųjų kompetencijų tobulinimas.			
3.4. Konkursų, akcijų, konferencijų, projektų gimnazijoje ir Anykščiuose organizavimas.			
3.5. Pamokos- susitikimai gimnazijoje ir pamokų kitose edukacinėse erdvėse organizavimas.			
3.6. Sveikatingumo skatinimo renginių gimnazijoje organizavimas.			
3.7. Informacinės medžiagos (stendinė medžiaga, lankstinukai, gimnazijos internetinė svetainė) kūrimas ir sklaida.			

