

## Kauno r. Neveronių gimnazijos psichologės siūlomų užsiėmimų sąrašas

Eil. Nr.	Veiklos pobūdis	Veiklos turinys	Tikslinė grupė
1.	„Emocijų atpažinimas ir raiška“	Šviečiamoji veikla apie pagrindines emocijas, kaip jas atpažinti, kuo jos svarbios. Darbas grupelėse – mokomasi atpažinti savo ir kito žmogaus emocijas, bei kaip valdyti stiprias emocijas.	1-4 kl., 5-8kl.
2.	„Stresas ir jo įveikos būdai“	Šviečiamoji informacija apie stresą, jo pasekmes sveikatai ir emocinei būsenai. Mokiniai įsivertins savo streso lygį ir dirbdami grupelėmis aptars streso įveikos būdus, bei ieškos sau tinkamiausio.	I-IV kl., gimnazijos personalas
3.	„Elektroninių cigarečių poveikis ir žala organizmui“	Informacija apie el. cigarečių pasekmes žmogaus organizmui ir socialiniam gyvenimui. Pateikiami dažniausiai pasitaikantys mitai apie el. cigarečių vartojimą. Suteikiama informacija apie pagalbą norintiems mesti rūkyti arba daugiau sužinoti apie rūkymo žalą.	5-8kl., I-IV kl.
4.	Komandos formavimo grupiniai užsiėmimai	Komandiniai užsiėmimai mokiniams, skatinantys bendradarbiavimą, ugdantys empatiją ir sąmoningumą.	1-4 kl., 5-8kl., I-IV kl.
5.	Mokymosi organizavimas nuotolinio mokymosi metu	Edukacinis užsiėmimas apie laiko planavimą ir mokymosi organizavimą nuotolinio mokymosi metu. Informacija, kaip palaikyti sveiką organizmą ir gerą psichologinę būseną nuotolinio mokymosi metu. Aptariama priklausomybės nuo ekranų, internete galimų pavojų bei elektroninių patyčių grėsmė.	5-8kl., I-IV kl.
6.	„Psichologiniai pokyčiai į paauglystės laikotarpį“	Šviečiamoji informacija apie psichologinius pokyčius paauglystės laikotarpyje, pagalbos būdus priimant pokyčius.	4 kl., 5-8kl.
7.	„Draugystė ir pozityvus bendravimas“	Kalbama apie draugystę, jos svarbą jauno žmogaus gyvenime. Aptariami būdai, kaip susirasti draugų, palaikyti teigiamus, pozityvius santykius, bei kaip spręsti kylančius iššūkius. Diskutuojama apie galimus kylančius sunkumus klasėje, kaip juos išspręsti ar išvengti.	1-4 kl., 5-8kl., I-IV kl.
8.	„Mokymosi motyvacija: kaip save tinkamai motyvuoti?“	Pristatoma, kas yra motyvacija, galimi motyvacijos šaltiniai. Diskutuojama, kaip sužinoti, ar mokiniai yra motyvuoti mokytis. Aptariami būdai, kaip tinkamai save motyvuoti mokytis.	5-8kl., I-IV kl.

Veiklos gali būti keičiamos pagal poreikius ir galimybes.