

Dalykų metodinė medžiaga susijusi su Sveikatos, lytiškumo ugdymo ir rengimo šeimai bendrąja programa

MOKINIŲ PASIEKIMAI

1. Mokinių pasiekimai. 1–2 klasės:

		Mokinių pasiekimai		
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos				
Etika 5. Jaustis atsakingam už savo sveikatą. 1.5.3. Žinoti, kas vaikams yra sveika ir kas – ne. 1.5.1. Paaiškinti, kokie pavojai gali ištikti elgiantis neatsargiai (pvz., gatvėje ir keliuose, prie vandens telikimų kalbinių, žaidžiant su pavojingais daiktais ar medžiagomis, su ugnimi, bendraujant su nepažįstamais ar neblaiviais žmonėmis). Kūno kultūra 1.2 Įžvelgti fizinio aktyvumo svarbą žmogaus sveikatai ir darbingumui. 1.2.1. Paaiškinti, kodėl yra svarbu būti fiziškai aktyviam, rūpintis savo sveikata. Pasaulio pažinimas 4.5. Suprasti ir savais žodžiais paaiškinti, kas apsaugo nuo ligų. 4.5.1. Perfrazuoti, kas padeda išsaugoti sveikatą Sveikatos ugdymo bendroji programa Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa Technologijos 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogų	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I kl. <u>Sveikatos ugdymo programos įgyvendinimas pradinėje mokykloje. Metodinės rekomendacijos.</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3375?locale=lt LT Metodinės rekomendacijos Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti . Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pdf SMP Išmanieji robotai <u>Asmens higiena (Pateiktis)</u>	Norėti būti sveikam ir stipriam, sveikai gyventi.	1.1. Įvardija, kas padeda būti sveikam ir kas kenkia sveikatai.	1.1.1. Pateikia sveikatai palankaus ar/ir nepalankaus elgesio pavyzdžių. 1.1.2. Nurodo, į ką kreiptis pablogėjus sveikatai.
Etika 1.5. Žinoti ir laikytis elementariausių higienos ir sveikos gyvensenos reikalavimų. 1.5.3. Paaiškinti, kodėl negalima vartoti vaistų be tėvų ar gydytojo nurodymų. Kūno kultūra 1.3. Atpažinti nesveikus maisto produktus. 1.3.1. Pateikti keletą nesveikų maisto produktų pavyzdžių. 1.4. Diskutuoti apie neigiamą rūkymo ir alkoholio poveikį žmogaus sveikatai ir asmenybei. 1.4.1. Paaiškinti rūkalų ir alkoholio kalbaolio vartojimo padarinius asmeniui, šeimai.			1.2. Suaugusiųjų skatinamas ir padedamas, renkasi sveiką gyvenimo būdą, atlieka kasdienes veiksmus, būtinus gerai savijautai ir sveikatai.	1.2.1. Išvardija, ką darome kasdien, kad būtume sveiki ir gerai jaustumės.

Mokinių pasiekimai		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)			
bendruomenei. Pasaulio pažinimas Stengtis būti tvarkingam. 4.4. Paisyti kūno švaros. Tvarkyti savo kambarį, klasę. 4.4.1. Nusakyti, kaip rūpintis kūno, patalpų švara ir tvarka. Technologijos 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamose medžiagos veikia žmogų Arbatos popietė klasėje. Sumuštiniai prie arbatos. Mokinių darbo operacijos: rankų plovimas; vaisių, uogų ir daržovių plovimas.	SMP „Išmanieji robotai“: MO_13 - Sudėk žodžius apie asmens higieną (<i>Interaktyvusis pratimas</i>) MO_17 - Ką žinai apie asmens higieną? (<i>Testas</i>) MO_46 - Skaičiuok ir sužinok apie dantis (<i>Interaktyvusis pratimas</i>) MO_87 - Gerai išsivalyk dantis (<i>Laboratorinis darbas</i>)			
Etika 1. Tikėti, kad man reikia artimųjų, o jiems reikia manęs. 3.1. Papasakoti apie savo šeimą; pavaizduoti, kas sieja šeimos narius (meilė ir pagarba, pagalba vienas kitam, kartu leidžiamas laikas, įsipareigojimai, švenčių tradicijos ir pan.). 3.1.1. Apibūdinti, kas sieja šeimos narius ir kitų grupių žmones (vertybės, teisės ir pareigos, tarpusavio jausmai ir kt.). 3.1.2. Paaiškinti, kad šeimos gali būti ir panašios, ir labai skirtingos. 3.2. Domėtis savo gimine ir giminystės ryšiais. Gebėti papasakoti ką nors iš savo šeimos praeities, kas sieja ją su kitais giminėmis. 3.2.1. Suprasti, kad kiekviena šeima turi praeitį, siejančią ją ir kitas šeimas į vieną giminę. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Aš ir mano šeima. Muzika (3.1.) Pasaulio pažinimas 1.1. Gebėti stebėti, suvokti bei vertinti artimiausią socialinę (šeimos, klasės, draugų grupės) aplinką. Pastebėti artimųjų ir (ar) draugų nuotaikas, stengtis suprasti jų poreikius, juos užjausti, jiems patarti, pagal galimybes pagelbėti. 1.1.1. Nusakyti, kokius pagrindinius poreikius turi visi žmonės. Technologijos Stebėti aplinką, procesus joje.	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. II kl. SMP „Išmanieji robotai“ MO_73 - Šeimos tradicijos ir relikvijos (<i>Trumpametražis filmukas</i>) MO_31 - Sudėliok šeimos narių pavadinimus (<i>Interaktyvusis pratimas</i>) MO_70 - Sudėliok šeimos švenčių pavadinimus (<i>Interaktyvusis pratimas</i>)	Norėti gyventi šeimoje, kurioje vyrauja darnūs tarpusavio santykiai.	1.3. Įvardija, kas sieja visus šeimos narius, apibūdina šeimos narių vaidmenis, kuria savo šeimos viziją.	1.3.1. Nurodo, kad vaikams palankiausia augti darnioje šeimoje. 1.3.2. Išvardina šeimos narių giminystės ryšius. 1.3.3. Paaiškina, kad šeimoje svarbiausia meilė, pagarba, pasitikėjimas, tarpusavio pagalba. 1.3.4. Nurodo, kad šeimoje visi atsakingi už šeimos gerovę, kad privalu derintis prie vienas kito poreikių ir šeimos galimybių. 1.3.5. Paaiškina, kaip sutariama ir dalijamasi pareigomis šeimoje ir kaip tai padeda siekti darnos. 1.3.6. Paaiškina, kad šeimoje nėra „vyriškų“ ir „moteriškų“ darbų.
2. Fizinė sveikata				
2.1. Fizinis aktyvumas				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Kūno kultūra 1.2 Įžvelgti fizinio aktyvumo svarbą žmogaus sveikatai ir darbingumui. 1.2.1. Paaiškinti, kodėl yra svarbu būti fiziškai aktyviam, rūpintis savo sveikata Sveikatos ugdymo bendroji programa	Sveikatos ugdymo programos įgyvendinimas pradinėje mokykloje. Metodinės rekomendacijos. https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3375?locale=lt_LT	Siekti daug judėti, patirti judėjimo džiaugsmą.	2.1.1. Kasdien spontaniškai juda, žaidžia, mankština ir atlieka mėgstamus pratimus, išbando savo kūno galias.	2.1.1.1. Įvardija mankštos, žaidimų, fizinių pratimų naudą. 2.1.1.2. Nusako, kokiais būdais galima judėti kiekvieną dieną, įvairiose aplinkose.
Kūno kultūra 2.1. Stengtis kontroliuoti kūno laikyseną stovint, sėdint, einant, bėgant. 2.1.1. Parodyti taisyklingą kūno laikyseną. 2.1.2. Apibūdinti pagrindinius netaisyklingos kūno laikysenos požymius. Pasaulio pažinimas .3. ...Reaguoti į pastebėjimus dėl taisyklingos laikysenos: stovėsenos ir sėdėsenos.... 4.3.1. ... Suprasti, kad svarbu paisyti taisyklingų kūno padėčių, pavargus – pailsėti.		Stebėti (kontroliuoti) savo laikyseną.	2.1.2. Skatinamas suaugusiųjų, ugdosi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti.	2.1.2.1. Nurodo, kodėl ir kaip reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Elgesio taisyklės ir etiketo reikalavimai (per pamoką, valgykloje, svečiuose ir pan.). Kūno kultūra 3.1.1. Laikytis saugaus elgesio taisyklių per lengvosios atletikos pratybas. 3.1.1.1. Suprasti ir apibrėžti pagrindines saugaus elgesio taisykles užsiiminėjant lengvąja atletika. 3.2.1. Laikytis saugaus elgesio taisyklių žaidžiant judriuosius ir sportinius žaidimus. 3.2.1.1. Apibūdinti saugaus elgesio taisykles žaidžiant judriuosius ir sportinius žaidimus. 3.3.1. Laikytis saugaus elgesio taisyklių atliekant bendrosios gimnastikos pratimus. 3.3.1.1. Nurodyti saugaus elgesio taisykles atliekant bendrosios gimnastikos pratimus. 3.4.1. Saugiai eiti ir bėgti tinkama sparta, kai kelio dangą yra slidi, šlapia, nelygi. 3.4.1.1. Paaiškinti, kaip saugiai eiti ir bėgti, įveikti pasitaikančias kliūtis esant įvairiai kelio dangai. 3.5.1. Laikytis saugaus elgesio taisyklių prie vandens ir vandenyje. 3.5.1.1. Suprasti ir nurodyti saugaus elgesio prie vandens ir vandenyje taisykles. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo sveikata, saugotis pavojų. 4.2. Saugiai elgtis mokantis, dirbant, žaidžiant. 4.2.1. Nurodyti svarbiausias saugaus elgesio buityje, miške, prie vandens taisykles.	P „Išmanieji robotai“ 52 - Kaip elgtis kilus gaisrui? (Trumpametražis filmukas)	Būti atsargiam žaidžiant, aktyviai judant.	2.1.3. Suaugusiųjų vadovaujamas, padedamas, judėdamas laikosi saugaus elgesio taisyklių.	2.1.3.1. Išvardija, kokių saugaus elgesio taisyklių reikia laikytis žaidžiant, aktyviai judant.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Technologijos 4.2. Mokytoju padedant, atrinkti darbo priemones, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai gaminti numatytus gaminius.	89 - Ar moki išsikviesti pagalbą? (<i>Testas</i>) 91 - Sužinok, kaip išvengti pavojų (<i>Interaktyvusis pratimas</i>)			
2.2. Sveika mityba				
Pasaulio pažinimas Rūpintis savo sveikata – sveikai ir visavertiškai maitintis.4.6. Išaiškinti, kodėl reikia maitintis. Nagrinėti, kodėl svarbu tinkamai maitintis; išskirti, kuriuos produktus ir kokiomis proporcijomis sveika valgyti. Laikytis sveikos mitybos taisyklių. Numatyti, kas gali atsitikti jų nesilaikant. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Maisto produktai. Technologijos.Mityba 3.2. Mokytoju padedant, nurodyti medžiagų savybes	SMP „Išmanieji robotai“: MO 49 - Mityba ir matavimo vienetai (Trumpametražis filmukas)	Vertinti maistą kaip augimo ir energijos šaltinį.	2.2.1. Maitinasi vadovaudamasis sveikos mitybos principais (įvairovė, saikingumas, subalansuotumas, šviežumas) ir saugaus maisto vartojimo taisyklėmis.	2.2.1.1. Nusako, kodėl svarbu valgyti sveikatai palankų maistą. 2.2.1.2. Pateikia maisto ir gėrimų, kuriuos vartoti sveika ir kuriuos reikia vartoti saikingai, pavyzdžių. 2.2.1.3. Nusako saugaus maisto vartojimo taisykles (neskubėti, sukramtyti, nevalgyti labai karšto maisto).
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Maisto produktai. Technologijos 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogų	SMP „Išmanieji robotai“: MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas)		2.2.2. Pakankamai geria vandens.	2.2.2.1. Įvardija, kad vanduo reikalingas gerai savijautai ir sveikatai.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Maisto produktai. Technologijos. Mityba 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogų	SMP „Išmanieji robotai“: MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas)		2.2.3. Maitinasi tam, kad organizmas gautų energijos.	2.2.3.1. Paaiškina, kad maistas teikia energijos ir padeda organizmui augti.
Pasaulio pažinimas 4.6.1. Pasakyti, kas yra „maitinimosi piramidė“. Nusakyti, kaip ji sudaryta. Kūno kultūra 1.2. Atpažinti nesveikus maisto produktus. 1.3.1. Pateikti keletą nesveikų maisto produktų pavyzdžių. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Maisto produktai. Technologijos. Mityba 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogų	SMP „Išmanieji robotai“: MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas)	Rinktis sveikus maisto produktus.	2.2.4. Iš įvairių pateikiamų produktų savo mitybai pasirenka sveikatai palankesnius.	2.2.4.1. Įvardija žmogaus organizmui tinkamiausius, nenaudingus ir kenksmingus maisto produktus.
2.3. Veikla ir poilsis				
Pasaulio pažinimas 4.3. ...Pasirinkti veiklą, leidžiančią pailsėti – atgauti jėgas. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Kasdienė veikla (mokymasis, dienotvarkė, poilsis).		Nepervargti, o pavargus pailsėti.	2.3.1. Laikosi miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo ir bando jį planuoti, padedamas suaugusiųjų.	2.3.1.1. Nusako darbo ir poilsio derinimo svarbą sveikatai.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Kasdienė veikla (mokymasis, dienotvarkė, poilsis).			2.3.2. Saugo regėjimą; vengia triukšmo ir stengiasi jį sumažinti.	2.3.2.1. Įvardija, kokie būdai ir priemonės padeda saugoti ir stiprinti regą ir klausą, o kokie kenkia. 2.3.2.2. Pateikia pavyzdžių, kaip reikia saugoti regėjimą ir klausą.
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
Pasaulio pažinimas 4.4.1. Nusakyti, kaip rūpintis kūno, patalpų švara ir tvarka.	SMP „Išmanieji robotai“: MO 134 - Asmens higiena (Pateiktis)	Būti švariam ir tvarkingam.	2.4.1. Laikosi kasdienės švaros ir tvarkos, padedamas suaugusiųjų.	2.4.1.1. Paaiškina, ką reiškia kūno ir aplinkos švara ir tvarka. 2.4.1.2. Paaiškina asmeninės higienos ir aplinkos reikšmę sveikatai. 2.4.1.3. Apibūdina ir paaiškina, kodėl svarbu turėti tinkamą mokymosi vietą.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Namas, butas, gyvenamoji aplinka. Technologijos 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogui. 4.2. Mokytojui padedant, atrinkti darbo priemones, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai gaminti numatytus gaminius.		Rūpintis asmens higiena ir aplinkos švara.	2.4.2. Apibūdina kasdienius asmens higienos ir aplinkos švaros įgūdžius.	2.4.2.1. Įvardija kasdienius asmens higienos reikalavimus: rankų plovimas, kūno prausimas, naudojimas tualetu, asmeninių daiktų priežiūra, rūbų ir avalynės priežiūra. 2.4.2.2. Paaiškina, kodėl svarbu tvarkyti savo aplinką (žaidimų, mokymosi ar kitas buvimo vietas). 2.4.2.3. Savais žodžiais paaiškina, kaip tvarkyti savo mokymosi aplinką.
Pasaulio pažinimas 4.4. Paisyti kūno švaros. Tvarkyti savo kambarį, klasę.				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Namas, butas, gyvenamoji aplinka. Technologijos. Tvarkinga virtuvė. Drabužių priežiūra 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogui. 4.2. Mokytojui padedant, atrinkti darbo priemones, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai gaminti numatytus gaminius.				
2.5. Lytinis brendimas				
Etika 1.2.1. Suprasti, kas būdinga daugeliui berniukų ir mergaičių, o kas – tik man. 2. Tikėti, kad kiekvienas žmogus ypatingas, aš – taip pat. 3. Džiaugtis tuo, kad esu apdovanotas nuostabiomis galiomis – patiriu, kas gera ir gražu. 1.3.1. Pateikti pavyzdžių, ką gero ir malonaus patiriu kasdien savo pojūčiais.	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I kl. SMP „Išmanieji robotai“: 173 - Kas vyksta žmogui bręstant? (Pateiktis) 168 - Ar skiri žmogaus gyvenimo etapus? (Testas) 215 - Prisimink žmogaus brendimo požymius (Interaktyvusis)	Norėti pažinti savo kūną	2.5.1. Vartoja tinkamus žodžius ir simbolius kūno dalims ir jų funkcijoms apibūdinti.	2.5.1.1. Apibūdina kūno dalis ir jų funkcijas.
			2.5.2. Rūpinasi savo kūnu, yra juo patenkinta /patenkintas.	2.5.2.1. Pripažįsta ir apibūdina savo ir kitų unikalumą (išvaizdos, pomėgių, polinkių ir kt.). 2.5.2.2. Nusako, kuo panašūs ir kuo skiriasi berniuko ir mergaitės kūnai.
			2.5.3. Supranta, kad mergaitė suaugusi gali tapti mama, o berniukas	2.5.3.3. Įvardija, kad vaikai atsiranda iš mamos ir tėčio meilės.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	imas) 217 - Žmogaus organizmo funkcijos (Pateiktis) 169 - Kaip veikia žmogaus organizmas? (Interaktyvusis imas) 135 - Pasidomėk žmogaus organizmu (Interaktyvusis imas) 213 - Ką žinai apie žmogaus organizmą? (Testas)		– tėčiu.	
Muzika (1.2. nuostata) LIETUVIŲ KALBA Laikosi mandagaus bendravimo susitarimų. Etika 2.1.2. Paaiškinti sėkmingo bendravimo prielaidas (kiekvienas turi stengtis išklausyti, suprasti ir gerbti kitą).	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. II kl.	Gerbti kitą	2.5.4. Pagarbiai elgiasi su savo ir kitos lyties asmenimis.	2.5.4.1. Įvardija, kuo reiškiasi pagarbus elgesys su kitu asmeniu (mandagumas, paslaugumas, atjauta)
3. Psichikos sveikata				
3.1. Savivertė				
Etika 1.2.2. Suprasti, kad žmogus gali būti gražus, geras, vertas pagarbos ir reikalingas kitiems dėl daugelio dalykų. 1.2. Apibūdinti save įvairiais aspektais (išvaizda, pomėgiai, patirtis, artimi žmonės) ir palyginti su kitais. Muzika (1.3., nuostata) Kūno kultūra 1.3. Pastebėti savo individualumą bei polinkius. 1.1.1. Paaiškinti, kodėl kiekvieno žmogaus individualios savybės ir fizinis išsivystymas yra skirtingi. LIETUVIŲ KALBA Siekti pažinti savo kalbos gebėjimus ir juos tobulinti. Pasitikėti savo skaitymo patirtimi ir noriai išsakyti nuomonę apie perskaitytą tekstą. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas	Aš-Tu-Mes. Dorinio ugdymo vadovėlis I-II klasei.	Norėti pažinti save, atrasti savo gerąsias savybes.	3.1.1. Suvokia ir vertina save, remdamasis reikšmingų suaugusiųjų nuomone.	3.1.1.1. Atpažįsta ir įvardija savo gerąsias savybes. Įvardija savo bruožus, kuriuos derėtų patobulinti, pagrindžia savo nuomonę.
3.2. Emocijos ir jausmai				
LIETUVIŲ KALBA Nusako klausomo teksto temą, daro tiesiogines išvadas, išsako savo nuomonę, emocinį santykį. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas	Metodinės rekomendacijos Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti . Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-	Pasitikėti savo emocijomis ir jausmais	3.2.1. Atpažįsta ir įvardija savo emocijas, nuotaikas ir jausmus. Parodo, kaip jaučiasi įvairiose situacijose.	3.2.1.1. Paaiškina, kad visi žmonės išgyvena įvairias emocijas (džiaugsmą, susižavėjimą, pyktį, liūdesį ar kitas). 3.2.1.2. Nurodo, kad emocijas sukelia tam tikri įvykiai, kitų žmonių elgesys; įvardina, kad toje pačioje situacijoje žmonės gali jaustis skirtingai.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pd			3.2.1.3. Nurodo, kad visos emocijos svarbios ir reikalingos.
LIETUVIŲ KALBA Nurodo, kad klausantis galima pažinti pasaulį, gauti žinių, išgyventi emocijas. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 4. Priimti savo jausmus: esu gyvas, todėl jaučiu; visi jausmai – lengvi ir sunkūs – yra reikalingi. 1.4. Atpažinti pagrindinius jausmus bei nuotaikas ir pagal išgales aiškintis, kas juos sukėlė. Mokėti padėti sau ir kitiems išgyvenant negatyvius jausmus (baime, liūdesį, pyktį). 1.4.1. Suprasti, kad jausmai skiria žmogų nuo akmens, o jų kaita būtina kaip metų laikų ar orų kaita gamtoje. 1.4.2. Žinoti elementariausias pagrindinių jausmų priežastis. 1.4.3. Suprasti, kad jokia nuotaika netrunka amžinai, ir žinoti paprasčiausius neigiamos nuotaikos keitimo būdus. Technologijos Gerbtį darbą kaip gyvenimo laimės, kūrybos šaltinį ir atsakingai rūpintis savo ir kitų saugumu.	Aš-Tu-Mes. Dorinio ugdymo vadovėlis I-II klasei. LIONS QUEST Lietuva programa ir metodika. LAIKAS KARTU. I ir II klasėse	Būti jautriam	3.2.2.Geba tinkamai išreikšti savo emocijas; užjaučia ir užstoja silpnesnę.	3.2.2.1. Paaiškina, kad emocijos gali būti išreiškiamos skirtingais būdais. 3.2.2.2. Supranta, kad svarbu suvokti, kaip jaučiasi kitas. 3.2.2.3. Žino būdus (šypsena, komplimentas, dovanėlė, apkabinimas ir taip toliau), kaip galima suteikti džiaugsmo ir pagerinti nuotaiką. 3.2.2.4. Nusako, kaip galima paguosti, užjausti, užstoti kitą, suteikti jam emocinę paramą.
LIETUVIŲ KALBA Įvardija ir paaiškina grožinio teksto nuotaiką (linksni, liūdni, juokingi kūriniai / epizodai). Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 4. Priimti savo jausmus: esu gyvas, todėl jaučiu; visi jausmai – lengvi ir sunkūs – yra reikalingi. 1.4. Atpažinti pagrindinius jausmus bei nuotaikas ir pagal išgales aiškintis, kas juos sukėlė. Mokėti padėti sau ir kitiems išgyvenant negatyvius jausmus (baime, liūdesį, pyktį). 1.4.1. Suprasti, kad jausmai skiria žmogų nuo akmens, o jų kaita būtina kaip metų laikų ar orų kaita gamtoje. 1.4.2. Žinoti elementariausias pagrindinių jausmų priežastis. 1.4.3. Suprasti, kad jokia nuotaika netrunka amžinai, ir žinoti paprasčiausius neigiamos nuotaikos keitimo būdus.	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. II kl. LIONS QUEST Lietuva programa ir metodika. LAIKAS KARTU. I ir II klasėse	Pripažinti savo ir kitų jausmus.	3.2.3. Įvardija savo ir kitų nuotaikas, išgyvenimus.	3.2.3.1. Įvardija situacijas, kurios sukelia skirtingas nuotaikas, emocijas, išgyvenimus. 3.2.3.2. Nurodo požymius, iš kurių galima spręsti apie kitų išgyvenamas emocijas (veido mimika, kūno poza, judesiai ir kita).
3.3. Savitvarda				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Elgesio taisyklės ir etiketo reikalavimai (per pamoką,		Stengtis susikaupti, ramiai mąstyti.	3.3.1. Mokosi suteLietuvių kalbati dėmesį ir mąstyti,	3.3.1.1. Paaiškina, kaip svarbu, susikaupti, suteLietuvių kalbati mintis, norint ką nors nuveikti.

BUP pavadinimas		Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
			Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
valgykloje, svečiuose ir pan.). Etika 6. Norėti mokytis ir augti mokantis.		Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I kl.		padedamas suaugusiųjų.	
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Elgesio taisyklės ir etiketo reikalavimai (per pamoką, valgykloje, svečiuose ir pan.). LIETUVIŲ KALBA Vertinti klausymą kaip vieną svarbiausių žingsnių bendravimo procese. LIETUVIŲ KALBA Pasitikrina savo supratimą klausdamas mokytojo, kitų suaugusiųjų, draugų. Etika 1.6. Apmąstyti pirmąją mokymosi patirtį: kas mokykloje patinka arba nepatinka, kas yra lengva, o kas – sunku. 1.6.2. Paaiškinti, kad mokytis ne visada lengva, tačiau kiekvienas gali labai daug išmokti. 1.6.3. Pateikti pavyzdžių, kad mokytis galima net iš savo klaidų ir nesėkmių.		Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. II kl. Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. I, II klasės.	Norėti ugdytis valią	3.3.2. Kasdien atlieka pavestus darbus, žino kodėl jie svarbūs. 3.3.3. Džiaugiasi sėkmingai atliktais darbais, įvykdytais įsipareigojimais. 3.3.4. Nepavykus pasiekti tikslo, „nenuleidžia rankų“ ir turi viltį ateičiai. 3.3.5. Suvaldo savo norus įvairiose veiklos srityse veikti pernelyg intensyviai, ilgai (pvz. žaidimuose, maisto, informacijos vartojime)	3.3.2.1. Paaiškina, kad valiai stiprinti reikia kasdinių pastangų. 3.3.3.1. Įvardina gerai atliktus darbus, įvykdytus įsipareigojimus. 3.3.4.1. Įvardina nesėkmės priežastį. 3.3.4.2. Paaiškina, kad nesėkmė nesumažina asmens vertės. 3.3.4.3. Nurodo, kad norint pasiekti tikslo, reikia būti atkakliam. 3.3.5.1. Nusako, kodėl svarbu yra suvaldyti ir atidėti savo norų patenkinimą; 3.3.5.2. Svarsto, kas galėtų atsitikti, jei nevaldytum norų, elgtumeisi impulsyviai.
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija					
Muzika (1.3., nuostata) LIETUVIŲ KALBA Nusiteikti klausytis pozityviai ir aktyviai. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 5. Nebijoti prašyti pagalbos ir norėti kitam padėti. 2.5. Gebėti atpažinti tas savo gyvenimo situacijas, kai vienas būčiau bejėgis. Išdrįsti kreiptis į kitus pagalbos. Pastebėti, kam reikia paramos, ir padėti. 2.5.1. Suprasti, kad visi žmonės kartais būna silpni ir bejėgiai; kad prašyti pagalbos nėra gėda.		Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. I, II klasės.	Pasitikėti savimi ir jaustis saugiai artimoje aplinkoje.	3.4.1. Pozityviai žvelgia į aplinką, pasitiki savimi ir kitais, iškilus problemai, ieško suaugusiųjų pagalbos.	3.4.1.1. Pateikia pavyzdžių, kada asmens mintys, žodžiai ir veiksmai sutampa. 3.4.1.2. Paaiškina, kurios gyvenimo situacijos priklauso nuo mūsų, o kurių negalime pakeisti. 3.4.1.3. Nurodo asmenis, kuriais gali pasitikėti; pagrindžia savo nuomonę; 3.4.1.4. Pateikia pavyzdžių, kokiose situacijose ir kaip suaugusieji, kuriais pasitiki, padėjo ar gali padėti.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
LIETUVIŲ KALBA Įvardija ir trumpai apibūdina kūrinio veikėjus, aptaria jų veiksmus. Geranoriškai dalintis informacija, bendrauti, padėti kitiems. Pasaulio pažinimas Būti nusiteikęs taikiai spręsti kylančius konfliktus. 1.4. Kilus konfliktui gebėti susitvarkyti, jį spręsti geranoriškai – be agresijos ir smurto, siekiant išsiaiškinti, susitarti. Mokėti pripažinti klydus, atsiprašyti; atleisti. 1.4.1. Suvokti, kad iškilusius konfliktus būtina spręsti. Žinoti, kaip reikia elgtis iškilus konfliktinei situacijai. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 2. Norėti draugauti – dalytis ir dovanoti. 2.2. Pastebėti ir vertinti draugų gerąsias savybes, priimti juos kitokius nei aš. 2.2.1. Pateikti pavyzdžių, kaip galima susidraugauti, koks elgesys palaiko ir koks – ardo draugystę. 2.5.2. Paaiškinti, kad padėdami kitam patys sustiprėjame ir praturtėjame.	Aš-Tu-Mes. Dorinio ugdymo vadovėlis I-II klasei. Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. I, II klasės.	Siekti būti draugišku ir geranorišku.	3.4.2. Apgalvoja ir planuoja veiksmus, kuriuos gali padaryti pagelbėdamas jį supantiems žmonėms gyvenimo kasdienybėje.	3.4.2.1. Nusako, kad teigiamas nusiteikimas bei solidarumas su kitais žmonėmis padeda žmogui jaustis laimingu, patirti džiaugsmą bendraujant. 3.4.2.2. Apibūdina, kokiose situacijose ką gali padaryti, prisidedamas prie bendros socialinės grupės (šeimos, klasės ar kitos) gerovės, draugiškos atmosferos.
LIETUVIŲ KALBA Laikosi mandagaus bendravimo susitarimų. Atidžiai klausytis, gerbti pašnekovą, laikytis kalbos etiketo. Pasaulio pažinimas 1.3.1. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Etika 3. Bendrauti mandagiai. 4. Be reikalo nesiginčyti ir neskaudinti kito. 2.4. Taikiai spręsti ginčus, susitarti, susilaikyti nuo nemalonių žodžių. Gebėti tapti tarpininku ir taikytoju kitiems konfliktuojant. 2.4.1. Suprasti, dėl ko dažniausiai kyla vaikų konfliktai (skirtingos nuomonės, noras pirmauti) ir kaip taikiai juos spręsti (be reikalo nesiginčyti, nesibarti, susitarti ir susitaikyti).	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I, II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I, II kl.	Siekti būti teisingu, drąsiu, išmintingu, susivaldančiu ir optimistišku	3.4.3. Mandagiai ir pagarbiai išsako savo nuomonę, poziciją.	3.4.3.1. Apmąsto savo elgesį ir jo pasekmes įvairiose situacijose, pagrindžia savo elgesio motyvus. 3.4.3.2. Suvokia, kad nė vienas žmogus nenori jaustis nereikalingas, pažemintas ir atstumtas, kaip nenorėtų ir jis pats. 3.4.3.3. Nusako, kokie žodžiai ar poelgiai gali versti kitą jaustis nejaukiai, skaudinti ar įžeisti; kodėl reikia vengti tyčiotis ar žeminti kitus. 3.4.3.4. Žino, kaip tinkamai išsakyti savo nuomonę, net kai ji nesutampa su daugumos.
		4. Socialinė sveikata		
		4.1. Draugystė ir meilė		
LIETUVIŲ KALBA Suvokti kalbinę raišką kaip galimybę perduoti žinias, jausmus, išgyvenimus, nuomonę. Pasaulio pažinimas Tinkamai bendrauti ir veikti kartu su kitais. Turėti savo nuomonę.		Būti draugiškam, atjaučiančiam, nusiteikusiam padėti.	4.1.1. Palaiko draugiškus santykius su kitais, bando susitvarkyti konfliktinėse situacijose, padedamas	4.1.1.1. Įvardija būdus, kaip galima susidraugauti ir draugauti. 4.1.1.2. Pateikia pavyzdžių, kaip vieno žmogaus poelgiai ar žodžiai gali paveikti kitų poelgius ar žodžius.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1.2. Gebėti įsitraukti į grupės darbą; veikti taip, kad nekiltų nesutarimų. Išklausti ir vertinti kitų nuomonę, atsižvelgti į ją; išsakyti savo požiūrį. 1.2.1. Išvardyti svarbiausias mandagaus bendravimo ir deramo elgesio su kitais taisykles. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Aš ir mano šeima. Etika 2. Norėti draugauti – dalytis ir dovanoti. 2.2. Gebėti užmegzti nesavanaudišką draugystę. 2.2.1. Pateikti pavyzdžių, kaip galima susidraugauti, koks elgesys palaiko ir koks – ardo draugystę. 2.2.2. Iš pasakų, filmų vaikams ar savo patirties apibūdinti, kas būdinga geriems draugams (draugu galiu pasitikėti ir jo neapvilti; draugas nebūtinai panašus į mane; draugų pomėgiai gali skirtis, bet jie moka dalytis ir vienas kitam padėti).	Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. I, II klasės.		mokytojo ir kitų suaugusiųjų.	4.1.1.3. Paaiškina, ką reiškia dovanojimas, aukojimas, pagalba, donorystė.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Aš ir mano šeima. Etika 3. Priklausyti – tai įsipareigoti ir laikytis taisyklių. 3.3.1. Suprasti (atsakyti į klausimą), kodėl žmonės priklauso įvairioms grupėms (nori kartu žaisti, siekia bendro tikslo, užsiima ta pačia veikla ir pan.). 3.3.2. Suprasti (pateikti pavyzdžių), kad priklausydami grupei turime išmokyti atsižvelgti į kitus (derinti savo norus, laiką, veiksmus) ir laikytis susitarimų bei taisyklių.	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I, II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I, II kl. Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. I, II klasės.	Nusiteikti laikytis susitarimų, įsipareigojimų	4.1.2. Atlieka jam pavestas pareigas, laikosi susitarimų, žino, kodėl tai svarbu. Supranta, kad šeimos narių nuomonės gali nesutapti.	4.1.2.1. Paaiškina, kad susitarimų, pažadų laikymasis padeda pasiekti užsibrėžtus tikslus ir palaikyti tarpusavio santykių darną. 4.1.2.2. Nusako, kad įsipareigojimų ir pažadų laikymasis parodo žmogaus patikimumą. 4.1.2.3. Žino, kad siekiant darnos šeimoje, būtina laikytis susitarimų.
LIETUVIŲ KALBA Džiaugtis savo skaitymo patirtimi, dalijantis įspūdžiais su mokytoju, klasės draugais, tėvais, kitais namiškiais, patirti skaitymo malonumą. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Aš ir mano šeima.		Būti mylinčiam ir mylimam	4.1.3. Geba parodyti meilę savo artimiesiems.	4.1.3.1. Pateikia pavyzdžių, kaip parodyti meilę artimiesiems žmonėms: pasakant, apkabinant, įteikiant dovanėlę, padedant, būnant ar veikiant kartu.
4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui				
Etika 1.5. Atpažinti pavojingas situacijas, elgtis apdairiai, saugoti save. 1.5.1. Paaiškinti, kokie pavojai gali ištikti elgiantis neatsargiai (pvz., gatvėje ir keliuose, prie vandens telkinių, žaidžiant su pavojingais daiktais ar medžiagomis, su ugnimi, bendraujant su nepažįstamais ar neblaiviais žmonėmis).	Aš ir kitas. Etikos vadovėlis. I, II kl. Aš ir kitas. Etikos pratybų sąsiuvinis. I, II kl. Metodinės rekomendacijos Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga	Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose	4.2.1. Atpažįsta socialinio spaudimo situacijas, padedamas suaugusiųjų atsisako blogai elgtis žinomose rizikingose situacijose; prašo pagalbos iš	4.2.1.1. Pateikia pavyzdžių, kokios situacijos yra rizikingos ir kada reikia būti itin atsargiam. 4.2.1.2. Įvardija būdus, kaip galima nesileisti įtraukiamam į pavojingas situacijas, veiklas. 4.2.1.3. Nurodo, į ką galėtų

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO_TABAKO_IR_KITU_SCREEN.pdf		suaugusiųjų, kuriais pasitiki.	kreiptis pagalbos prireikus.
		Gerbti savo ir kito asmens privatumą (ribas).	4.2.2. Atpažįsta tinkamus ir netinkamus žodžius, prisilietimus ir elgesį; prireikus prašo suaugusiųjų, kuriais pasitiki, pagalbos.	4.2.2.1. Geba pasakyti „ne“, pasitraukti iš jam nemalonios, neįdomios, pavojų keliančios situacijos ir pasikalbėti apie tai su asmeniu, kuriuo pasitiki. 4.2.2.2. Atpažįsta tinkamus ir netinkamus žodžius, frazes, prisilietimus, elgesį.
	Didaktiniai filmai „Ugdymo sode“ https://duomenys.ugdome.lt/?mm/dorinis/med=13/243 Donatas Puslys. Kodėl turime išmintingai vartoti medijas ir kodėl turime to mokyti vaikus? Medijų raštingumas. Vaikai ir medijos Medijos ir vaikai Medijų raštingumas. Smurtas animaciniuose filmuose	Saugiai elgtis elektroninėje erdvėje	4.2.3. Įvardija elektroninėje erdvėje slypinčius pavojus, atpažįsta galimai pavojingas aplinkybes ir, kilus įtarimui, kreipiasi pagalbos.	4.2.3.1. Įvardija, kad elektroninėje erdvėje galima veikti tik prižiūrint suaugusiems, pvz., žaisti žaidimus, naudotis programėlėmis, skirtomis tam tikrų įgūdžių lavinimui, dėl kurių yra sutarta su tėvais ar kitais suaugusiais. 4.2.3.2. Nusako, kad elektroninėje erdvėje rašantys žmonės gali būti ne tie, kas dedasi esą. 4.2.3.3. Žino, kad negalima teikti savo ir kitų asmeninių duomenų, vaizdų, nepasitarus su suaugusiais.

2. Mokinių pasiekimai. 3–4 klasės:

BUP pavadinimas		Metodinė medžiaga (SMP,Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos					
Kūno kultūra 1.2. Pastebėti nejudrios gyvensenos padarinius sveikatai ir darbingumui. 1.2.1. Savais žodžiais nusakyti fizinio aktyvumo poveikį darbingumui bei sveikatai ir tai, kad kiekvienas, būdamas skirtingas ir individualus, fiziniu aktyvumu gali sustiprinti sveikatą, turėti tvirtą ir gražų kūną, būti darbingas.		Norėti būti sveikam ir stipriam.	1.1. Paaiškina, kas yra sveikata ir kodėl ją reikia tausoti ir stiprinti.	1.1.1. Įvardija sveikatos aspektus. 1.1.2. Nurodo, kas naudinga žmogaus sveikatai ir kas jai kenkia. 1.1.3. Įvardija sveiko žmogaus požymius.	
Etika 6. Rūpintis savo sveikata ir vengti žalingų įpročių.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl. SMP „Išmanieji robotai“: MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas) MO 49 - Mityba ir matavimo vienetai (Trumpametražis filmukas)				
Technologijos Mitybos režimas.					
Kūno kultūra 1.3.1. Savais žodžiais pasakyti ir parodyti, kaip reikia taisyklingai skaičiuoti pulsą ramybės sąlygomis. Apibūdinti, kaip kinta pulso dažnis po fizinio krūvio.		Stengtis tausoti ir stiprinti savo ir kitų sveikatą.	1.2. Renkasi sveiką gyvenimo būdą, kai aplinka tam palanki.	1.2.1. Pateikia pavyzdžių, kas yra sveika gyvensena ir ką reiškia sveikai gyventi.	
Pasaulio pažinimas Jauti atsakomybę už savo ir kitų sveikatą			1.3. Atpažįsta pablogėjusios savijautos požymius ir sveikatos pokyčius ir kreipiasi pagalbos.	1.3.1. Įvardija nerimą keliančius savijautos pokyčius. 1.3.2. Nurodo, į ką galima kreiptis pagalbos pasijutus blogai.	
Etika 1.6.1. Pateikti pavyzdžių, kaip saugau savo sveikatą.	Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III kl.				
Technologijos 4.2. Pagal numatytus gamybos etapus ir darbo operacijas atrinkti darbo priemones, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai gaminti gaminius, atlikus darbus sutvarkyti darbo vietą.	SMP „Išmanieji robotai“: MO 170 - Kaip apsisaugoti nuo ligų? (Pateiktis)				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Mano giminė.		Norėti gyventi darnioje šeimoje.	1.4. Nusako kaip kuriama šeima, apibūdina darnios šeimos bruožus, supranta, kad šeimos būna skirtingos. Paaiškina, kuo grindžiami šeimos narių tarpusavio santykiai. Analizuoja savo šeimos tradicijas ir papročius, išskiria vertybes.	1.4.1. Paaiškina, kad šeimos kūrimas prasideda nuo dviejų žmonių meilės, įsipareigojimo. 1.4.2. Nurodo, kad santuoka yra svarbiausias šeimos atsiradimo pagrindas. 1.4.3. Įvardija, kad šeimų sudėtis gali būti skirtinga. 1.4.4. Nurodo, kad darnioje šeimoje svarbu išklausymas, tarpusavio supratimas, pagalba. 1.4.5. Nurodo, kad santykiai šeimoje veikia jos narių savijautą. 1.4.6. Papasakoja apie savo	
Etika 1. Branginti šeimos ryšius ir palaikyti draugiškus santykius. 3.1.4. Suprasti, kad kiekvienoje, net ir nepilnoje, šeimoje gera, kai artimi žmonės vieni kitus myli, jais rūpinasi, sutaria.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III kl. Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. III, IV klasės.				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				šeimos ritualus, papročius, tradicijas.
2. Fizinė sveikata				
2.1. Fizinis aktyvumas				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Kūno kultūra 4.1.1. Apibūdinti, kokia fiziškai aktyvi veikla patinka ir teikia džiaugsmą. Pasaulio pažinimas Jausti atsakomybę už savo ir kitų sveikatą	MO_92 - Išmok taisyklingai mankštintis (Trumpametražis Lukas)	Siekti būti stipriam, koordinuotam, lanksčiam, grakščiam.	2.1.1. Kasdien mankštinas, spontaniškai juda, žaidžia, atlieka mėgstamus ir fizines ypatybes (jėgą, greitumą, ištvermę, lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus.	2.1.1.1. Įvardija judėjimo ir fizinių pratimų būtinumą normaliam kūno vystymuisi, gerai savijautai. 2.1.1.2. Atpažįsta sau naudingiausias fizinius pratimus ir žaidimus. 2.1.1.3. Nusako, kaip galima būti fiziškai aktyviam/judriam kiekvieną dieną, įvairiose aplinkose.
Muzika, 1.1.2. Kūno kultūra 1.2.1. Savais žodžiais nusakyti fizinio aktyvumo poveikį darbingumui bei sveikatai ir tai, kad kiekvienas, būdamas skirtingas ir individualus, fiziniu aktyvumu gali sustiprinti sveikatą, turėti tvirtą ir gražų kūną, būti darbingas. 2.1. Stengtis išlaikyti taisyklingą kūno laikyseną stovint, sėdint, einant, bėgant. 2.1.1. Apibūdinti, kas neigiamai veikia mokinio laikyseną ir kaip išvengti tų klaidų. 2.1.2. Paaiškinti, kodėl augančiam žmogui ypač svarbi taisyklinga kūno laikysena. Pasaulio pažinimas 4.3. Paisyti taisyklingos laikysenos. Tausoti klausą. 4.3.1. Suprasti ir paaiškinti, kodėl svarbu tiesiai sėdėti, stovėti; tausoti klausą.		Norėti gerai valdyti savo kūną, turėti gražią laikyseną.	2.1.2. Formuojasi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti, skatinamas suaugusiųjų.	2.1.2.1. Nurodo, kaip reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti ir išlaikyti taisyklingą laikyseną.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Muzika, 1.1.2. Kūno kultūra 2.2. Stengtis taisyklingai kvėpuoti nesudėtingų fizinių pratimų metu. 2.2.1. Paaiškinti arba parodyti, kaip taisyklingai kvėpuoti atliekant judesius. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis		Norėti taisyklingai kvėpuoti, būti užsigrūdinusiam.	2.1.3. Taisyklingai kvėpuoja.	2.1.3.1. Paaiškina kvėpavimo svarbą sveikatai.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis.				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis.			2.1.4. Grūdinasi pakankamai būdamas atvira ore, saulėje, vandenyje.	2.1.4.1. Paaiškina natūralios aplinkos ir grūdinimosi naudą.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis.		Stengtis be reikalo nerizikuoti.	2.1.5. Judėdamas laikosi saugaus elgesio taisyklių, naudojasi saugos priemonėmis.	2.1.5.1. Nurodo pagrindines saugos priemones, padedančias išvengti traumų fizinio aktyvumo metu.
		2.2. Sveika mityba		
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis.	Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. III klasė. SMP „Ugdymo sode“ MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas) MO 49 - Mityba ir matavimo vienetai (Trumpametražis filmukas)	Laikytis pagrindinių sveikos mitybos principų ir taisyklių.	2.2.1. Kasdien laikosi pagrindinių sveikos mitybos principų ir taisyklių, kai aplinka tam palanki.	2.2.1.1. Įvardija svarbiausius sveikos mitybos principus ir taisykles.
Technologijos Mitybos režimas. Patiekalai pavakariams. Maistas iškylaujant su klase ir mitybos pavojai iškylaujant. 1.1. Stebėti aplinką, procesus joje, pateikti idėjų, kaip spręsti buitines problemas arba sukurti nesudėtingus ir naudingus gaminius .			2.2.2. Reguliariai maitinasi ir geria	2.2.2.1. Paaiškina, kodėl naudinga reguliariai maitintis ir gerti

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
			pakankamai vandens.	pakankamai vandens.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Kūno kultūra 1.4. Stengtis pasirinkti kuo sveikesnius maisto produktus. 1.4.1. Pateikti keletą kasdienei vaiko mitybai būtinų maisto produktų pavyzdžių ir keletą nesveiko maisto pavyzdžių. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis. Technologijos Smalsiai, kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę žmogaus kasdienėje aplinkoje. 2.3.1. Apibūdinti, kaip pateikiama informacija apie gaminius prekyboje.	SMP „Ugdymo sode“ MO 144 - Duonos kelias (Pateiktis)	Rinktis sveikus maisto produktus.	2.2.3. Iš įvairių produktų ir gaminių savo mitybai pasirenka sveikatai palankius maisto produktus ir patiekalus, pasiruošia paprastus sveikatai palankius patiekalus.	2.2.3.1. Įvardija, kurie maisto produktai turi daugiau naudingų maisto medžiagų ir energijos. 2.2.3.2. Paaiškina, kodėl reikia valgyti daugiau vaisių, daržovių ir grūdinių produktų.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis. Technologijos 3.2. Mokytojui padedant, nurodyti medžiagų savybes ir kaip jas taikyti kuriant gaminius.	SMP „Ugdymo sode“ MO 93 - Sudaryk valgiaraštį (Interaktyvusis pratimas)	Vengti nepalankių sveikatai maisto produktų, gaminių.	2.2.4. Nesirenka menkaverčių ar sveikatai nepalankių maisto produktų ir gaminių.	2.2.4.1. Nusako svarbiausius sveikos mitybos reikalavimus ir taisykles. 2.2.4.2. Nusako, kurie maisto produktai menkaverčiai ar nepalankūs sveikatai. 2.2.4.3. Paaiškina, kodėl reikia rūpintis saugiu maisto vartojimu.
2.3. Veikla ir poilsis				
Tautinės mažumos		Laikytis dienos ritmo.	2.3.1. Stebi savo	2.3.1.1. Išmano, kiek laiko dera

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Laisvalaikis, kelionės, pomėgiai, šventės Technologijos Dienos režimas. 1.3. Pristatyti idėją, paaiškinti, kaip ją įgyvendinti.	MP Ugdymo sode“ MO 172 - Suplanuok savo dieną (Interaktyvusis pratimas) MO 220 - Planuoju savo dienotvarkę (Užduočių lapas)		savijautą ir įvertina poilsio naudą gerai savijautai.	skirti įtemptai protinei veiklai, darbui prie kompiuterio, skaitymui ir taip toliau.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Laisvalaikis, kelionės, pomėgiai, šventės Technologijos Atsakingai, kūrybiškai spręsti problemas, gerbti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, numatyti idėjų įgyvendinimo rezultatus.. 1.3. Pristatyti idėją, paaiškinti, kaip ją įgyvendinti.	MP Ugdymo sode“ MO 167 - Žmogaus klausa ir laikysena (Pateiktis) MO 214 - Ką žinai apie kūno laikyseną ir klausą? (Testas)		2.3.2. Derina protinį darbą, aktyvų ir pasyvų poilsį; planuoja miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmą.	2.3.2.1. Įvardija, kodėl norint būti sveikam ir gerai jaustis reikia laikytis miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo. 2.3.2.2. Nusako savo dienos ritmą, galimybes jį planuoti sveikatai palankia linkme.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena, maitinimasis. Laisvalaikis, kelionės, pomėgiai, šventės Technologijos Buities ir laisvalaikio gaminių konstrukcinių medžiagų priežiūra. Atsakingai, kūrybiškai spręsti problemas, gerbti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, numatyti idėjų įgyvendinimo rezultatus. 1.3. Pristatyti idėją, paaiškinti, kaip ją įgyvendinti	MP Ugdymo sode“ MO 133 - Prisimink, kaip tausoti klausą (Interaktyvusis timas)		2.3.3. Tausoja klausą ir regėjimą.	2.3.3.1. Pateikia pavyzdžių ir apibūdina, kas kenkia regėjimui ir klausai.
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
Pasaulio pažinimas Rūpintis savo ir aplinkinių sveikata. Laikytis asmens higienos reikalavimų. 4.4. Laikytis asmens higienos. Remiantis turimomis žiniomis bei sava patirtimi, paaiškinti sveikos gyvensenos (fizinio aktyvumo, sveikos mitybos, grūdinimosi, pakankamo miego, geros nuotaikos) įtaką sveikatai. Demonstruoti fizinį aktyvumą. Mokėti ilsėtis. 4.4.1. Išmanyti asmens higienos reikalavimus. Nusakyti, kaip reikia turiningai ilsėtis, maitintis. 4.7. Nurodyti priežasties – pasekmės ryšius tarp kūno, aplinkos švaros ir sveikatos. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena. Technologijos Avalynės, aksesuarų priežiūra. Buitinių atliekų tvarkymas mieste ir kaime. (indų plovimas, grindų šlavimas, šiukšlių surinkimas, rūšiavimas, išnešimas; kiemo šlavimas; šiukšlių	SMP „Ugdymo sode“ MO 134 - Asmens higiena (Pateiktis) MO 190 - Audinių savybės (Pateiktis) MO 148 - Sužinok drabužių audinių sudėtį (Interaktyvusis timas)	Rūpintis asmens ir aplinkos švara.	2.4.1. Laikosi asmens švaros ir tvarkos reikalavimų.	2.4.1.1. Nusako asmens higienos reikalavimus ir jų laikymosi tvarką. 2.4.1.2. Paaiškina, kad norint gerai jaustis ir būti sveikam reikia laikytis kūno ir aplinkos švaros. 2.4.1.3. Įvardija užkrečiamųjų ligų plitimo būdus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
surinkimo kontenerių aplinkos valymas, dezinfekavimas). 3.3.1. Savais žodžiais nusakyti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia žmogui. 4.2. Mokytoji padeda, atrinkti darbo priemones, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai gaminti numatytus gaminius				
Pasaulio pažinimas 4.6. Gebėti tvarkyti ir prižiūrėti savo gyvenamąją aplinką. Gebėti pasirinkti tinkamas priemones aplinkai tvarkyti. 4.6.1. Suprasti, kodėl aplinkai turi būti tvarka ir švara. Išmanyti, kokios priemonės naudojamos tvarkant aplinką. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena. Technologijos Buitinių atliekų tvarkymas mieste ir kaime Maistas išskylaujant su klase ir mitybos pavojai išskylaujant. 3.3.1. Paaiškinti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia gamtą ir žmogų.	MO 240 - Tiriū, kaip namiškieiai saugo gamtą (Užduočių lapas) MO 227 - Aplinkos tarša (Pateiktis) MO 224 - Ar žinai, kas teršia aplinką? (Testas) MO 218 - Kaip prižiūrėti savo aplinką? (Pateiktis) MO 171 - Sutvarkyk klasę (Interaktyvusis pratimas) MO 136 - Sutvarkyk kiemą ir sakinius (Interaktyvusis pratimas)		2.4.2. Palaiko savo aplinkos švarą.	2.4.2.1. Nusako savo veiklos aplinkos švaros palaikymo būdus. 2.4.2.2. Paaiškina aplinkos švaros įtaką sveikatai.
Kūno kultūra 1.5. Stengtis vengti pasyvaus rūkymo, rizikingų situacijų. 1.5.1. Paaiškinti, kokią žalą sveikatai, piniginiams ištekliai ir kt. sukelia rūkalų, alkoholio vartojimas. Kalbinės veiklos tema: Sveika gyvensena. Technologijos 3.3.1. Paaiškinti, kaip buityje naudojamos medžiagos veikia gamtą ir žmogų	Metodinės rekomendacijos Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO_TABAKO_IR_KITU_SCREEN.pdf [4] MO 170 - Kaip apsaugoti nuo ligų? (Pateiktis) MO 212 - Tirk, kaip plinta užkrečiamosios ligos (bortorinis darbas)	Saugotis žalingų aplinkos veiksnių.	2.4.3. Saugosi žalingų sveikatai aplinkos veiksnių.	2.4.3.1. Įvardija aplinkos veiksnus, turinčius įtakos sveikatai. 2.4.3.2. Paaiškina, kaip saugotis žalingo saulės poveikio, didelio oro užterštumo, didelio triukšmo, elektromagnetinės spinduliuotės.
2.5. Lytinis brendimas				
Pasaulio pažinimas Gerbti ir vertinti vienam kitą. Pripažinti pasikeitimus paauglystėje. 4.1. Pastebėti pokyčius, vykstančius breštančiame organizme. Sieti vaikystę ir paauglystę – svarbius žmogaus gyvenimo etapus – su brendimo periodu.	SMP „Ugdymo sode“ IO 173 - Kas vyksta žmogui brestant? (Pateiktis) IO 168 - Ar skiri žmogaus gyvenimo etapus? (Testas) IO 215 - Prisimink žmogaus brendimo požymius (raktyvusis pratimas)	Teigiamai vertinti kūno pokyčius	2.5.1. Vartoja tinkamas sąvokas organizmo sistemoms ir jų funkcijoms apibūdinti. Priima kūno pokyčius kaip natūralius.	2.5.1.1. Įvardija žmogaus kūno organus ir jų atliekamas funkcijas. 2.5.1.2. Įvardija, kad augant atsiranda antriniai lytiniai požymiai (keičiasi kūno proporcijos, didėja ūgis, vystosi raumenys, susidaro

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
4.1.1. Nusakyti, kaip žmogus auga ir keičiasi nuo gimimo iki senatvės. Etika 1.2.1. Apibūdinti, koks esu ypatingas (mano išvaizda, būdo savybės, pomėgiai). 1.2.2. Papasakoti arba pavaizduoti, koks buvau ankstyvoje vaikystėje ir kaip dabar paaugau ar pasikeičiau.	IO 217 - Žmogaus organizmo funkcijos (Pateiktis) IO 169 - Kaip veikia žmogaus organizmas? (Interaktyvusis mas) IO 135 - Pasidomėk žmogaus organizmu (Interaktyvusis mas) IO 213 - Ką žinai apie žmogaus organizmą? (Testas) Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III kl. Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. IV klasė.			poodinis riebalinis sluoksnis, mutuoja balsas ir kita)
		Gerbti besilaukiančią moterį.	2.5.2. Atpažįsta besilaukiančią kūdikio moterį ir geba pagal situaciją jai padėti.	2.5.2.1. Įvardija moters nėštumo požymius. 2.5.2.2. Paaiškina, jog gyvybė užsimezga susiliejus vyriškai ir moteriškai lytinėms ląstelėms, apibūdina vaisiaus vystymąsi mamos iščiose. 2.5.2.3. Paaiškina, kodėl besilaukiančiai moteriai reikia daugiau pagalbos. 2.5.2.4. Apibūdina būsimo tėvo savijautą, vaidmenį.
Etika 2. Gerbti savo grupės draugus ir bendruomenės narius.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. IV kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. IV kl.	Gerbti kitą asmenį, jo privatumą	2.5.3. Pagarbiai elgiasi su savo ir kitos lyties asmenimis, gerbia kito privatumą ir pasirinkimą, nustato bendravimo ribas.	2.5.3.1. Įvardija, kad abiejų lyčių asmenys yra lygiaverčiai, kad vienos lyties asmenys nėra pranašesni už kitus 2.5.3.2. Nusako, kad kiekvienas asmuo turi savo privačią erdvę, daiktus, jausmus, kurių nedera pažeisti.
3. Psichikos sveikata				
3.1. Savivertė				
LIETUVIŲ KALBA Norai dalyvauti aptariant įvairius tekstus, pasitikėti savimi, reikšti savo nuomonę neįžeidžiant kitų. Mokytojo padedamas apmąsto savo kalbėjimą: paaiškina, kas pasisėkė, kas – ne, kodėl, ką kitąkart reikėtų daryti kitaip. Siekti pažinti save kaip besimokantįjį ir tobulinti savo skaitymo gebėjimus. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas		Pažinti save kaip unikalų berniuką ar mergaitę.	3.1. Vertina save, parodo savo gerąsias savybes. Pasinaudoja savo stiprybėmis ir stengiasi įveikti silpnybes.	3.1.1. Įvardija savo būdingas charakterio savybes, identifikuoja savo asmenį savitumus. 3.1.2. Išskiria savo stiprybes, pagrindžia, kuo jos padeda gyvenime. 3.1.3. Nurodo savo savybes, kurias norėtų tobulinti; svarsto, kaip gali siekti asmenybės ūgties.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 1.2.1. Apibūdinti, koks esu ypatingas (mano išvaizda, būdo savybės, pomėgiai). Technologijos alsiai, kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę bgaus kasdienėje aplinkoje. bti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, kūrybiškai audoti informaciją sprendžiant problemas.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III kl.			
3.2. Emocijos ir jausmai				
LIETUVIŲ KALBA Apibūdina grožinio teksto nuotaiką ir išsako emocinį savo santykį su tekstu. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 2.3.1. Pateikti žodinės ir nežodinės jausmų raiškos pavyzdžių. 2.3. Mokėti suprasti kito situaciją ar jausmus, jį užjausti, palaikyti. Technologijos alsiai, kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę bgaus kasdienėje aplinkoje. bti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, kūrybiškai audoti informaciją sprendžiant problemas.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf Metodinės rekomendacijos Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pdf	Būti atviram ir pasitikėti savo emocijomis ir jausmais.	3.2.1. Atpažįsta ir priima savo emocijas bei jausmus. Moka parodyti nuoširdžius jausmus, pavyzdžiui, nuostabą, užuojautą, gailestį.	3.2.1. 1. Pateikia teigiamų ir neigiamų savo išgyvenimų pavyzdžių 3.2.1.2. Įvardija, kas sukelia teigiamus išgyvenimus, o kas - pyktį, liūdesį, nerimą, neviltį. 3.2.1.3. Nusako, kokie jausmai išgyvenami netekus ko nors brangaus (asmens, gyvūnėlio ar kito). 3.2.1.4. Nurodo, kad slegiant liūdesiui, vienišumo jausmui, patartina kreiptis pagalbos, nurodo į ką.
Etika 4. Nepasiduoti liūdesiui, pykčiui, nusivylimui. 1.4. Mokėti nusiraminti ir pastebėti teigiamus dalykus. 1.4.2. Pateikti pavyzdžių, kaip galima nugalėti blogą nuotaiką, pyktį, nusivylimą. Kūno kultūra 1.6. Stengtis nekonfliktuojant išklausyti kito nuomonę ir drąsiai reikšti savo. 1.6.1. Pateikti asmeninį arba sugalvotą konflikto sprendimo pavyzdį. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas LIETUVIŲ KALBA Gerbti kito nuomonę, laikytis kalbos etiketo, klausymosi kultūros.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf	Siekti emocijas išreikšti tinkamu būdu.	3.2.2. Geba valdyti pavydą, pyktį, agresiją ir nusivylimą.	3.2.2.1. Įvardija, kad visos emocijos yra reikalingos, bet jų išraiškos būdus reikia valdyti. 3.2.2.2. Nusako, kaip galima tinkamai reikšti džiaugsmą ar skausmą, pyktį ar nusivylimą.

		Mokinių pasiekimai		
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP,Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 1.4. Papasakoti kylančias mintis, išgyvenimus. 1.4.1. Apibūdinti savo nuotaikas, jausmus; išsiaiškinti priežastis, kas juos sukėlė.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III kl.		3.2.3.Geba išreikšti savo norus ir poreikius tinkamais/priimtinais būdais.	3.2.3.1. Pateikia pavyzdžių, kaip galima tinkamai išreikšti jausmus, o kaip to daryti nedera (naudoti fizinį ir emocinį smurtą ar pan.); paaiškina, kodėl. 3.2.3.2. Nusako, kodėl nedera vadovautis vien tik jausmais. 3.2.3.3. Paaiškina ir pateikia pavyzdžių, kaip netinkamai išreiškiami jausmai gali paveikti kitus, santykius.
Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 3. Būti dėmesingam kito jausmams. 2.4. Pastebėti ir vertinti gerąsias draugo savybes, pripažinti jo sėkmę ir užjausti dėl nesėkmės ar nuoskaudos.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf	Pripažinti ir gerbti kito jausmus.	3.2.4. Supranta, kaip jaučiasi kitas ir tinkamai į tai reaguoja	3.2.4.1. Nurodo būdus, kaip galima reaguoti į kitų emocijas, jausmus, pvz., kai kitas pyksta, liūdi, bijo ar pan.
3.3. Savitvarda				
Etika 1.3. Siekti užsibrėžto tikslo.	Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. III, IV klasės.	Stengtis sutelkti dėmesį, veikti apgalvotai.	3.3.1. Sutelkti dėmesį, atsirenka sau svarbią informaciją.	3.3.1.1. Nurodo keletą dėmesio koncentracijos ir valios stiprinimo pratimų. 3.3.1.2. Paaiškina, kaip surasti ir pasirinkti svarbią informaciją.
Etika 1.2. Apmąstyti vaikystės patirtį, vertinti savo gerąsias savybes, ugdytis gero charakterio savybes.		Norėti ugdytis valią.	3.3.2. Kasdien atlieka pavestus darbus, žino kodėl jie svarbūs.	3.3.2.1.Paaiškina, kokių tikslų siekia atlikdamas pavestus darbus.
Etika 3.3. Siekti bendro tikslo ir sutarimo dirbant grupėje, laikytis sutartų taisyklių. 1.3. Bandyti įžvelgti asmeninių sunkumų priežastis ir juos įveikti ne kaltinant kitus, o klausiant jų patarimo.		Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. IV kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. IV kl.	3.3.3 Džiaugiasi sėkmingai atliktais darbais, įvykdytais įsipareigojimais.	3.3.3.1.Įvardina gerai atliktus darbus, įvykdytus įsipareigojimus. 3.3.3.2.Svarsto galimas nesėkmės priežastis ir galimybes situacijai keisti. 3.3.3.3. Paaiškina, kad nesėkmę galima vertinti kaip galimybę tobulėti
	Didaktinis filmukas Vaikai ir skaitmeniniai žaidimai		3.3.4. Atėjus sutartam laikui geba pasitraukti nuo IKT.	3.3.4.1. Paaiškina, kaip pasirinkti tinkamą informaciją, ką žiūrėti ir žaisti. 3.3.4.2. Paaiškina, kad besaikis virtualus bendravimas trikdo santykius su šalia esančiais žmonėmis.
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija				
LIETUVIŲ KALBA Aptaria grožiniame kūrinyje vaizduojamas situacijas,		Įvairiose gyvenimo situacijose matyti pozityvius dalykus.	3.4.1. Pozityviai žvelgia į aplinką. Geba nusiraminti,	3.4.1.1. Pateikia pavyzdžių, koks elgesys naudingas ir palankus sveikatai, o koks – žalingas.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
paaikšina įvykių priežastis, sąsajas. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 5. Mokyti iš teigiamų pavyzdžių ir rodyti gerą pavyzdį kitiems. 1.4. Mokėti nusiraminti ir pastebėti teigiamus dalykus.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl.		atsipalaiduoti patyręs frustraciją.	3.4.1.2. Svarsto, kad gyvenime susiduriama ne tik su maloniomis situacijomis, tačiau daugelyje iš jų galima rasti ir pozityvių aspektų. 3.4.1.3. Nusako, kokiais būdais galima nusiraminti, atsipalaiduoti patyrus frustraciją, sumažinti streso poveikį (pavyzdžiui, kvėpavimas, dienoraščio rašymas, pokalbis su draugu, išmintingos mintys, ramios muzikos klausymas ir kita).
Muzika 1.5. nuostata Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Vaikų teisės ir pareigos. LIETUVIŲ KALBA Apibūdina veikėjus, aptaria jų santykius, paaikšina jų veiksmus ir poelgius, mintis. Pasaulio pažinimas Gerbti kitą. Nuomonėms išsiskyrus toleruoti kitokį požiūrį. 1.2. Demonstruoti gebėjimą dirbti ir bendrauti su kitais: išklausti kito žmogaus mintis, išsakyti ir argumentuoti savo nuomonę. Gebėti priimti racionalius sprendimus; ieškoti kompromisų siekiant bendro tikslo. Technologijos Pasaulyje, kūrybiškai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę žmogaus kasdienėje aplinkoje. Gerbti kito nuomonę, pasitikėti savo jėgomis, kūrybiškai naudoti informaciją sprendžiant problemas.		Vertinti ir gerbti kitų nuomones, požiūrius; formuoti savo požiūrį ir jį išreikšti.	3.4.2. Stengiasi suprasti kiekvieno žmogaus elgesio motyvus.	3.4.2.1. Nurodo, jog žmogaus veiksmus, elgesį lemia jo mintys, požiūris. 3.4.2.2. Paaikšina, kad svarbu yra stengtis suprasti kitų žmonių elgesio motyvus; nuo to didele dalimi priklauso kitų elgesio vertinimas.
LIETUVIŲ KALBA Suprasti, kad kiekvieno žmogaus įžvalgos yra vertingos. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema: Vaikų teisės ir pareigos. Pasaulio pažinimas Susitvarkyti, ieškoti takaus sprendimo. 1.2 ... Kontroliuoti savo elgesį kilus konfliktui; numatyti savo veiksmų padarinius. Gebėti konstruktyviai spręsti problemas. 1.2.1. Suprasti, kad bendraujant svarbu tinkamai reikšti savo mintis, išklausti ir toleruoti kito išsakytą nuomonę. Žinoti, kaip elgtis ir į ką kreiptis iškilus konfliktinei situacijai.			3.4.3. Spręsdamas nesutarimus, konfliktus bando išsakyti ir pagrįsti savo nuomonę bei išgirsti kito.	3.4.3.1. Paaikšina, kad norint taikiai ir konstruktyviai išspręsti nesutarimą, reikia išgirsti visų nesutariančių pusių argumentus ir motyvus ir ramiai išsakyti savo poziciją. 3.4.3.2. Nurodo, kad žmonių nuomonės gali skirtis; ieškant bendro problemos sprendimo reikia įvertinti visus galimus skirtingų pozicijų privalumus ir trūkumus, ieškoti kompromiso.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 2.2.2. Suprasti, kad sėkmingam bendravimui svarbu išklausti kitą, suprasti ir gerbti kiekvieno nuomonę.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III kl.			
4. Socialinė sveikata				
4.1. Draugystė ir meilė				
Muzika , nuostata 1.1. ir 1.3. Ieškoti savo santykio su tekstu, remiantis asmenine patirtimi, dalijantis įspūdžiais su mokytoju, klasės draugais, tėvais, kitais namiškiais. Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Pasaulio pažinimas 1.2.1. Suprasti, kad bendraujant svarbu tinkamai reikšti savo mintis, išklausti ir toleruoti kito išsakytą nuomonę. Žinoti, kaip elgtis ir į ką kreiptis iškilus konfliktinei situacijai. Etika 4. Būti draugiškam su kitu ir kitokiu. 2.4. Pastebėti ir vertinti gerąsias draugo savybes, pripažinti jo sėkmę ir užjausti dėl nesėkmės ar nuoskaudos. 2.4.1. Apibūdinti, kas būdinga geram draugui (draugu galiu pasitikėti ir jo neapvilti; draugas nebūtinai panašus į mane; draugai moka dalytis ir vienas kitam padėti). 5. Taikiai spręsti ginčus, susilaikyti nuo nemalonių žodžių ir peštynių.	Vaivorykštė. Integruotas pradinio ugdymo vadovėlis. III klasė. Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III, IV kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III, IV kl.	Būti draugiškam, atjaučiančiam, nusiteikusiam padėti, pozityviai spręsti konfliktus.	4.1.1. Palaiko draugiškus santykius su kitais, bendradarbiauja sprendamas konfliktus, kartu su suaugusiais randa taikų sprendimą.	4.1.1.1. Įvardija žmogaus savybes ir bruožus, kurie padeda susidraugauti ir išlaikyti draugiškus santykius. 4.1.1.2. Pateikia bendravimo konfliktų pavyzdžių. 4.1.1.3. Suformuluoja savo siūlymą taikiai išspręsti konfliktą. 4.1.1.4. Paaškina, ką reiškia dovanojimas, aukojimas, pagalba, donorystė.
Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas		Būti mylinčiam ir mylimam.	4.1.2. Išreiškia meilės jausmus savo artimiesiems, jam reikšmingiems žmonėms	4.1.2.1. Pateikia pavyzdžių kaip parodyti meilę artimiesiems žmonėms: pasakant, apkabinant, įteikiant dovanėlę, padedant, būnant ar veikiant kartu.
Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas LIETUVIŲ KALBA Siekti suprasti kalbos, kaip bendravimo ir žmonių suartinimo priemonės, vertę. Pasaulio pažinimas Pripažinti taisykles. Jausti atsakomybę už save ir savo grupę. Dalyvauti klasės, mokyklos, miesto bendruomenės		Laikytis susitarimų tarpusavio santykiuose	4.1.3. Laikosi kasdieninių įsipareigojimų, susitarimų, šeimoje nustatytų taisyklių, dalyvauja šeimos tradicijų puoselėjime. Įvardija, kas sieja visus šeimos narius,	4.1.3.1. Pasako, kokių taisyklių laikomasi jo artimoje aplinkoje, šeimoje. 4.1.3.2. Nurodo taisyklių, įsipareigojimų prasmę, naudą šeimos gerovei. 4.1.3.3. Papasakoja, kaip prisideda prie savo artimos aplinkos, šeimos tradicijų

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
gyvenime. 1.1. Gebėti kurti taisykles, jų laikytis. Gebėti priimti kitų pasiūlymus, nuorodas. Gebėti įsipareigoti, atsakingai ir laiku atlikti darbą. 1.1.1. Nusakyti savais žodžiais klasės, darbo grupėje taisykles. Nupasakoti ar aprašyti bendruomeninius renginius. Naudotis teisėmis ir pareigomis. Būti solidariam ir tolerantiškam. Gerbti kitų teises. 1.3. Gebėti naudotis savo teisėmis. Atlikti pareigas bei įsipareigojimus. Tinkamai elgtis šeimoje, klasėje, svečiuose ir kitur. 1.3.1. Suprasti, kad kiekvienas žmogus turi savo teises ir pareigas – šeimoje, klasėje, visuomenėje. Išvardyti savo teises ir pareigas. Etika 1. Branginti šeimos ryšius ir palaikyti draugiškus santykius. 3.1. Pastebėti, kokie bendri dalykai sieja artimus žmones šeimoje. 3.1.1. Apibūdinti savo šeimą, jos svarbiausius įvykius ir tradicijas. 3.3.2. Suprasti (pateikti pavyzdžių), kad priklausydami grupei turime išmokyti atsižvelgti į kitus (derinti savo norus, laiką, veiksmus) ir laikytis susitarimų bei taisyklių.	Aš ir kiti. Etikos vadovėlis. III, IV kl. Aš ir kiti. Etikos pratybų sąsiuvinis. III, IV kl.		atsižvelgia į kitų šeimos narių reikmes.	laikymosi. 4.1.3.4. Paaikšina, kad visi šeimos nariai turi savo poreikius, norus, išvardina, kokius. 4.1.3.5. Nurodo, kad poreikių ir norų patenkinimas priklauso nuo šeimos galimybių, susitarimų.
4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui				
LIETUVIŲ KALBA Jaustis atsakingu už savo pasakymų tikrumą, aiškumą. Etika 1.3.1. Atsakyti, ką aš galiu ir ko negaliu (kodėl kiti gali tai, ko aš negaliu; kodėl kai kuriuos darbus nudirbti ir sprendimus padaryti padeda vyresni žmonės). 1.6. Atsispirti smalsumui ar kitų siūlymams parūkyti ar paragauti alkoholinių gėrimų. 1.6.2. Paaikškinti, kodėl negalima rūkyti ar ragauti alkoholinių gėrimų, net jei kas nors ir pasiūlytų.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. Pradinės klasės http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/PRADINUKAI.pdf Metodinės rekomendacijos Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pdf	Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose.	4.2.1. Atsako blogai ar pavojingai elgtis socialinio spaudimo situacijose, skatinamas ir palaikomas suaugusiųjų; prašo pagalbos suaugusiųjų.	4.2.1.1. Įvardija situacijas, kuriose patiria ar gali patirti aplinkinių spaudimą blogai ar pavojingai elgtis (pvz., draugai kviečia vietoj pamokų eiti į kiną, nepažįstamas asmuo kviečia į svečius). 4.2.1.2. Susieja savo jausmus su juos sukėlusia situacija. 4.2.1.3. Nusako, kokios nepageidautinos pasekmės gali būti neatsispyrus spaudimui ir pasielgus netinkamai. 4.2.1.4. Pateikia pavyzdžių, kaip atsisakyti blogai ar pavojingai elgtis.
LIETUVIŲ KALBA Kritškai vertina informacijos patikimumą, pagrįstumą. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos tema:		Nepasiduoti medijų formuojamiems stereotipams	4.2.2. Atpažįsta skirtumą tarp žiniasklaidoje kuriamų kūno vaizdinių ir realaus	4.2.2.1. Įvardija, kad žiniasklaidoje pateikiami kūno vaizdiniai dažnai yra pagražinti, nenatūralūs. 4.2.2.2. Kritškai vertina

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Vaikų periodika ir šiuolaikinės informacinės technologijos.			gyvenimo.	žiniasklaidos formuojamą kūno kultą, brukamus „gražaus“ kūno stereotipus. 4.2.2.3. Aptaria, kad žmogaus vertės nenusako vien kūno grožis; suvokia, kad pirmiausia reikia rūpintis kūno sveikata ir gera savijauta.
Tautinės mažumos Literatūrinis ugdymas Etika 1.4.3. Aptarti, kas yra drovumas (igimta savybė), kuo jis skiriasi nuo gėdos jausmo (kuris susijęs su kalte).		Saugoti savo ir gerbti kitų privatumą (ribas).	4.2.3. Atpažįsta tinkamus ir netinkamus žodžius, prisilietimus ir elgesį; pasitraukia iš nemalonios, pavojų keliančios situacijos, prireikus prašo suaugusiųjų pagalbos.	4.2.3.1. Įvardina, kokie prisilietimai yra „geri“, o kokie - ne (pvz., liečia intymias vietas, verčia jaustis nejaukiai). 4.2.3.2. Nusako, kaip dera elgtis, kai kitas asmuo liečia neleistinu būdu (aiškiai pasakyti, kad liautųsi; pasakyti apie tai suaugusiajam, kuriuo pasitikti). 4.2.3.3. Skiria tinkamus ir netinkamus žodžius, frazes, prisilietimus, elgesį.
	Mokomieji filmai „Ugdymo sode“: https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/dorinis/med=13/243 Mergaičių ir berniukų vaizdavimas medijose Kaip prisistatome internete: mes ir mūsų avatarai	Išlikti saugiam ir pagarbiai elgtis elektroninėje erdvėje	4.2.4. Paaiškina, kokios rizikos yra susijusios su informacinių priemonių naudojimu, neteikia asmeninės informacijos virtualioje erdvėje; padedamas suaugusiųjų geba atsispirti elektroninėje erdvėje slypintiems pavojams, vengia pornografinio, smurtinio pobūdžio, lytinį potraukį skatinančių vaizdų.	4.2.4.1. Nurodo, kad reikia vadovautis televizijos laidas, filmus, skaitmeninius žaidimus (audiovizualinę produkciją), žyminčiais amžių ribojančiais ženklais. 4.2.4.2. Paaiškina, kad virtualioje erdvėje nepažįstamiems asmenims negalima teikti asmeninės informacijos (telefono numerio, adreso, nuotraukų, atostogų planų), nurodyti slaptažodžių, dėti kitų žmonių nuotraukų, jų neatsiklausus, rašyti nepagarbių, kitus įžeidžiančių tekstų, komentarų. 4.2.4.3. Svarsto, kokios interneto svetainės yra tinkamos, informatyvios, naudingos, o kokios – žalingos (smurtinio, pornografinio pobūdžio ir kitos). 4.2.4.4. Įvardija, kad internete prisistatantys asmenys nebūtinai yra tie, kuo dedasi esą; nurodo, į ką kreiptis susidūrus su priekabiavimu internete.

3. Mokinių pasiekimai. 5–6 klasės:

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP,Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Sveikatos, sveikos gyvensenos, šeimos sampratos				
I užsienio kalba Sveika gyvensena, maitinimasis, sveikata IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu. Etika 5. Gyventi sveikai ir kritiškai vertinti žalingų įpročių pavyzdžius savo aplinkoje, žiniasklaidoje. Technologijos skirti buitinėje aplinkoje naudojamas medžiagas, įvardyti jų savybes ir racionaliai jas panaudoti savo gaminiuose.	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1 Mokomieji filmai „Ugdymo sode“: https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/dorinis/med=13/243 Medijų raštingumas. TV ir vaikai Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos 5- 6 klasių ilgalaikių planų iliustracijos SMP „Ugdymo sode“ Pagrindiniai sveikos mitybos principai	Pripažinti sveikatą kaip vertybę.	1.1. Atskleidžia įvairius sveikatos požymius ir elgesio bei aplinkos veiksnių įtaką sveikatai.	1.1.1. Apibūdina sveikatą kaip darnų kūno, psichikos, tarpusavio santykių funkcionavimą. 1.1.2. Aptaria kasdienius veiksmus, nuo kurių priklauso sveikata.
IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu. Technologijos Virtuvė. Švara ir higiena virtuvėje. 3.1. Skirti buitinėje aplinkoje naudojamas medžiagas ir nustatyti jų savybes.	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1 Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“	Tausoti ir stiprinti savo ir kitų sveikatą.	1.2. Laikosi sveikos gyvensenos principų įvairiose aplinkose; atpažįsta savo elgesio ir aplinkos poveikį savijautai ir sveikatai.	1.2.1. Įvardija savo elgesio ir aplinkos veiksnius, stiprinančius sveikatą ir kenkiančius jai.
Technologijos pažindami švaros ir higienos bei maisto produktų medžiagų savybes, apibūdina, kaip jas tinkamai panaudoti.	SMP „Ugdymo sode" Maisto medžiagos, jų sudėtis ir įtaka sveikatai https://smp2014te.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/253		1.3. Įsivertina savijautą, numato ir susiplanoja gyvensenos pokyčius, kurie gali padėti stiprinti sveikatą.	1.3.1. Pateikia pavyzdžių, kaip sveika gyvensena lemia savijautos pokyčius. 1.3.2. Nurodo, į ką kreiptis pagalbos pasijutus blogai.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
II užsienio kalba Mokiny ir jo aplinka, šeima Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>I tema. Vaikystės patirtys:</i> Šeima ir namai. Namų teikiamas saugumas. Vaiko santykis su artimaisiais. Stiprinantys ir skaudūs išgyvenimai. Pirmosios doros pamokos ir atsakomybė. Žmogaus ryšio su žmogumi vertė. (8 ^{1.8.5.}) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Namai. Šeima. Kaimynai. Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Etika 1. Įsitikinti, kad šeima yra esminė vertybė – žmogaus ir bendruomenės gerovės pagrindas. 3.1. Pagrįsti, kodėl šeima yra esminė vertybė kiekvienam iš mūsų – ir vaikams, ir suaugusiesiems.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 5 klasė</i> (psl. 2–4) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4181 Gijos. Etikos užrašai 5 klasei.	Pripažinti santuokos, šeimos vertingumą.	1.4. Paaikšina, kad šeimos gali būti įvairios; suvokia, kad šeimos pagrindas - darnūs tarpusavio santykiai, pasitikėjimas ir rūpinimasis vienas kitu.	1.4.1. Apibūdina, kuo gali skirtis šeimos. 1.4.2. Nurodo, kad santuoka yra svarbiausias šeimos atsiradimo pagrindas. 1.4.3. Įvardija, koks šeimos narių elgesys padeda kurti ir išlaikyti darnius tarpusavio santykius. 1.4.4. Nurodo, kad siekiant darnos šeimoje, visi šeimos nariai dalijasi pareigomis ir prisiima atsakomybes. 1.4.5. Apibūdina darnių tarpusavio santykių reikšmę šeimos narių emocinei sveikatai, vaiko raidai.
2. Fizinė sveikata				
2.1. Fizinis aktyvumas				
II užsienio kalba Kasdienė veikla: mokymasis, dienotvarkė, poilsis IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikyti darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu.	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aprask“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1	Siekti būti stipriam, koordinuotam, lanksčiam, gerai valdyti savo kūną.	2.1.1. Kasdien mankština, atlieka mėgstamus ir savo organizmui naudingus, fizines ypatybes (jėgą, greitumą, ištvermę, lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus, žaidimus dažniausiai savarankiškai.	2.1.1.1. Paaikšina, iliustruodamas pavyzdžiais, judėjimo ir reguliarių fizinių pratimų būtinumą organizmo normaliam vystymuisi.
IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikyti darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu.	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aprask“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1	Rūpintis savo laikysena, grūdintis.	2.1.2. Atlieka fizinius pratimus įvairiose aplinkose (pavyzdžiui, keliaudamas į mokyklą ir iš jos, pagal galimybes pertraukų, pamokų metu, laukdamas autobuso ir panašiai).	2.1.2.1. Nusako, kaip galima būti fiziškai aktyviam/judriam kiekvieną dieną, įvairiose aplinkose ir paaikšina, iliustruodamas pavyzdžiais, kad kasdieniams judėjimo poreikiams tenkinti nėra būtinos specialios įranga ir priemonės.
IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos.	Rūpintis savo laikysena, grūdintis.	2.1.3. Turi įprotį taisyklingai sėdėti,	2.1.3.1. Paaikšina taisyklingos laikysenos svarbą ir pagrindinius

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu. Muzika 1.1.1.	Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1		judėti, stovėti.	principus (kaip reikia taisyklingai stovėti, sėdėti, judėti).
			2.1.4. Grūdinasi pakankamai būdamas atvira ore, saulėje, vandenyje.	2.1.4.1. Paaiškina natūralios aplinkos ir grūdinimosi teikiamą naudą.
Technologijos Saugiai, nuosekliai, kokybiškai gaminti gaminius. 4.2.1. Pateikti pavyzdžių, kaip pagal numatytą idėjos įgyvendinimo planą organizuoti gamybos procesą.	SMO „Ugdymo sode“ Darbo priemonės ir saugus darbas https://smp2014te.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/231	Be reikalo nerizikuoti.	2.1.5. Judėdamas laikosi saugaus elgesio taisyklių, naudojasi saugos priemonėmis.	2.1.5.1. Paaiškina, kokius apsisaugojimo būdus ir priemones būtina naudoti fizinio aktyvumo metu, kokiais atvejais kyla didesnė rizika susižeisti.
2.2. Sveika mityba				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.4.1. Nurodyti pagrindines maisto medžiagas: angliavandenius, baltymus, riebalus ir aptarti jų reikšmę aprūpinant organizmą energija. 2.4.2. Nurodyti maisto produktų grupes ir apibūdinti jų skirtumus pagal maisto medžiagų ir vitaminų kiekį. 2.4.4. Pateikti keletą pavyzdžių, parodančių, kuo organizmui svarbus vanduo. I užsienio kalba Sveika gyvensena, maitinimasis, sveikata Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos Technologijos Mitybos režimas. Žmogaus organizmo poreikiai. Sveika mityba. Pusryčiai ir vakarienė.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/mityba/ Sveika mityba https://smp2014te.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/264 Maisto medžiagos, jų sudėtis ir įtaka sveikatai https://smp2014te.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/253	Laikytis pagrindinių sveikos mitybos principų ir taisyklių.	2.2.1. Paaiškina sveikos mitybos svarbiausius principus ir taisykles ir kasdien jų laikosi įvairiose aplinkose (renkasi įvairų, visavertį maistą, nepersivalgo ir panašiai).	2.2.1.1. Aptaria sveikos mitybos principus ir taisykles (pavyzdžiui, maisto pasirinkimo piramidę) ir jų įtaką sveikatai 2.2.1.2. Argumentuoja, kodėl mityba turi būti saikinga, įvairi, subalansuota. 2.2.1.3. Paaiškina, kodėl naudinga reguliariai maitintis ir kodėl nesveika persivalgyti. 2.2.1.4. Paaiškina, kodėl maistas, vanduo reikalingas organizmo normaliam funkcionavimui ir vystymuisi.
	Mokomasis filmas: <u>Medijų raštingumas. Maisto reklama ir vaikai</u>		2.2.2. Diskutuoja apie sveikos mitybos pasirinkimo galimybes	2.2.2.1. Analizuoja, kaip maitinasi, kokius maisto produktus renka paaugliai, ir formuluoja išvadą atsižvelgdamas į sveikos mitybos taisykles.
		Rinktis sveikus maisto produktus atsižvelgiant	2.2.3. Savo mitybai parenka sveikatai	2.2.3.1. Paaiškina, kodėl vieni maisto produktai, patiekalai

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
		į jų naudingumą savo sveikatai.	palankius produktus, patiekalus, pasiruošia sveikatai palankius patiekalus, susidedančius iš kelių produktų.	vertingi žmogaus organizmui, o kiti mažiau vertingi ar net kenksmingi. 2.2.3.2. Skiria sveikatai palankias ir nepalankias maisto produktų / patiekalų sudedamąsias dalis.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.4.3. Vertinti maisto produkto kokybę pagal etiketėse pateikiamą informaciją. Technologijos 3.2.1. Tiksliai naudoti sąvokas, susijusias su medžiagų savybėmis 3.3. taupiai, racionaliai naudoti medžiagas, nurodyti, kaip jos veikia aplinką.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/mityba/ Kaip maitinsis sveikai ir nebrangiai. Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“		2.2.4. Domisi maisto produktų ekologiškumu, analizuoja informaciją, pateiktą etiketėse.	2.2.4.1. Nagrinėja informaciją apie maisto produktus, aiškinasi jų kilmę ir sudėtį. Pagal etiketes gali pasakyti kuris produktas palankesnis ar nepalankesnis sveikatai.
2.3. Veikla ir poilsis				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.6.4. Remiantis žiniomis apie žmogaus organizmo veiklą paaiškinti poilsio, fizinio aktyvumo svarbą gerai savijautai. Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Pažink save. Išlik tvirtas kiekvieną dieną. II užsienio kalba Kasdienė veikla: mokymasis, dienos tvarkė, poilsis IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu. Technologijos Mitybos režimas	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/aktyvumas/ http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/poilsis/ IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aprask“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1 SMP „Ugdymo sode“ Valgiaraščio sudarymas	Laikytis miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo, turiningai ir prasmingai leisti laisvalaikį.	2.3.1. Laikosi miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo ir bando jį savarankiškai planuoti, skatinamas suaugusiųjų..	2.3.1.1. Analizuoja dienos tvarkės reikšmę normaliam organizmo augimui ir vystymuisi. 2.3.1.2. Pateikia pavyzdžių apie dienos tvarkės reikšmę normaliam organizmo augimui ir vystymuisi.
Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Pažink save. Išlik tvirtas kiekvieną dieną. IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos.		2.3.2. Atgauna jėgas po intensyvaus protinio darbo, turiningai leidžia laisvalaikį.	2.3.2.1. Paaiškina, kodėl reikia daryti pertraukas įtemptai mokantis, riboti darbą prie kompiuterio, televizoriaus žiūrėjimą ar naudojimąsi su kitomis IKT ir kita.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu.	Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1			
Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Pažink save. Išlik tvirtas kiekvieną dieną. IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su saugaus darbo kompiuteriu taisyklėmis, tinkamu darbo ir poilsio režimu, nuovargį šalinančių pratimų kompleksu. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant kompiuteriu.	IT Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos. Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete (pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1		2.3.3. Atpažįsta akių nuovargio simptomus, įvairiose aplinkose atlieka akių mankštos pratimus.	2.3.3.1. Paaiškina, kaip sukurti darbo vietą, padedančią tausoti regėjimą ir klausą.
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.3. Remiantis žiniomis apie mikroorganizmus nusakyti, kodėl reikia laikytis higienos reikalavimų. Technologijos Švara ir higiena virtuvėje. Skalbinių priežiūra. 3.3.2. pateikti pavyzdžių, kaip tinkamai ir saugiai naudoti medžiagas praktiškai.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/svara/ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“ SMP „Ugdymo sode“ Tekstilės gaminių priežiūra	Laikytis asmens higienos reikalavimų, rūpintis aplinkos švara.	2.4.1. Savarankiškai rūpinasi savo kūno švara, laikosi asmens higienos reikalavimų.	2.4.1.1. Supranta kasdienės asmens higienos svarbą ir įtaką sveikatai. 2.4.1.2. Paaiškina asmens higienos reikalavimų ypatumus (pavyzdžiui: burnos higiena, plaukų priežiūra ir taip toliau).
Etika 5. Neteršti aplinkos ir dalyvauti aplinkosaugos veikloje. 4.3.1. Papasakoti, kaip puoselėju ... kasdienę savo aplinką (neteršiu jos, nevengiu tvarkymosi darbų, saugau tai, kas kitų sukurta).	<u>Ekologinis ugdymo leidiniai - vadovai saugomose teritorijose</u>		2.4.2. Rūpinasi savo aplinkos švara.	2.4.2.1. Paaiškina apsaugojimo nuo užkrečiamųjų ligų būdus. 2.4.2.2. Paaiškina aplinkos, aplinkos švaros sąvokas. 2.4.2.3. Pateikia aplinkos švaros palaikymo priemonių pavyzdžių.
			2.4.3. Tinkamai naudojasi asmens higienos priemonėmis ir paslaugomis.	2.4.3.1. Pateikia asmens higienos priemonių ir paslaugų pavyzdžių. 2.4.3.2. Paaiškina, kodėl svarbu atsakingai rinktis higienos priemones.
Etika 4.5.2. Paaiškinti švarios gamtos ir aplinkos reikšmę sveikatai, taršos žalą aplinkai. Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika	<u>Ekologinis ugdymo leidiniai - vadovai saugomose teritorijose</u>	Vengti žalingos sveikatai aplinkos.	2.4.4. Saugosi žalingų sveikatai aplinkos veiksnių.	2.4.4.1. Paaiškina, kaip aplinkos veiksniai veikia sveikatą. 2.4.4.2. Pateikia priemonių, padedančių apsaugoti nuo žalingo aplinkos poveikio,

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai	
			Gebėjimai	Žinios ir supratimas
ir vertybės: Žmogaus ir gamtos dermė. Gamtamokslinis ugdymas. Gamta ir žmogus 7.3.1. Nurodyti, kad įvairios buityje naudojamos medžiagos gali būti ir naudingos, ir žalingos žmogui. 7.3.2. Pateikti medžiagų tausojimo (taupymo) kasdieniame gyvenime galimybių pavyzdžių. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 4.3.3. Apibūdinti oro taršos poveikį organizmams ir šios taršos poveikio mažinimą susieti su miškų sodinimu, miestų apželdinimu. Technologijos 3.2. Atsižvelgti į medžiagų savybes, parinkti ir kūrybiškai naudoti medžiagas, jų derinius.	http://gamta5-6.mkp.emokykla.lt/lt/mo/demonstracijos/siltnamio_efektas/ Metodinės rekomendacijos Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO_TABAKO_IR_KITU_SCREEN.pdf			pavyzdžių.
2.5. Lytinis brendimas				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.4. Apibūdinti kūdikio, paauglio ir suaugusiojo organizmo skirtumus, susijusius su lytimi. 2.7.5. Nurodyti, kad rūkymas ir nuodingosios medžiagos gali neigiamai paveikti organizmą (plaučius, smegenis, kraujagysles) ir sukelti sveikatos sutrikimų. 2.7.6. Pateikti lytinio brendimo metu paaugliams kylančių problemų ir jų sprendimo būdų pavyzdžių. Etika 1.2.1. Apibūdinti, kaip paaugau ir pasikeičiau per keletą metų (fiziniai berniukų ir mergaičių augimo pokyčiai; asmenybės raida, kuomet džiaugiuosi ir kas kelia nerimą).	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/jausmai_ir_bendravimas/ http://gamta5-6.mkp.emokykla.lt/lt/mo/demonstracijos/alkoholio_poveikis_sveikatai/ http://gamta5-6.mkp.emokykla.lt/lt/mo/laboratorija/pavojingos_medziagos_cigareciu_dumuose/ Gyvenimo įgūdžių ugdymas. V-VIII klasės. http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/Gyvenimo_igudziu_ugdymas_V-VIII%20klases.pdf	Pagarbiai priimti savo ir kitos lyties asmens kūno pokyčius.	2.5.1. Priima kūno pokyčius paauglystėje, suvokia kas vyksta jų metu.	2.5.1.1. Apibūdina berniukų ir mergaičių kūno pokyčius paauglystėje, susieja juos su emocijų kaita ir elgesiu. 2.5.1.2. Analizuoja lytinio brendimo metu paaugliams kylančias problemas ir jų sprendimo būdus.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.4. Apibūdinti kūdikio, paauglio ir suaugusiojo organizmo skirtumus, susijusius su lytimi. 2.7.5. Nurodyti, kad rūkymas ir nuodingosios medžiagos gali neigiamai paveikti organizmą (plaučius, smegenis, kraujagysles) ir sukelti sveikatos sutrikimų. 2.7.6. Pateikti lytinio brendimo metu paaugliams kylančių problemų ir jų sprendimo būdų pavyzdžių.			2.5.2. Geba laikytis higienos, žymėtis menstruacijų ciklo kalendorių (mergaitės).	2.5.2.1. Paaikrina, kaip laikytis higienos, kas yra menstruacijų ciklas, kas vyksta jo metu, kodėl naudinga žymėtis mėnesinių kalendorių.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.4. Apibūdinti kūdikio, paauglio ir suaugusiojo organizmo skirtumus, susijusius su lytimi. 2.7.5. Nurodyti, kad rūkymas ir nuodingosios medžiagos gali neigiamai paveikti organizmą (plaučius, smegenis, kraujagysles) ir sukelti sveikatos sutrikimų. 2.7.6. Pateikti lytinio brendimo metu paaugliams kylančių problemų ir jų sprendimo būdų pavyzdžių. Etika 4.2.2. Paaikrinti žmogaus gyvybės pradėjimą, jos		Saugoti savo vaisingumo funkciją.	2.5.3. Sieja kūno pokyčius su vaisingumu, kaip esmine prielaida turėti vaikų, tapti motina/tėvu.	2.5.3.1. Paaikrina, kad lytinis brendimas susijęs su galimybe tapti motina ir tėvu ateityje. 2.5.3.2. Nusako moters ir vyro lytinių ląstelių skirtumus, susiedamas juos su vaisingumu. 2.5.3.3. Įvardija, sveiko gyvenimo būdo svarbą vaisingumui. 2.5.3.4. Nusako, kaip vystosi vaikas (embrionas, vaisius) motinos įsčiose.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
trapumą ir pareigą gerbti kiekvieną gyvybę nuo jos prasidėjimo iki natūralios mirties. 4.2. Apibūdinti gyvybės atsiradimą ir kūdikio raidą.				
Etika 3.1. Pagarbiai kalbėti apie kitos lyties asmenis.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. V-VIII klasės. http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/Gyvenimo_igudziu_ugdymas_V-VIII%20klases.pdf	Išreikšti jausmus tinkamais būdais.	2.5.4. Savo palankumą, simpatiją kitam išreiškia tinkamais būdais.	2.5.4.1. Nusako, kad simpatija reiškia žvilgsniu, šypsena, komplimentais, dėmesiu, paslaugumu.
Etika 1. Suvokti vyro ir moters santykį kaip lygiateisį.	Virtuali edukacinė biblioteka Vaidas Arvasevičius. Berniukų ir mergaičių ugdymo skirtumai šeimoje ir mokykloje http://mokytojojtv.blogspot.lt/search/label/Ly%C4%8Di%C5%B3%20skirtumai%20ugdymo%20procese Vaidas Arvasevičius. Apie vyrą ir moterį šeimoje https://www.youtube.com/watch?v=jOh4pXfnQSY		2.5.5. Nustato priimtino bendravimo ribas; atpažįsta lytinį priekabiavimą, smurtą, geba jam atsispirti.	2.5.5.1. Įvardija, kada peržengiama privačios erdvės ribos, kaip dera ir nederą elgtis su kitu asmeniu. 2.5.5.2. Nurodo, kokius veiksmus galima vadinti priekabiavimu, smurtu. 2.5.5.3. Nusako, kaip pasipriešinti nederamam elgesiui.
3. Psichikos sveikata				
3.1. Savivertė				
Muzika , 1.9. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 2. Vertinti teigiamas charakterio savybes labiau nei išvaizdą. 1.2. Įžvelgti, kuo esu panašus į kitus, o kuo unikalus. Kitiškai apmąstyti populiarius „panelių“ ir „vaikinių“ įvaizdžius.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. V-VIII klasės. http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/Gyvenimo_igudziu_ugdymas_V-VIII%20klases.pdf	Pažinti savo stiprybes ir pasitikėti savimi	3.1.1. Vertina save, savo savybes, suprasdamas paauglystėje vykstančius pokyčius	3.1.1.1. Svarsto, kad teigiamas savęs vertinimas, pasitikėjimas savimi turi įtakos asmens savijautai, elgesiui. 3.1.1.2. Įvardija, kokie veiksniai veikia savęs vertinimą (charakterio savybės, pasiekimai, santykių su aplinkiniais kokybė, aplinkinių nuomonė ir pan.) 3.1.1.3. Paaiškina, kaip aplinkinių nuomonė gali veikti asmens savęs vertinimą ir elgesį; kodėl svarbu kritiškai ją vertinti.
3.2. Emocijos ir jausmai				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 2.5. Atpažinti tinkamą ir netinkamą vartojamą kalbinę raišką.	Gyvenimo įgūdžių ugdymas. V-VIII klasės. http://www.smm.lt/uploads/documents/gyvenimo-igudziu-programa/Gyvenimo_igudziu_ugdymas_V-VIII%20klases.pdf	Pasitikėti savo jausmais, pažinti savo emocinio reagavimo dėsningumus	3.2.1. Atpažįsta savo išgyvenimų priežastis, sieja juos su konkrečiomis situacijomis	3.2.1.1. Supranta, kas (priežastys, asociacijos) gali sukelti pozityvias ar negatyvias emocijas. 3.2.1.2. Pateikia situacijų, kurios jam/ jai sukelia tam tikras emocijas, pavyzdžių, paaiškina, kodėl. 3.2.1.3. Emocijoms ir jausmams apibūdinti vartoja įvairias sąvokas (nerimas, palaima, nusivylimas, nuostaba, išgąstis ir kt.)
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 1.4. Mokyti įveikti nerimą, stresą ir veikti, kai yra apribojimų.	LIONS QUEST „Paauglystės kryžkelės“ (V – VIII klasėms)	Stengtis rasti tinkamą savo emocijų ir jausmų raišką.	3.2.2. Ieško tinkamų būdų ir moka tinkamai reikšti savo emocijas ir jausmus, kalbėti ramiai, nesikarščiuoti. Susijaudinus geba nusiraminti, atsipalaiduoti.	3.2.2.1. Paaiškina emocijų ir jausmų sąsajas su elgesiu. 3.2.2.2. Įvardija, kaip yra tinkama išsakyti savo poreikius, norus. 3.2.2.3. Nusako, kaip ir kodėl dera ir kaip nederą reikšti savo išgyvenimus. 3.2.2.4. Įvardija skirtingus nusiramimo būdus.
Socialinis ugdymas. Geografija. 2. Geografinės informacijos skaitymas	Gyventojų skaičius ir teritorinis pasiskirstymas. http://geografija6-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/demonstracijos/pasaulio_gyventojai/scenario.47.position.0	Puoselėti atvirumą pasauliui, drauge išsaugant asmenybės savitumą.	2.6. Naudojantis statistikos duomenimis ir diagramomis, nurodyti, kaip keičiasi pasaulio gyventojų skaičius.	2.6.1. Nurodyti apytikslį Lietuvos ir pasaulio gyventojų skaičių.
3.3. Savitvarda				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Išpūdis, nuomonė, požiūris, jų reiškimas ir pagrindimas (pavyzdžiai, citatos, asmeninė patirtis). Išvados, jų formulavimas. Priežastis ir pasekmė, jų skyrimas. (8 ¹ .8.2.) Muzika, 1.4. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 4. Jausti atsakomybę už savo poelgius ir mokymosi veiklą. 1.4. Įvertinti savo mokymosi veiklą, elgesį, rezultatus, nagrinėti sėkmės ir nesėkmės priežastis.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 5 klasė</i> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4181	Siekti susikaupti, kritiškai mąstyti, veikti apgalvotai	3.3.1. Sutelkia dėmesį mokydamasis, mąsto analizuodamas ir kritiškai vertindamas informaciją.	3.3.1.1. Pademonstruoja keletą dėmesio sutelkimo ir valios stiprinimo pratimų. 3.3.1.2. Paaiškina, kodėl svarbu atidžiai analizuoti ir kritiškai vertinti gaunamą informaciją. 3.3.1.3. Nurodo, kad palaikomos mintys ir vaizdai veikia mūsų poelgius, pasirinkimus.
	Mokėjimo mokyti ir motyvacijos skatinimas etikos pamokose. http://www.upc.smm.lt/ugdymas/pagrindinis/rekomendacijos/failai/etika/kompetencijos/Mokėjimo_mokyti_kompetencijos_ugdymas.pdf			

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika, 1.4. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 1.2.2. Išvardyti, kokias būdo savybes norėčiau išsiugdyti. 3. Rinktis ne vien tai, kas patrauklu, bet ir tai, kas reikalinga, naudinga. 1.4.1. Paaiškinti, už kokius darbus esu atsakingas ir kokios mano, kaip mokinio, teisės ir pareigos.	Mokinio vertybių aplankas	Ugdytis valią, veikti kryptingai.	3.3.2. Kasdien atlieka savo pareigas, žino kuo jie svarbūs jam ir bendram gerbūviui.	3.3.2.1. Įvardija, kokias pareigas turi šeimoje, klasėje. 3.3.2.2. Paaiškina, kokių tikslų siekia atlikdamas kasdienes pareigas, kodėl svarbu jas atlikti. 3.3.2.3. Nusako, kokios būdo savybės naudingos nuosekliai laikytis įsipareigojimų, kas padeda pasiekti sėkmės. 3.3.2.4. Svarsto, kaip pareigų atlikimas prisideda prie bendro gerbūvio.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 1.4. Įvertinti savo mokymosi veiklą, elgesį, rezultatus, nagrinėti sėkmės ir nesėkmės priežastis. 4.3. Apmąstyti, ką kitą kartą, atlikdamas panašaus pobūdžio užduotį, darytų kitaip.	<u>Agnė Lastauskienė metodinė priemonė</u> <u>Apmastyk ir veik. Refleksijos metodai ir rekomendacijos</u>		3.3.3. Nepavykus atlikti prisiimtų įsipareigojimų, aptaria nesėkmės priežastis ir numato tolimesnes galimybes juos atlikti.	3.3.3.1. Įvardina nesėkmės priežastis (vidines, aplinkos); aptaria, ką gali pakeisti, o ko ne; 3.3.3.2. Įvardina, kokie įpročiai naudingi ir palankūs sveikatai, kokie žalingi. 3.3.3.3. Nusako, kad ne visų įsipareigojimų vykdymas sukelia vien teigiamas emocijas, svarsto, kaip galima stiprinti valią, užsispyrimą, pareigos jausmą. 3.3.3.4. Nusako, ko gali pasimokyti iš nesėkmės, kaip kitąsyk galima elgtis kitaip.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Internetas kaip akiračio plėtimo priemonė ir informacijos šaltinis. Svarbi ir nesvarbi informacija. Naujausios informacijos perdavimo galimybės. Televizijos ir radijo laidų specifika ir įvairovė. Tikslingas jų žiūrėjimas ar klausymasis. Programų gidai. (8¹.8.2.) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. IT Higienos, ergonominės ir techninės saugaus darbo kompiuteriu sąlygos. Mokiniai supažindinami su <...>, tinkamu darbo ir poilsio režimu ... 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo sveikata. 1.1.1. Laikytis darbo kompiuteriu taisyklių. 1.1.2. Nusakyti mankštos svarbą sveikatai dirbant	IT <u>Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos.</u> Ugdymo procesas. Metodo „Galvok-susirask porą-aptark“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta gebėjimams saugiai dirbti kompiuteriu ugdyti (5-6 klasė), Planavimas. Saugus darbas IT kabinete		3.3.4. Planuoja laiką skirtą žiūrėti TV ir naršyti internete.	3.3.4.1. Nusako, kuo besaikis laiko leidimas prie TV, kompiuterio ar kitų IKT yra žalingas sveikatai. 3.3.4.2. Supranta kaip formuojasi ir kas yra priklausomybės (pvz., nuo TV žiūrėjimo, kompiuterio ir kitų IKT), kaip jos veikia asmens gyvenimo kokybę.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
kompiuteriu.	(pamokos planas). Mankštos demonstravimo nemokama programa Off4Fit 2.1			
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija				
Socialinis ugdymas. Geografija. 4. Aplinkos pažinimas ir tyrimai Technologijos Gerbti kito asmens nuomonę, taikiai, kūrybingai bendradarbiauti visose gyvenimo srityse.	<u>Pažinimo kompetencijos ugdymas</u> Bendrujų kompetencijų ugdymas 5-10 klasėse	Noriai ir saugiai tirti artimiausią aplinką. Ugdytis atsakomybę atliekant aplinkos stebėjimus ir tyrimus	4.3. Dirbant individualiai, grupėje, klasėje ir artimiausioje savo aplinkoje, atlikti nesudėtingą tyrimą, pateikti jo rezultatus. Apmąstyti tyrimo sėkmes ir nesėkmes.	4.3. Dirbant individualiai, grupėje, klasėje ir artimiausioje savo aplinkoje, atlikti nesudėtingą tyrimą, pateikti jo rezultatus. Apmąstyti tyrimo sėkmes ir nesėkmes.
Muzika, 1.1. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 2. Pasitikėti suaugusių žmogui. 2.2.1. Numatyti, kam galiu patikėti savo mintis ir jausmus (rimti pokalbiai su tėvais, mokytojais, psichologu, draugu) ir kuo aš pasitikiu. Technologijos Pasitikėti savo jėgomis, atsakingai ir kūrybingai remtis informacija sprendžiant problemas.	Mokytojo TV laidos apie emocinio intelekto ugdymą: http://mokytojojtv.blogspot.lt/search/label/Emocinis%20intel%20ektas Profesinės savanorystės projektas „Būsiu...“ http://www.busiu.eu/ Asmeninės kompetencijos ugdymas	Pasitikėti savo galiomis, aplinkoje ieškoti pozityvių išgyvenimų.	3.4.1. Pozityviai žvelgia į aplinką. Įvardija problemas ir ieško galimybių jas spręsti, suaugusiųjų padedamas arba savarankiškai.	3.4.1.1. Pateikia sveiko ir darnaus gyvenimo pavyzdžių iš savo aplinkos. 3.4.1.2. Bando ieškoti ir įvardinti, ko galima pasimokyti iš nesėkmių, kaip nepasiduoti nevilčiai ar bejėgiškumui. 3.4.1.3. Įvardija stresorius namie, mokykloje ir numato būdus išvengti įtampos, atsipalaiduoti. 3.4.1.4. Paaiškina, kad iškilius problemai ar užvaldžius negatyvioms mintims, svarbu nepasiduoti baimei ar nerimui, o ieškoti būdų ją spręsti ar ieškoti pagalbos. 3.4.1.5. Paaiškina, kaip galima suvaldyti išgastį ir baimę, ir kaip, išgyvenus stiprius jausmus, nusiraminti. 3.4.1.6. Žino būdus, kaip (užsiimant mėgstama fizine veikla, klausantis muzikos, geriant žolelių arbatą, darant masažą, kvėpuojant ir taip toliau) valdyti stresą.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>V tema. Vaizduotės galia.</i> Tikrovę kurianti ir perkurianti, drąsą ir pasitikėjimą įkvepianti vaizduotė. (8 ¹ .8.5.) Muzika, 1.3.2., 1.6.2., 1.8.2., 3.2., 3.2.2. 1.9. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 6 klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483	Vertinti savo polinkius ir gebėjimus, kurie gali pasitarnauti sėkmingai saviraiškai	3.4.2. Tyrinėja ir išbando savo galias įvairiose veiklose, bando atrasti savo stiprybes ir polinkius	3.4.2.1. Paaiškina, kad žmonės yra labai skirtingi savo talentais ir sugebėjimais. 3.4.2.2. Apibūdina, kokia veikla patinka / sekasi gerai, o kokia reikalauja papildomų pastangų ar valios.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 1.3.1. Papasakoti, kokia veikla man patinka, o kokia nepatinka, gerai sekasi arba nesiseka ir kodėl (mano pastangos, gabumai, pomėgiai). Technologijos 1.1. Stebėti aplinką, formuluoti klausimus, padedančius išsiaiškinti aktualius aplinkoje vykstančius procesus, pateikti ir aptarti idėjas, ką galima sukurti patiems, rasti geriausių.	Metodinė medžiaga dorinio ugdymo mokytojams <u>Asmeninės kompetencijos ugdymas.pdf</u> Metodinė medžiaga „Ugdymo sode“ <u>Iniciatyvumo ir kūrybingumo kompetencijos ugdymas</u>			3.4.2.3. Įvardina savo stiprybes, nurodo, kaip jos padeda atlikti tam tikras veiklas, siekti tikslų.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save. Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 4. Būti tolerantiškam kitokios išvaizdos, tautybės, lyties ar tikėjimo žmogui. 2.4. Pozityviai mąstyti ir kalbėti apie kitokios išvaizdos, kultūros, tikėjimo, amžiaus ar lyties žmogų.	<u>Mokomasis filmas: Tarpkultūrinis ugdymas Lietuvos mokykloje - ETIKA</u>	Siekti visapusiškai pažinti ir vertinti kitus.	3.4.3. Įžvelgia žmonėse įvairius aspektus (stiprybes ir silpnybes), vengia „etikečių“ klajavimo.	3.4.3.1. Paaiškina, kad visi žmonės turi tam tikrų stiprybių ir silpnybių, tačiau kiekvienas yra nelygstamai vertingas. 3.4.3.2. Supranta, kad teisingas kitų ir savęs vertinimas apima įvairių asmenybės savybių skirtingo laipsnio suvokimą. 3.4.3.3. Apibūdina žmogaus elgesį, atsižvelgdamas į įvairias žmogaus savybes, jo gebėjimų laipsniškumą. 3.4.3.4. Suvokia, kad vertinimas „viskas arba nieko“ supaprastina, susiaurina ir iškreipia žmogiškąją realybę.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Pokalbio pradžios ir pabaigos etiketas. Požiūrio išsakymo ir prieštaravimo etiketas. (8¹.8.2.) Muzika, 2.3.1., 2.1. nuostata Matematika <i>11 gebėjimas:</i> Suprasti, kaip mokantis matematikos tobulinami problemų sprendimo gebėjimai. 11.1. Mokyti pasirinkti vieną alternatyvą iš dviejų. Siūlyti, kaip elgtis, kai yra kliūčių arba ribojančių sąlygų. Panaudoti žinias paprasčiausiai hipotezei patikrinti. Analizuoti naujai įgytas žinias. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikų ir suaugusiųjų pasaulis. Pažink save.		Konstruktiviai reikšti savo poziciją	3.4.4. Spręsdamas nesutarimus, konfliktus išsako, pagrindžia savo nuomonę bei išgirsta kito.	3.4.4.1. Paaiškina, kad ieškant problemos sprendimo, reikia įvertinti argumentus, pagrindžiančius skirtingus požiūrius, ir ieškoti konsensuso. 3.4.4.2. Pagrindžia, kodėl norint konstruktyviai išspręsti nesutarimus, reikia išgirsti visų pusių argumentus ir motyvus ir aiškiai išreikšti savo poziciją.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Trūkumai ir teigiamosios ypatybės. Aš ir kiti. Etika 5. Siekti dialogo ir taikiai spręsti konfliktus. 2.5. Atpažinti tinkamą ir netinkamą vartojamą kalbinę raišką. Ieškoti konstruktyvių konfliktų sprendimo būdų. 2.5.2. Žinoti, kad bendravimo sėkmė priklauso nuo to, ar atsižvelgiama į kitą žmogų, į jo tikslus ir į komunikavimo situaciją. Technologijos	Metodinė medžiaga dorinio ugdymo mokytojams <u>Komunikavimo kompetencijos ugdymas.pdf</u> Metodinė medžiaga technologijų mokytojams <u>Komunikavimo kompetencijos ugdymas</u>			
4. Socialinė sveikata				
4.1. Draugystė ir meilė				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Klausymosi taisyklės. Aktyvus klausymasis. Aiškiaus bei taisyklingo kalbėjimo ir tinkamos intonacijos etiketas. Nežodinis bendravimas (laikysena, mimika). (8¹.8.2.) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikas ir jo draugai. Draugų teisės ir pareigos. Etika 1. Suvokti žmogaus asmens orumą ir unikalumą. 4.1.1. Paaiškinti, kuo žmogus išsiskiria iš kitų gyvų būtybių (kūnu ir siela, protu ir dvasia, gebėjimu pažinti gerį ir blogį).		Gerbti savo ir kitų jausmus, išgyvenimus, žmogiškąjį orumą.	4.1.1. Pripažįsta kiekvieno žmogaus teisę būti savimi, gerbia kiekvieno asmeniškumą. Ieško savo ir kitų žmonių poreikių dermės.	4.1.1.1. Paaiškina, kad kiekvienas žmogus yra unikalus, nepakartojamas. 4.1.1.2. Apibūdina, kuo yra panašus į kitus, o kuo unikalus. 4.1.1.3. Pateikia skirtingos minčių, jausmų raiškos ir elgesio pavyzdžių. 4.1.1.4. Įvardina, kad žmonių poreikiai gali skirtis ir, norint išlaikyti draugiškus santykius, reikia ieškoti kompromiso, sutarimo.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. Nuotykiškai brandina ir suburia draugus:</i> Kaip atrandami, pažįstami, išbandomi draugai, puoselėjama draugystė. Patiriamos ir savarankiškai patikrinamos tiesos. (8¹.8.5.) Muzika 1.1 nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikas ir jo draugai. Draugų teisės ir pareigos.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 5 klasė</i> (psl. 15–18) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4181	Būti draugiškam, atjaučiančiam, nusiteikusiam padėti, pozityviai spręsti konfliktus.	4.1.2. Palaiko draugiškus santykius su kitais, stengiasi bendradarbiauti ir kilus konfliktui savarankiškai siūlo taikius sprendimus.	4.1.2.1. Paaiškina draugystės svarbą žmogaus gyvenime. 4.1.2.2. Paaiškina, kas padeda, o kas trukdo kurti ir palaikyti draugiškus santykius. 4.1.2.3. Paaiškina, ką reiškia būti atsakingam bendraujant su kitu (atsiliepti į prašymus, vykdyti susitarimus, tęsėti duotą žodį, stengtis išlaikyti pasitikėjimą ir sakyti tiesą).

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 3. Jausti atsakomybę už artimą žmogų, draugą. 2.3. Argumentuoti, kodėl negaliu daryti, ką noriu, bendraudamas su kitu žmogumi. 2.3.1. Skirti atsakingo ir neatsakingo elgesio pavyzdžius. 2.3.2. Paaiškinti, ką reiškia būti atsakingam bendraujant su kitu (atsiliepti į Prašymus, vykdyti susitarimus, tesėti duotą žodį, stengtis išlaikyti pasitikėjimą ir sakyti tiesą). 2.5.1. Paaiškinti, kodėl nutrūksta darnus santykis su kitu ir kokiais būdais galiu jį atkurti.	Rekomenduojamas straipsnis mokytojams: Danėnaitė I., Šeibokaitė L. (2009). Draugystės požymiai ir jų struktūra viduriniojoje vaikystėje. Prieiga per internetą: http://www.psyjournal.vdu.lt/uploads/Main/2009_4%20Friendship%20in%20middle%20childhood.pdf			4.1.2.4. Įvardija, kad bendravimo sėkmė priklauso nuo to, ar atsižvelgiama į kitą žmogų, į jo tikslus, poreikius ir į komunikavimo situaciją. 4.1.2.5. Pateikia pavyzdžių, kaip stengiasi suprasti, padėti šalia jo esantiems. 4.1.2.6. Paaiškina savęs dovanojimo, aukojimosi prasmę, donorystės svarbą ir galimybes. 4.1.2.7. Pateikia pavyzdžių, kaip taikiai spręsti konfliktus ir kaip pavyko išspręsti konkretų konfliktą. 4.1.2.8. Paaiškina, kodėl nutrūksta darnus santykis su kitu ir kokiais būdais gali jį atkurti.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VIII tema. Gyvenimo išbandymai:</i> Žmogaus elgesys, jausmai, apsisprendimai sudėtingose situacijose. Pasitikėjimas savimi, orumas ir savigarba. Jautrumas kitam ir artimo meilė. (8 ^{1.8.5.}) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikas ir jo draugai. Draugų teisės ir pareigos. Etika 2.4.2. Paaiškinti, kaip suprantu krikščioniškąją priesaką „mylėti savo artimą“, ir pateikti pavyzdžių.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 6 klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 <u>Džiaugsmas tikėti. Katalikų tikybos vadovėlis. V kl.</u> Pieper M. H. (2011). Išmintinga meilė. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai.	Būti mylinčiam ir mylimam	4.1.3. Išreiškia meilės jausmus jam reikšmingiems žmonėms	4.1.3.1. Paaiškina, kaip supranta meilę artimam, nusako, kuo ji pasireiškia. 4.1.3.2. Nurodo, kaip galima parodyti meilę artimiems žmonėms, paaiškina, kuo tai yra svarbu žmogaus gyvenime.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>I tema. Vaikystės patirtys:</i> Šeima ir namai. Namų teikiamas saugumas. Vaiko santykis su artimaisiais. Stiprinantys ir skaudūs išgyvenimai. Pirmosios doros pamokos ir atsakomybė. Žmogaus ryšio su žmogumi vertė. (8 ^{1.8.5.}) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Vaikas ir jo draugai. Draugų teisės ir pareigos. Etika 3.1.2. Paaiškinti, kas sieja visus šeimos narius ir kokios vertybės svarbiausios šeimos darnai užtikrinti.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 5 klasė (psl. 2–4)</i> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4181 Vadovėlis <u>Aš, tu, mes ir pasaulis. Etika. 2 d. V–VI kl.</u>	Atsakingai dalyvauti darnių tarpusavio santykių puoselėjime	4.1.4. Laikosi kasdieninių įsipareigojimų, susitarimų, dalyvauja šeimos narių tarpusavio bendrystės puoselėjime, žino, kokios vertybės svarbios šeimos darnai užtikrinti, gali dalyvauti priimant bendrus šeimos sprendimus.	4.1.4.1. Atskleidžia, kokios vertybės yra šeimos gyvenimo pamatas. 4.1.4.2. Pagrindžia, kodėl šeimoje svarbu laikytis susitarimų, atlikti pareigas, prisidėti prie šeimos gerbūvio. 4.1.4.3. Pagrindžia, kodėl svarbu šeimos darnai svarbu yra tarpusavio susiklausymas, gebėjimas išklausyti ir suprasti vienas kitą. 4.1.4.4. Paaiškina, kaip dalyvavimas priimant bendrus šeimos sprendimus laiduoja įsipareigojimą, suponuoja

		Mokinių pasiekimai		
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				atsakomybę.
		4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui		
Etika 1.5. Mąstyti ir įvertinti riziką, kokią žalą gali padaryti rūkymas, aLietuvių kalbaoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimas. Gebėti atsispirti bendraamžių spaudimui. 1.5.1. Paaiškinti, kokie įpročiai yra žalingi ir kokią riziką paaugliui kelia rūkymas, aLietuvių kalbaoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimas.	Metodinės rekomendacijos Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO_TABAKO_IR_KITU_SCREEN.pdf	Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose.	4.2.1. Atsispiria provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai, vengia socialinio spaudimo situacijų ir/ar žmonių, kurie gali būti pavojingi, kviečia pagalbą pavojui pašalinti.	4.2.1.1. Išvardija veiksnius, sukeliančius ir skatinančius rizikingą elgesį. 4.2.1.2. Nurodo situacijas, kurios kelia pavojų sveikatai. 4.2.1.3. Nurodo, kur, į ką ir kaip kreiptis pagalbos iškilus pavojui.
Etika Išvelgti galimus pavojus gyvybei ir siūlyti būdus, kaip išvengti rizikos.	Mokomasis filmas <u>Medijų raštingumas. Smurtas animaciniuose filmuose</u> Rekomenduojamos knygos: Kemerienė S. (2000). Seksualinė prievarta prieš vaikus. Vilnius. Arlauskaitė Ž. (2007). Galiu padėti savo vaikui. Knygelė tėvams apie smurtą prieš vaikus. Vilnius: ŠAC. Knygą parsisiųsti galite SPPC tinklalapio (http://www.sppc.lt) skyrelyje „Leidiniai“.	Netoleruoti ir pasipriešinti smurtui	4.2.2. Atpažįsta fizinio, psichinio, seksualinio smurto formas ir žino, kur kreiptis pagalbos.	4.2.2.1. Įvardija požymius, liudijančius fizinį, psichinį, seksualinį smurtą ir prievartą. 4.2.2.2. Nurodo būdus, kaip galima pasipriešinti smurtui, prievartai. 4.2.2.3. Paaiškina, kad susidūrus ar įtarus su smurtu būtina kreiptis pagalbos į suaugusiuosius, kuriais pasitiki. 4.2.2.4. Nurodo konkrečius pagalbos šaltinius, kur galima kreiptis.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Pagrindinės informacijos radimo strategijos.Vaizdinės ir tekstinės informacijos šaltiniai ir jų patikimumas. Reportažinės fotografijos, karikatūros, antraštės. Reklama: vaizdo ir teksto įtaigumas, reklama vaikams. (8 ¹ .8.2.) Etika 1.2. Kitiškai apmąstyti populiarius „panelių“ ir „vaikinių“ įvaizdžius. 5. Gyventi sveikai ir kitiškai vertinti žalingų įpročių pavyzdžius savo aplinkoje, žiniasklaidoje.	Mokomasis filmas <u>Mergaičių ir berniukų vaizdavimas medijose</u>	Ugdytis atsparumą žiniasklaidos stereotipams	4.2.3. Atpažįsta žiniasklaidos pranešimus, grožio industrijos, reklamos kuriamus moterų ir vyrų kūno, lytiškumo įvaizdžius	4.2.3.1. Nurodo, kad žiniasklaidos formuojami vyrų ir moterų kūno įvaizdžiai neatitinka realios tikrovės, yra sukurti siekiant tam tikrų tikslų. 4.2.3.2. Analizuoja, kad aklas pasidavimas žiniasklaidos įtakai, vaikantis peršamo idėlauso kūno įvaizdžio, gali vesti link nesaikingo dietų laikymosi, raumenų masės auginimo, kurie sukelia sveikatos sutrikimus.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Bendravimo telefonu ir internete elgesio taisyklės. Internetas kaip pavojus šaltinis. (8 ¹ .8.2.) IT Saugiai naudotis interneto paslaugomis. 4.5. Naudotis interneto pokalbių paslauga. 4.5.1. Paaiškinti, kaip saugiai prisijungti prie žiniatinklio pokalbių kanalo.	IT <u>Pagrindinio ugdymo metodinės rekomendacijos.</u> Ugdymo procesas. Metodo „Minčių lietus“ taikymo 1 pavyzdys. Pamoka skirta mokinių gebėjimams bendrauti interneto pokalbių svetainėje ugdyti (5-6	Saugiai ir atsakingai elgtis virtualioje erdvėje	4.2.4. Supranta saugaus interneto vartojimo taisykles ir jų svarbą; neplatina privačios savo ir kitų informacijos, susidūręs su situacijomis, kuriose pažeidžiami kitų asmenų interesai,	4.2.4.1. Paaiškina, kad virtualioje erdvėje nepažįstamiems asmenims negalima teikti savo ir kitų žmonių asmeninės informacijos (telefono numerio, adreso, nuotraukų, atostogų planų), nurodyti slaptažodžių, rašyti nepagarbių, įžeidžiančių, neapykantą, smurtą kurstančių

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
4.5.2. Suformuluoti bendravimo tinklu etikos taisykles. 4.5.3. Įvardyti interneto keliamus pavojus. Su mokiniais aptariami pavojai, kurie gali tykoti internete: tai informacijos, programinės įrangos nesaugumas (kompiuterių virusai), privatumo nesaugumas; situacijos, verčiančios jaustis nejaukiai; įvairaus pobūdžio apgavystės; nepageidautini laiškai (spam), su mokiniais aptariama, kaip jie turi elgtis esant tokioms situacijoms. Elektroninio bendravimo etikos taisyklės. Mokiniai pratinami laikytis saugaus ir tvarkingo bendravimo taisyklių, su jais aptariamos elektroninio bendravimo etikos normos. Mokiniais paaiškinama, kad atskleisti kitiems asmeninę informaciją (vardą, pavardę, mokyklą, namų adresą, telefono numerį ir pan.) gali būti pavojinga. Čia itin daug dėmesio skiriama saugumui.	klasė), nuotoliniai kursai Komunikacija internete, filmukas apie saugų internetą, leidinys Saugus ir draugiškas internete, Medijų ir informacinis raštingumas. Informacinio raštingumo pamokos. Internetas. 9 pamoka. Bendravimas internetu, „Mokytojo TV“ vaizdo transliacijos „Bendravimo internete etika: mokytojo vaidmuo“ vaizdo įrašas		neįsitraukia į jas, informuoja draugus ir/ar suaugusiuosius, kuriais pasitiki.	tekstų, komentarų. 4.2.4.2. Svarsto, kokios interneto svetainės yra tinkamos, informatyvios, naudingos, o kokios – žalingos (smurtinio, pornografinio pobūdžio ir kitos). 4.2.4.3. Įvardija, kad internete prisistatantys asmenys nebūtinai yra tie, kuo dedasi esą; į ką kreiptis susidūrus su priekabiavimu internete. 4.2.4.4. Žino, kad sutarus susitikti su asmeniu, pažintis su kuriuo užsimezgė virtualioje erdvėje, būtina informuoti suaugusiuosius, kuriais pasitiki.

4. Mokinių pasiekimai. 7–8 klasės:

BUP pavadinimas		Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai Gebėjimai	Žinios ir supratimas
		1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos			
I užsienio kalba Sveika gyvensena, higiena, sveikata Etika 6. Vertinti sveiką gyvenseną.			Pripažinti sveikatą kaip vertybę.	1.1. Analizuoja sveikatos požymius, gyvenimo būdo ir aplinkos veiksnių įtaką sveikatai, atpažįsta iškilusias sveikatos problemas.	1.1.1. Apibūdina sveikatos ir sveiko žmogaus sampratas, sveikatą kaip darnų kūno, psichikos, tarpusavio santykių funkcionavimą.
II užsienio kalba Sveika gyvensena, higiena, sveikata Etika 1.6. Praktikuoti sveiką gyvenseną, numatyti žalingų įpročių padarinius. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Darbo vietos įrengimas. Mokiniai mokomi įsirengti darbo vietą. Mokoma, kaip suderinti vaizduoklio ekrano paviršiaus, klaviatūros ir kėdės kampus ir aukščius, kokie yra reikalavimai darbo stalams, jų paviršiams, kėdei, pėdų atramai ir kėdės dangai.	Metodinės rekomendacijos Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pdf IT Filmukas apie saugų internetą (darbo vietos įsirengimo dalis)	Būti aktyviam, sąžiningam ir atsakingam tausojant ir stiprinant savo ir kitų sveikatą.	1.2. kasdien renkasi sveiką gyvenimo būdą (tausoja ir stiprina sveikatą) įvairiose, taip pat ir nepalankiose, aplinkose.	1.2.1. Nagrinėja kasdienes veiksmus, nuo kurių priklauso sveikata; pateikia sveikos gyvensenos kasdinių veiksmų pavyzdžių. 1.2.2. Analizuoja, kas naudinga ir kas kenkia sveikatai.	

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo ir kitų sveikata. 1.1.1. Laikytis saugaus elgesio kompiuterių klasėje taisyklių. 1.1.2. Tinkamai įsirengti darbo kompiuteriu vietą. Technologijos Saikinga, sveika mityba. 3.1. Analizuoti, kaip naudojamos medžiagos buityje.	SMP „Ugdymo sode“ Maisto medžiagos, jų sudėtis ir įtaka sveikatai			
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 1.7.3. Pateikti pavyzdžių, kaip mūsų pasirinktas asmeninis ir visuomenės gyvenimo būdas gali turėti įtakos ateities kartų gyvenimo sąlygoms. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Darbo vietos įrengimas. Mokiniai mokomi įsirengti darbo vietą. Mokoma, kaip suderinti vaizduoklio ekrano paviršiaus, klaviatūros ir kėdės kampus ir aukščius, kokie yra reikalavimai darbo stalams, jų paviršiams, kėdei, pėdų atramai ir kėdės dangai. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo ir kitų sveikata. 1.1.1. Laikytis saugaus elgesio kompiuterių klasėje taisyklių. 1.1.2. Tinkamai įsirengti darbo kompiuteriu vietą. Technologijos 4.2. Pagal sudarytą technologinę schemą atrinkti darbo priemonės, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai, kokybiškai, racionaliai gaminti gaminius, kontroliuoti technologinius procesus, sutvarkyti darbo vietą. 1.3. Numatyti, kaip reikia pateikti kitiems problemos sprendimą. 2.1. Nustatyti, kokios informacijos reikės problemai spręsti, nurodyti, kur ir kaip ją rasti.	http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/gyvenimo_budas_ir_sveikata/ Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“ SMP „Ugdymo sode“ Darbo priemonės ir saugus darbas		1.3. Įvertina su sveikata ir saugumu susijusių asmeninių sprendimų trumpalaikį ir/ar ilgalaikį poveikį.	1.3.1. Analizuoja savo elgesio ir aplinkos veiksnius, stiprinančius ir kenkiančius sveikatai. 1.3.2. Įvardija, kur tikslinga kreiptis iškilus rimtesnėms sveikatos problemoms.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 1.7.3. Pateikti pavyzdžių, kaip mūsų pasirinktas asmeninis ir visuomenės gyvenimo būdas gali turėti įtakos ateities kartų gyvenimo sąlygoms. Technologijos Atsakingai rūpintis savo ir kitų saugumu buityje, racionaliai naudoti laiko ir materialiuosius išteklius	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/jausmai_ir_bendravimas/ Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“		1.4. Pasirenka sveikatos stiprinimo prioritetus, susiplanuoja gyvensenos pokyčius, kurie padėtų stiprinti sveikatą.	1.4.1. Analizuoja, kaip gyvenimo būdo pokyčiai lemia sveikatą.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Jaunystė ir branda. Moteris ir vyras. Meilė ir neapykanta. Ištikimybė ir pasiaukojimas. Etika 1. Gerbti šeimą. 3.1.1. Išmanyti, kuo grindžiama šeimos egzistencija, kokie yra ir kokie turėtų būti santykiai su tėvais, tarpusavio supratimas, kokie galimi konfliktai, kas yra paveldima ir kas šeimoje įgyjama.	Vadovėliai ir pratybų sąsiuviniai <u>Mąstau, bendrauju, gyvenu. Etika. VII kl.</u> <u>Mąstau, bendrauju, gyvenu. Etika. VIII kl.</u>	Tausoti ir stiprinti darną šeimoje.	1.5. Argumentuotai pateikia savo būsimos šeimos viziją arba kodėl jos nenorėtų kurti.	1.5.1. Įvardija darnios šeimos bruožus. 1.5.2. Paaiškina, kad šeimoje galimi nesutarimai ir konfliktai, kuriuos dera konstruktyviai spręsti. 1.5.3. Svarsto, kodėl žmonės renkasi kurti ar nekurti šeimos, turėti ar neturėti vaikų.
	Durrant J. (2012). Stiprių santykių tarp tėvų ir vaikų kūrimo vadovas: teigiamas vaiko teisių nuostatomis pagrįstas požiūris. Vilnius: VŠĮ „Gelbėkit vaikus“. Knygą parsisiųsti galite VŠĮ „Paramos vaikams centras“ tinklalapio http://www.pozityvitevyste.lt skyrelyje „Rekomenduojame paskaityti“.		1.6. Suvokia atsakingos tėvystės ir motinystės principus.	1.6.1. Paaiškina, kad partneris, kaip būsimas tėvas ar motina, turi būti renkamas atsakingai. 1.6.2. Nusako, kad abu tėvai yra vienodai atsakingi už vaikus, jų poreikių tenkinimą ir ateitį.
			1.7. Supranta santuokos esmę ir sutuoktinio pasirinkimo svarbą.	1.7.1. Nurodo, kad santuokos esmė yra abiejų sutuoktinių meilė, įsipareigojimas, atsakomybė ir ištikimybė vienas kitam. 1.7.2. Paaiškina, kodėl siekiant šeimos darnos svarbu kuo geriau pažinti būsimą sutuoktinį. 1.7.3. Svarsto, kaip nepakankamas būsimos sutuoktinio pažinimas gali veikti tarpusavio santykius, šeimos darną.
	Rekomenduojamos knygos: Berger M., Gravillon I. (2010). Mano tėvai skiriasi: aš jaučiuosi sutrikęs. Vilnius: Baltos lankos. Dovydaitytė M. (1997). Mano tėveliai išsiskyrė. Mildos istorija. Vilnius: Solertija. Dovydaitytė, M. (2008). Skyrybas išgyvenę vaikai. Psichologinės pagalbos ir paramos galimybės. Vilnius: VU leidykla.		1.8. Suvokia skyrybų priežasčių sudėtingumą.	1.8.1. Paaiškina, kad gyvenant šeimoje, neišvengiamai kyla nesutarimų, konfliktų, kurie šeimoje turėtų būti sprendžiami. 1.8.2. Nurodo, įvardija keletą būdų, kaip gali būti sprendžiamos šeimos problemos. 1.8.3. Nurodo šeimos stiprinimo svarbą puoselėjant darnius ir ilgalaikius santykius šeimoje 1.8.4. Svarsto, kodėl skyrybų

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				atveju paprastai nebūna vieno kalto. 1.8.5. Svarsto, kad pasitaiko situacijų (smurtas, priklausomybės ir kita), kai skrybos yra geresnė išeitis.
		2. Fizinė sveikata		
		2.1. Fizinis aktyvumas		
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.		Siekti būti stipriam, koordinuotam, lanksčiam, gerai valdyti savo kūną.	2.1.1. Kasdien mankština, atlieka mėgstamus organizmui naudingus, fizines ypatybes (jėgą, greitumą, ištvermę, lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus, žaidimus įvairiose aplinkose.	2.1.1.1. Paaiškina, kodėl judėjimas ir reguliarūs fiziniai pratimai yra būtini organizmo normaliam vystymuisi. 2.1.1.2. Paaiškina skirtumą tarp profesionalaus sporto ir organizmui būtino mankštinimosi, judėjimo. 2.1.1.3. Paaiškina, kokie maisto papildai, keičiantys kūno svorį, sporte draudžiamos medžiagos, gerinančios sportinius pasiekimus, kenkia sveikatai.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.			2.1.2. Susidaro organizmui naudingų ir sveikatos nežalojančių pratimų kompleksą, skatinamas suaugusiųjų ir/ar savarankiškai.	2.1.2.1. Apibūdina fizines veiklas, naudingas raumenų jėgai, ištvermei, kūno lankstumui, grakštumui, širdies kraujagyslių, kvėpavimo, imuninei ir kitų sistemų pajėgumui palaikyti ir/ar stiprinti.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Darbo vietos įrengimas. Mokiniai mokomi įsirengti darbo vietą. Mokoma, kaip suderinti vaizduoklio ekrano paviršiaus, klaviatūros ir kėdės kampus ir aukščius, kokie yra reikalavimai darbo stalams, jų paviršiams, kėdei, pėdų atramai ir kėdės dangai. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo ir kitų sveikata. <...> 1.1.2. Tinkamai įsirengti darbo kompiuteriu vietą.	IT Filmukas apie saugų internetą (darbo vietos įsirengimo dalis)	Rūpintis savo laikysena.	2.1.3. Turi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti.	2.1.3.1. Paaiškina taisyklingos laikysenos principus, poveikį sveikatai ir veiksnius nuo kurių ji priklauso. 2.1.3.2. Įsivertina savo laikyseną; supranta, kad ydingą laikyseną būtina koreguoti ir prireikus kreiptis pagalbos į specialistus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 4. Būti kritiškam žiniasklaidos ir reklamos atžvilgiu.	Etika: informacijos pasaulyje. VIII kl. Duoblienė Lilija, Čiurlionytė Gabrielė			
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.		Taisyklingai kvėpuoti, grūdintis.	2.1.4. Taisyklingai kvėpuoja.	2.1.4.1. Paaiškina pagrindinius taisyklingo kvėpavimo principus, kvėpavimo poveikį sveikatai.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.			2.1.5. Grūdinas pakankamai būdamas atvirame ore, saulėje, vandenyje.	2.1.5.1. Paaiškina natūralios aplinkos ir grūdinimosi naudą ir pateikia pavyzdžių, kaip ją gerai išnaudoti.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.		Be reikalo nerizikuoti.	2.1.6. Saugosi pats ir rekomenduoja kitiems fizinio aktyvumo metu (važinėjant dviračiu, riedlente, pačiūžomis ir taip toliau) naudotis reikiamomis apsaugos priemonėmis.	2.1.6.1. Argumentuoja, kodėl fizinio aktyvumo metu būtina naudoti įvairius apsaugos būdus ir priemones, padedančius išvengti traumų; paaiškina, kokiais atvejais kyla didesnė rizika susižeisti.
		2.2. Sveika mityba		
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.4.2. Paaiškinti subalansuotos mitybos esmę ir pateikti pavyzdžių, kaip, nesilaikant tokios mitybos principų, sutrinka sveikata (pvz., nutunkama, susergama anoreksija). II užsienio kalba Sveika gyvensena, mityba Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/mityba/	Sveikai maitintis.	2.2.1. Kasdien nuosekliai laikosi pagrindinių sveikos mitybos principų ir taisyklių įvairiose, taip pat ir nepalankiose aplinkose.	2.2.1.1. Paaiškina sveikos mitybos principus ir taisykles, jų įtaką sveikatai. 2.2.1.2. Paaiškina medžiagų ir energijos apykaitą organizme. 2.2.1.3. Analizuoja sveikos mitybos pavyzdžius ir skysčių vartojimo naudą sveikatai. 2.2.1.4. Įvertina asmenines kliūtis sveikai mitybai, formuluoja išvadas. 2.2.1.5. Įvardija pagrindinius valgymo sutrikimus (nervinė anoreksija, bulimija) ir galimas jų priežastis. 2.2.1.6. Aptaria veiksnius, turinčius įtakos kūno masei.
Gamtamokslinis ugdymas. Chemija 7.3.4. Savais žodžiais apibūdinti pagrindinių maisto medžiagų – angliavandenių, riebalų ir baltymų – reikšmę organizmams, pateikti įvairių maisto priedų pavyzdžių. Bet klasė 10. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.4.1. Nurodyti, kam naudojami angliavandeniai, baltymai, riebalai, vitaminai ir neorganinės medžiagos žmogaus	http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/gyvunu_medziagu_apykaita_ir_apsirupinimas_energija/	Rinkti sveikus maisto produktus atsižvelgiant į jų naudingumą savo sveikatai.	2.2.2. Savo mitybai pasirenka sveikus produktus ir gaminius, pasiruošia sveikus patiekalus, susidedančius iš kelių produktų.	2.2.2.1. Paaiškina, kokios maisto produkto savybės lemia jo vertę žmogaus mitybai. 2.2.2.2. Analizuoja vartojamus maisto produktus. 2.2.2.3. Paaiškina, kas yra

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
organizme. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.				genetiškai modifikuoti organizmai, maisto papildai ir kokia jų paskirtis. 2.2.2.4. Analizuoja etiketėse pateikiamą informaciją apie maisto produktus.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 1.7.2. Kitiškai vertinti reklamą. Diskutuoti pasitikėjimo reklama klausimu. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/mityba/	Būti atspariam aplinkos spaudimui, reklamos manipuliacijoms.	2.2.3. Atsirenka pagrįstais argumentais paremtą informaciją apie mitybą.	2.2.3.1. Pateikia pavyzdžių ir analizuoja aplinkos, reklamos spaudimą nesilaikyti sveikos mitybos taisyklių, vartoti sveikatai nenaudingus maisto produktus.
2.3. Veikla ir poilsis				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.6.4. Apibūdinti judėjimą kaip bendrą kaulų, raumenų ir nervų sistemos veiklą. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Technologijos 1.3. Numatyti, kaip reikia pateikti kitiems problemos sprendimą.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/aktyvumas/ Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“	Laikytis miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo, būti darbingam ir gerai jaustis.	2.3.1. Susidaro dienotvarkę: savarankiškai planuoja laiką veiklai ir poilsiui, derina protinį darbą, aktyvų ir pasyvų poilsį. Apmąsto, kaip sekėsi veiklos, ugdosi įprotį jas planuoti.	2.3.1.1. Pateikia pavyzdžių bei juos analizuodamas pagrindžia dienotvarkės reikšmę normaliam organizmo augimui ir vystymuisi. 2.3.1.2. Paaiškina, kas lemia protinį darbingumą ir ką jis turėtų daryti pats.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai Technologijos 1.1. Analizuoti aplinką ir procesus joje, nustatyti problemą, pateikti idėjų, kaip ją spręsti, formuluoti klausimus, kurie padėtų nustatyti problemos sprendimo sunkumus, siūlyti alternatyvių sprendimo variantų.	Šauni iškyla į gamtą		2.3.2. Renkasi vertingas laisvalaikio veiklas, padedančias atgauti darbingumą.	2.3.2.1. Analizuoja ir pagrindžia vertingo ir menkaverčio laisvalaikio skirtumus, jo įtaką darbingumui.
Gamtamokslinis ugdymas. Fizika. 9.11.9. Paaiškinti triukšmo poveikį žmogaus sveikatai, nusakyti triukšmo mažinimo būdus. 9.12.3. Paaiškinti akies veikimą, dažniausius regos sutrikimus. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Darbo vietos įrengimas. Mokiniai mokomi įsirengti darbo	IT Filmukas apie saugų internetą (darbo vietos įsirengimo		2.3.3. Tausoja regėjimą ir klausą.	2.3.3.1. Pagrindžia, kas padeda išsaugoti regėjimą bei klausą.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
vieta. Mokoma, kaip suderinti vaizduoklio ekrano paviršiaus, klaviatūros ir kėdės kampus ir aukščius, kokie yra reikalavimai darbo stalams, jų paviršiams, kėdei, pėdų atramai ir kėdės dangai. 1.1. Saugiai dirbti kompiuteriu, rūpintis savo ir kitų sveikata. <...> 1.1.2. Tinkamai įsirengti darbo kompiuteriu vietą.	dalį)			
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.		Vertinti kūno švarą kaip pagarbą sau ir aplinkiniams.	2.4.1. Sąmoningai rūpinasi savo kūno ir aplinkos švara.	2.4.1.1. Paaiškina asmeninės kūno švaros įtaką sau ir aplinkiniams. 2.4.1.2. Išskiria, kokius pranašumus asmeniui ir jo socialiniams santykiams teikia asmeninės higienos laikymasis. 2.4.1.3. Paaiškina, kaip saugoti save ir kitus nuo užkrečiamųjų ligų. 2.4.1.4. Susieja asmeninę higienos patirtį su teorinėmis žiniomis.
Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Darbo vietos įrengimas. Mokiniai mokomi įsirengti darbo vietą. Mokoma, kaip suderinti vaizduoklio ekrano paviršiaus, klaviatūros ir kėdės kampus ir aukščius, kokie yra reikalavimai darbo stalams, jų paviršiams, kėdei, pėdų atramai ir kėdės dangai. <...> 1.1.2. Tinkamai įsirengti darbo kompiuteriu vietą. Technologijos 4.2. Pagal sudarytą technologinę schemą atrinkti darbo priemonės, medžiagas, organizuoti darbo vietą, saugiai, nuosekliai, kokybiškai, racionaliai gaminti gaminius, kontroliuoti technologinius procesus, sutvarkyti darbo vietą.	IT Filmukas apie saugų internetą (darbo vietos įsirengimo dalis) Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“		2.4.2. Savarankiškai palaiko savo ir aplinkos švarą.	2.4.2.1. Pateikia planingo savo ir aplinkos švaros palaikymo pavyzdžių. 2.4.2.2. Paaiškina aplinkos ekologijos ir ergonomikos įtaką sveikatai.
II užsienio kalba higiena Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika		Išmanyti higienos priemonių ir paslaugų įvairovę.	2.4.3. Pagal galimybes savarankiškai pasirenka tinkamas higienos	2.4.3.1. Supranta higienos priemonių etiketėse esančią informaciją.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Technologijos 3.1. Analizuoti, kaip naudojamos medžiagos buityje.	SMP „Ugdymo sode“ Tekstilės gaminių priežiūros ženklai		priemonės ir paslaugas.	2.4.3.2. Paaiškina, kaip pasirinkti sau tinkamas higienos priemonės ir paslaugas.
Gamtamokslinis ugdymas. Chemija. 7.3.1. Nurodyti ozono savybę, svarbią gyviams organizmams. 7.3.3. Nurodyti, kas lemia šiltnamio efektą ir kokios jo didėjimo ar mažėjimo pasekmės. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 4.3. Paaiškinti šiltnamio efekto, rūgščiojo lietaus ir vandens taršos poveikį organizmams. Tyrinėti aplinkos būklę, prisidėti prie jos išsaugojimo. Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai.	http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/zmogaus veiklos poveikis ekosistemoms/ http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/rugstieji krituliai/ http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/vandens tarsa/	Stengtis sumažinti žalingą aplinkos poveikį sveikatai.	2.4.4. Vengia ir stengiasi sumažinti žalingą aplinkos poveikį sveikatai.	2.4.4.1. Apibendrina elgesio ir aplinkos veiksnių, turinčių įtakos lėtinėms ligoms, poveikį sveikatai. 2.4.4.2. Pateikia pavyzdžių, kaip sumažinti žalingą aplinkos poveikį sveikatai.
2.5. Lytinis brendimas				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.4. Žmonių dauginimasis susieti su brendimu, lytiškumu, šeimos kūrimu, gimstamumo reguliavimo problemomis. Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Etika 2. Pozityviai žvelgti į brendimo pokyčius. 1.2. Analizuoti savo fizinius ir dvasinius pokyčius, suprasti brendimo ypatumus kaip laikinus ir valdyti jų sukeliamas emocijas. 1.2.1. Nusakyti kintančias paauglio savybes ir asmenybės poreikius. 1.2.2. Apibūdinti, kokie yra fiziniai ir dvasiniai paauglystei būdingi pokyčiai, kodėl jie atsiranda ir kokių emocijų kelia.	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/jausmai ir bendravimas/ http://gamta7-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/lytinis dauginimasis/ Vadovėliai ir pratybų sąsiuviniai Mastau, bendrauju, gyvenu. Etika. VII kl. Mastau, bendrauju, gyvenu. Etika. VIII kl. Knygos mokytojams apie vaikų raidą: Legkauskas V. (2013). Vaiko ir paauglio psichologija. Vilnius: Vaga. Žukauskienė R. (2012). Raidos psichologija: integruotas požiūris. Vilnius: Margi raštai.	Priimti kūno pokyčius kaip natūralius.	2.5.1. Apibūdina kūno pokyčius paauglystėje ir jų įtaką fizinei savijautai bei emocinei būsenai, mokosi valdyti kylančius impulsus.	2.5.1.1. Paaiškina, kodėl brendimo metu paauglio kūne vyksta pokyčiai. 2.5.1.2. Paaiškina žmogaus smegenų veiklos ir lytinės sistemos sąsajas. 2.5.1.3. Nusako, kaip vykstantys kūno pokyčiai veikia emocinę būseną, fizinę savijautą. 2.5.1.4. Paaiškina, kad lytinį potraukį galima ir reikia valdyti; nurodo, kokie galimi lytinių impulsų kontrolės būdai.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.4. Žmonių dauginimasis susieti su brendimu, lytiškumu, šeimos kūrimu, gimstamumo reguliavimo problemomis. Tautinės mažumos Nagrinėjimų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Etika 3.4. Aktyviai ieškoti pagalbos, kai pažeidžiamos mano ar kito teisės.	Video apie mergaičių lytinį brendimą: https://www.youtube.com/watch?v=LABaPl4Vqjg Rekomenduojamos knygos mokytojams: Kemerienė S. (2000). Seksualinė prievarta prieš vaikus.		2.5.2. Sprendžia lytinio brendimo metu kylančias problemas ir prireikusias susiranda tinkamą pagalbą.	2.5.2.1. Įvardija, kad lytinio brendimo metu kylančios problemos (spuogai, menstruacijų skausmai, nuotaikų kaita) yra laikinos. 2.5.2.2. Žino, kur rasti informaciją arba su kuo kalbėtis dėl kylančių problemų (tėvai, visuomenės sveikatos priežiūros

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	Vilnius. Kurienė A., Pivorienė R. V. (2000). Būkime atidūs – vaiką ištiko bėda. Vilnius: SOS vaikų kaimų Lietuvoje draugija.			specialistas, psichologas, gydytojas ar kita.)
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės.			2.5.3. Suvokia, kad esama skirtingos lytinės orientacijos asmenų.	2.5.3.1. Įvardija, kad asmenys gali būti: heteroseksualios, homoseksualios, biseksualios orientacijos; suvokia, kad tai – dalis žmogaus lytiškumo įvairovės, geba nusakyti lytinių orientacijų psichologines bei socialines pasekmes.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Jaunystė ir branda. Moteris ir vyras. Meilė ir neapykanta. Ištikimybė ir pasiaukojimas. Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės.		Kritiškai vertinti ankstyvus lytinius santykius.	2.5.4. Analizuoja ankstyvų lytinių santykių pasekmes fizinei, psichinei, socialinei gerovei.	2.5.4.1. Nurodo, kad turint lytinius santykius, galima pastoti. 2.5.4.2. Įvardija, kad neatsakingų lytinių santykių pasekmė gali būti: lytiškai plintančios infekcijos, <u>nepageidaujamas</u> nėštumas, pašliję tarpasmeniniai santykiai ir kita. 2.5.4.3. Paaiškina, kad gyvenimo būdas, žalingi įpročiai, ligos daro poveikį vaisingumo funkcijai, vaiko (embriono, vaisiaus) raidai prenataliniu laikotarpiu.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Jaunystė ir branda. Moteris ir vyras. Meilė ir neapykanta. Ištikimybė ir pasiaukojimas. Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės.		Vertinti lytinį potraukį kaip natūralią lytiškumo raišką, kurią galima valdyti.	2.5.5. Geba savo jausmus, lytinį potraukį išreikšti tinkamais būdais.	2.5.5.1. Įvardija, kad lytinis potraukis yra natūralus bręstant. 2.5.5.2. Suvokia, kad meilė galima ir be lytinių santykių. 2.5.5.3. Nusako, kaip dera išreikšti savo susižavėjimą, simpatiją, meilės jausmus.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Jaunystė ir branda. Moteris ir vyras. Meilė ir neapykanta. Ištikimybė ir pasiaukojimas. Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės.			2.5.6. Pripažįsta kito asmenines ribas, gerbia jo pasirinkimą, garbingai priima atsakymą.	2.5.6.1. Nurodo, kad kiekvienas asmuo turi skirtingas intymumo ribas bei teisę į asmeninę erdvę, privatumą. 2.5.6.2. Įvardija, kad kitam atsisakius artimiau bendrauti, patiriama frustracija, bet tai nesumenkina asmeninės

BUP pavadinimas		Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai	Žinios ir supratimas
					vertės. 2.5.6.3. Nusako būdus, kaip įveikti neigiamas emocijas (nusivylimą, liūdesį, skausmą) patyrus frustraciją.
		3. Psichikos sveikata			
		3.1. Savivertė			
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>I tema. Jaunas žmogus ieško gyvenimo prasmės:</i> Jaunystės idealai ir siekiai. Draugystė, meilė, pasitikėjimas. Šeimos, draugų, mokyklos įtakos. Savo vietos tarp žmonių ieškojimas. Žmonių santykiai. Savivertė ir orumas. Įsipareigojimai ir ištikimybė. Gyvenimo vertė. (8^{1.9.5.}) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 4. Būti principingam darant sprendimus. 5. Drąsiai išsakyti savo įsitikinimus ir savitą požiūrį. 2.5.1. Apibrėžti savo nuomonę, apibūdinti svarbias vertybes. 2.5.2. Paaiškinti, kas yra mąstymo stereotipai ir kaip jų išvengti. 4.4. Analizuoti ir kritiškai vertinti žiniasklaidos pateikiamą informaciją, reklamas. Technologijos 1.1. Analizuoti aplinką ir procesus joje, nustatyti problemą, pateikti idėjų, kaip ją spręsti, formuluoti klausimus, kurie padėtų nustatyti problemos sprendimo sunkumus, siūlyti alternatyvių sprendimo variantų.		Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 7 klasė (psl.2–5)</i> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4182 Rekomenduojami filmai apie vaikus: Mažoji mis (angl. Little Miss Sunshine, 2006, JAV, rež. J. Dayton, V. Faris); Merė ir Maksas (angl. Mary and Max, 2009, Australija, rež. A. Elliot). <u>Mergaičių ir berniukų vaidavimas medijose</u>	Pasitikėti savimi, ištikimai laikytis vertybių.	3.1.1. Vertina save, savo stiprybes, suprasdamas, kas daro įtaką jo nuomonei, pasitiki savimi.	3.1.1.1 Įvardija teigiamas savo savybes. 3.1.1.2. Paaiškina, kas gali daryti teigiamą ar neigiamą įtaką nuomonei apie save. 3.1.2. Nurodo, kaip savęs vertinimas (teigiamas ar neigiamas) veikia asmens savijautą ir sveikatą.
				3.1.5. Kritiškai vertina populiariojoje kultūroje pateikiamus „tobulų“ vyrų ir moterų įvaizdžius.	3.1.5.1. Atpažįsta medijose pateikiamus vyro ir moters seksualizacijos apraišką.
		3.2. Emocijos ir jausmai			
Muzika , 3.1. nuostata, 3.1.1. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika			Nepasiduoti neigiamoms emocijoms ir jausmams, stengtis juos tinkamai reikšti.	3.2.1. Gilinasi į savo emocijų ir jausmų kaitą, stengiasi juos kontroliuoti bei geba juos reikšti socialiai priimtiniu būdu, geba rasti pagalbą.	3.2.1.1. Paaiškina, kaip paauglystėje kinta emocijos ir jausmai. 3.2.1.2. Analizuoja priežastis, kurios sukelia teigiamas ar neigiamas emocijas. 3.2.1.3. Pateikia pavyzdžių,

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1.2. Ieškoti fizinių ir dvasinių poreikių dermės ir nepasiduoti neigiamoms emocijoms. 1.4.1. Apibūdinti nuotaikų ir jausmų kaitą, jų prigimtį. išsiaiškinti, kaip neigiamos emocijos kenkia sau pačiam ir aplinkai.	Rekomenduojama integruoti metodiką: LIONS QUEST „Paauglystės kryžkelės” (V – VIII klasėms) http://lions-quest.lt/paauglystes-kryzkeles/			kaip emocijų ir jausmų raiška gali padėti ar pakenkti sau ir kitiems. 3.2.1.4. Įvardija keletą būdų, kaip galima išreikšti neigiamas emocijas, neįskaudinant, neįžeidžiant kitų. 3.2.1.5. Žino, kad reikia kreiptis pagalbos, jei apima liūdesys, vienišumo, beprasmybės jausmas, aplanko mintys apie savižudybę
3.3. Savitvarda				
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 1.6.2. Pateikti natūralaus džiaugsmo šaltinių pavyzdžių.	Filmukas <u>Zefyro testas su vaikais - YouTube</u> Rekomenduojamas straipsnis: <u>Savikontrolės eksperimentas</u>	Siekti, prireikus, susitelkti ir atsipalaiduoti, elgtis apgalvotai	3.3.1. Sutelkia dėmesį mokymuisi ir veikdamas, moka atsipalaiduoti, racionaliai ir kūrybingai mąsto, siekia elgtis apgalvotai.	3.3.1.1. Paaiškina, kuo svarbi savireguliacija, savikontrolė. 3.3.1.2. Nurodo poilsio ir atsipalaidavimo reikšmę protinei veiklai, darbingumui. 3.3.1.3. Paaiškina, kaip supranta sąmoningą ir atsakingą elgesį.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 3. Norėti mokytis ir tobulėti. 6. Konkuruoti ir nebijoti pralaimėti.	Rekomenduojami straipsniai: <u>Savikontrolė</u> <u>Savikontrolė — moralės raumuo (I dalis)</u> <u>Savikontrolė — moralės raumuo (II dalis)</u>	Ugdytis valią.	3.3.2. Susikaupia ties atliekama veikla.	3.3.2.1. Paaiškina, kad gebėjimas susikaupti padeda mąstyti, veikti ir patirti sėkmę
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 1.1. Kelti etikos mokymosi ir saviugdą uždavinius, įvertinti savo pažangą – ko išmokau. 4.1. Atlikti nesudėtingus pagalbos ir sudėtingesnius darbus, vykdyti užduotis ir įsipareigojimus.	Metodinė medžiaga mokytojui: <u>Mokėjimo mokytis kompetencijos ugdymas.pdf</u>		3.3.3. Kelia sau tikslus ir numato būdus jiems pasiekti.	3.3.3.1. Įvardija, kad norint pasiekti tikslą, reikia įdėti pastangų, būti atkakliam. 3.3.3.2. Įvardija, kad siekiant tikslo yra svarbu apmąstyti jo siekimo būdus. 3.3.3.3. Paaiškina, kodėl priimtus įsipareigojimus reikia įvykdyti.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika , nuostata 1.4. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 1.3.3. Suprasti, kad ne viskas pildosi ir kad reikia nepalūžti, jei lūkesčiai nerealizuojami, jei iškyla mokymosi sunkumų.	Metodinė medžiaga mokytojiui: <u>Asmeninės kompetencijos ugdymas.pdf</u> Rekomenduojamos knygos: Kast, Verena. Prarasti ir atrasti save / Vilnius: Vaga, 1998. Miller, Alice. Gabaus vaiko drama ir tikrosios savasties paieška / Vilnius: Vaga, 2010.		3.3.4. Nepavykus pasiekti tikslo, apmąsto nesėkmės priežastis ir galimas veiksmų alternatyvas.	3.3.4.1. Įvardija, kad kiekviena nesėkmė turi savo priežastis. 3.3.4.2. Nurodo savo nesėkmės priežastis, ieškodamas sąsajų su savo sprendimais. 3.3.4.3. Pateikia keletą alternatyvių būdų užsibrėžtam tikslui pasiekti.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 1.3. Svajoti, fantazuoti, svarstyti gyvenimo prasmės klausimus; įvertinti savo mokymosi sėkmę ir svajonių išsipildymo galimybes. Etika 1. Gerbti darbą ir tuos, kurie dirba. Technologijos Smalsiai siekti pažinti technologijas, jų reikšmę žmogaus aplinkai. 4.1. Planuoti technologinius kūrybinių idėjų įgyvendinimo procesus, sudaryti technologinę schemą, numatyti privalumus ir galimus sunkumus.	<u>Kūrybingumo kompetencijos ugdymas.pdf</u> <u>Iniciatyvumo ir kūrybingumo kompetencijos ugdymas.pdf</u>		3.3.5. Džiaugiasi sėkmingai atliktais darbais, įvykdytais įsipareigojimais ir analizuoja sėkmės priežastis, perspektyvas.	3.3.5.1. Įvardija gerai atliktus darbus, įvykdytus įsipareigojimus ir pasiektus tikslus. 3.3.5.2. Pagrindžia savo sėkmės priežastis ir numato, kaip pasinaudos įgyta patirtimi kitose situacijose. 3.3.5.3. Paaiškina saviugdos reikšmę.
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija				
Socialinis ugdymas. Geografija. 4. Aplinkos pažinimas ir tyrimai Noriai ir saugiai tyrinėti gamtinę ir socialinę aplinką. 4.1. Pagal pavyzdį susiplanuoti ir atlikti tyrimus. Tinkamai užrašyti atlikto tyrimo rezultatus, jausti atsakomybę už atliktą darbą. Tobulinti įgūdžius dirbant individualiai, grupėje; klasėje ir artimiausioje aplinkoje. Technologijos Mažos ir didelės modernios virtuvės. Namų elektronikos gaminiai ir jų valdymas	Natūralus ir žmogaus pakeistas kraštovaizdis <u>http://geografija6-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/uzduociu_lapai/uzduociu_la_pas_tyrineju_krastovaizdizius/scenario.46.position.3</u> <u>Pažinimo kompetencijos ugdymas</u> <u>Mažos ir didelės modernios virtuvės</u>	Patirti gyvenimo džiaugsmą ir konstruktyviai įveikti sunkumus.	3.4.1. Pozityviai žvelgdamas į gyvenimą, mato teigiamus ir problemiškus pavyzdžius; ieško būdų įveikti sunkumus ir atsispirti neigiamai įtakai.	3.4.1.1. Analizuoja sveiko ir darnaus gyvenimo pavyzdžius. 3.4.1.2. Paaiškina, kaip žmogaus kūną ir psichiką veikia stresinės situacijos, supranta ilgalaikio streso neigiamą poveikį sveikatai. 3.4.1.3. Paaiškina, kad iškilus problemai svarbu nepasiduoti neigiamoms emocijoms, užsisiklęsti

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
2.2. Rinkti, kaupti, papildyti, atrinkti ir naudoti informaciją, reikalingą problemai spręsti, įvertinti informacijos naudojimo tinkamumą, ją analizuoti, apibendrinti, vertinti, pateikti rašytine forma bei vaizdo priemonėmis.				savyje, kaltinti kitus, bet ieškoti būdų ją spręsti. 3.4.1.4. Analizuoja būdus kuriais galima valdyti stresą, spręsti kylančias problemas ir sunkumus.
Matematika <i>11 gebėjimas:</i> Suprasti, kaip mokydami matematikos galime tobulinti gebėjimus spręsti problemas. 11.1. Pasiūlyti bent dvi alternatyvas ir pasirinkti vieną iš jų. Siekti tikslo, kai yra kliūčių arba ribojančių sąlygų. Panaudoti žinias paprasčiausiai hipotezei iškelti ir patikrinti. Išnagrinėti ir įvertinti anksčiau įgytas žinias ir gebėjimus naujai įgytų žinių bei gebėjimų kontekste. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Egzistencijos džiaugsmas. Etika 1.3.1. Išvelgti, kaip laikas keičia mūsų gyvenimą ir kiekvieną individą, kas lieka pastovu, o kas kinta. 1.3.2. Pakomentuoti, kaip mokymosi veikla, svajonės, lūkesčiai ir viltys daro mūsų gyvenimą įdomų, prasmingą ir tikslingą. 4. Stengtis atleisti ir būti reikiam sau.	Metodinė medžiaga: <u>Gyvenimo įgūdžių ugdymas (5-8 klasės)</u> <u>Pažinimo kompetencijos ugdymas.pdf</u>			
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VII tema. Jaunuoliai ribinėse situacijose:</i> Asmeninės patirties pasakojimai. Žmogui tenkantys istorijos iššūkiai. Moralinės laikysenos ir tvirtumo šaltiniai. Žmoniškumo pamokos prievartos pasaulyje. Gyvenimo vertė. (8¹.9.5.) Muzika, 1.9., nuostata 1.4., nuostata 1.7. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Egzistencijos džiaugsmas. Etika 1.4. Pripažinti savo klaidas, jų nebijoti, analizuoti tiesos ir klaidos santykį kalboje ir gyvenime.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas.Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 8 klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?mm/kalbos/med=39/352/483 <u>Moralinio mąstymo gebėjimų vertinimas</u> <u>Metodinė priemonė Apmastyk ir veik. Refleksijos metodai ir rekomendacijos</u>	Plėtoti savo potencines galias	3.4.2. Išbando savo galias susidūrus su iššūkiais, atranda savo stiprybes.	3.4.2.1. Analizuoja savo ir kitų jam reikšmingų žmonių stiprybes ir silpnybes. 3.4.2.2. Nurodo išskirtinius savo gebėjimus, kurie atsiskleidė įvairiose srityse ar situacijose. 3.4.2.3. Aptaria, kad asmens išskirtiniai gebėjimai ryškiausiai atsiskleidžia įveikiant sunkumus.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VI tema. Gyvoji atmintis:</i> Atminties ir istorinio pasakojimo svarba asmens ir bendruomenės savimonei. Bendruomenės vertybės ir idealai.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas.Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 8 klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode	Jaustis bendruomenės nariu	3.4.3. Išvelgia, jog visuomenę pozityviai keičia ir kuria asmenybės.	3.4.3.1. Analizuoja žmonijos istoriją keitusių asmenybių gyvenimo istorijas, jų charakterio bruožus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
<i>Mokiniai plačiau supažindinami su šiomis Lietuvos kultūros asmenybėmis:</i>S. Daukantu, A. Mickevičiumi, K. Binkiu, K. Boruta, V. Mačerniu, B. Brazdžioniu, J. Meku. (8^{1.9.5.}) Muzika, 1.1. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Egzistencijos džiaugsmas. Etika 2. Vertinti bendruomeniškumą, solidarumą. 3.2. Aktyviai dalyvauti bendroje klasės veikloje, rūpintis santarve ir prisidėti prie jos kūrimo. 3.2.1. Paaiškinti, kas jungia klasės mokinius; pateikti pavyzdžių, kaip kuriame klasės atmosferą ir vykdome veiklos planus. 3.6.1. Paaiškinti lyderių ir autoritetų reikšmę visuomenėje, pasakyti, kuo jie skiriasi.	https://duomenys.ugdome.lt/?mm/kalbos/med=39/352/483 29 projektai paaugliams. Dorinio ugdymo projektai. http://www.sac.smm.lt/wp-content/uploads/2016/01/11_29-projektai.pdf			3.4.3.2. Įvardija, kad kiekvienas asmuo turi savitus talentus ir gebėjimus, kuriuos sąmoningai puoselėdamas gali prisidėti prie bendruomenės gerovės kūrimo. 3.4.3.3. Apibūdina savo išskirtinius gebėjimus, kuriuos plėtodamas gali pasiekti užsibrėžtų tikslų, pasitarnauti bendruomenės gėrio kūrimui. 3.4.3.4. Pagrindžia, kodėl kategoriški vertinimai ir apibendrinimai nėra konstruktyvūs.
4. Socialinė sveikata				
4.1. Draugystė ir meilė				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. Kelionės atveria akiračius:</i> Gyvenimo kelionė. Kelionės – savęs ieškojimas, savęs ir pasaulio pažinimo būdas. Pagarba savo ir kitų tautų tradicijoms. (8^{1.9.5.}) Muzika, 2.1. nuostata Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 4. Gerbti asmens teises ir sąžiningai atlikti savo pareigas. 3.4.3. Paaiškinti, kas saugo ir gina vaiko teises. 3.5.1. Išmanyti pagrindines žmogaus teises ir pareigas.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 7 klasė (psl.12–14)</i> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4182 Metodinė medžiaga Tarpkultūrinis supratimas Rekomenduojami straipsniai mokytojams: Vaikystės sociologija, vaikų teisės ir vaikų politika http://mokslozurnalai.lmaleidykla.lt/publ/0235-7186/2002/3/43-49.pdf Vaikų individualizuoto ugdymo pedagoginės rekonstrukcijos: diskursai ir metakontestai file:///C:/Users/OptiPlex/Desktop/790-2894-1-PB.pdf	Gerbti savo ir kitų jausmus, išgyvenimus, žmogiškąjį orumą.	4.1.1. Pripažįsta kiekvieno žmogaus teisę būti savimi ir būti kitokiam, gerbia kiekvieno individualumą, įžvelgia teigiamas jo savybes.	4.1.1. Paaiškina, kad kiekvienas žmogus yra unikalus, nepakartojamas ir turi teigiamų savybių, kurias dera pamatyti. 4.1.1.1. Pateikia skirtingos minčių, jausmų raiškos ir elgesio pavyzdžių.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7. <...> Bendrauti ir bendradarbiauti su kitos lyties bendraamžiais, kartu spręsti su brendimu ir lytiškumu susijusias problemas. I užsienio kalba	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/jausmai_ir_bendravimas/	Pripažinti draugystės vertę; būti draugiškam, atjaučiančiam, nusiteikusiam padėti, pozityviai spręsti	4.1.2. Palaiko draugiškus santykius su kitais, bendradarbiauja; bando užkirsti kelią konfliktams atsirasti, kilus konfliktui	4.1.2.1. Analizuoja tikros ir netikros draugystės požymius, paaiškina, kuo draugystė skiriasi nuo gerų santykių, apibūdina

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Jaunimo gyvenimo stilius, bendravimas, santykiai su bendraamžiais ir tėvais, jaunimo problemos II užsienio kalba Bendravimas, bendradarbiavimas su kitais Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai. Etika 1. Gerbti žmogų, su kuriuo bendrauji, rodyti jam dėmesį. 2.1. Gebėti užmegzti ryšį su kitu ir jį palaikyti. 2.1.1. Apibūdinti, ką reiškia draugystė, kuo ji pasireiškia ir kokiais būdais draugai bendrauja. 2.1.2. Paaiškinti, kuo draugystė skiriasi nuo gerų santykių. 2.2. Mokėti dalytis ne tik mintimis, bet ir daiktais. 2.4. Įvertinti savo kaltę dėl kito nelaimės ir ją pripažinti. Stengtis suprasti suklupusį draugą, jam padėti, atleisti.	<u>Filmas ATsipRAŠAU Spijt!</u> <u>Metodiniai nurodymai darbui su filmu „Atsiprašau!“</u> <u>Knygelė mokiniui darbui su filmu „Atsiprašau!“</u> <u>Vaizdo medžiaga etikos pamokai Donorystė</u>	konfliktus.	siūlo taikius sprendimus.	draugystę kaip asmenis praturtinantį konstruktyvų ryšį. 4.1.2.2. Paaiškina kodėl verta „investuoti“ į draugystę ir būti pasitikėjimo vertu asmeniu. 4.1.2.3. Nurodo, kaip galima susidraugauti ir išsaugoti draugystę, įvardija su ja susijusius įsipareigojimus. 4.1.2.4. Nusako, kaip bendrauti lygiavertiškai, nesileisti manipuliuojamam, išnaudojamam. 4.1.2.5. Analizuoja situacijas, kaip galima atjausti, padėti šalia jo esantiems. 4.1.2.6. Paaiškina aukojimosi, „savęs dovanojimo“ prasmę, donorystės svarbą asmens ir visuomenės gerovei. 4.1.2.7. Analizuoja tarp draugų kylančių konfliktų priežastis, nurodo galimas konstruktyvias išeitis.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>V tema. Jausmų galia:</i> Meilės grožis ir tragizmas. Draugystės vertė. Asmens jausmų ir bendruomenės papročių konfliktas. (8¹.9.5.) Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Paauglių kompleksai, problemos ir abejonės. Vertybių skalė. Idealai. Autoritetai.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 8 klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode: https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483	Siekti tobulinti savo gebėjimą draugauti, mylėti.	4.1.3. Skiria draugystę, įsimylėjimą ir meilę.	4.1.3.1. Apibūdina draugystės, įsimylėjimo ir meilės panašumus bei skirtumus. 4.1.3.2. Nusako, kad asmenų troškimai ir lūkesčiai gali nesutapti, ir svarbu išsiaiškinti, kokius ketinimus puoselėja kitas asmuo. 4.1.3.3. Įvardija, kaip svarbu suvokti savo jausmus, kad netaptum nuolankiu kito norų tenkintoju.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Tolerancija. Sutarimai ir nesutarimai. Etika	Mokomasis filmas: Tarpkultūrinis ugdymas Lietuvos	Pripažinti kiekvieno asmens skirtingumą, unikalumą ir lygiavertiškumą.	4.1.4. Kuria lygiavertčius, jausmais, draugyste pagrįstus tarpusavio santykius.	4.1.4.1. Įvardija meilę kaip jausmo, draugystės, kito asmens pažinimo ir valingo apsisprendimo kurti santykius visumą. 4.1.4.2. Nurodo, kad meilės

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
2.2.1. Paaiškinti, kokie yra bendravimo su kitu principai, kaip derinti lygiavertiškumą ir paklusimą kitam.	<u>mokykloje - ETIKA</u>			santykiuose abu asmenys yra vienodai vertingi. 4.1.4.3. Nusako, kaip tinkamais būdais atskleisti savo jausmus.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Bendravimas grupėje, gebėjimas klausytis ir bendradarbiauti sulaukiant savo eilės ir pateikiant savo teiginius ir argumentus. Savos nuomonės reiškimas ir jos paaiškinimas dirbant grupėje, gebėjimas susitarti, bendro sprendimo priėmimas. Pokalbio telefonu etika. Diskusija. Tiesos siekimas, prieštaravimas, sutarimas. Ginčas ir ginčo taisyklės. Bendravimo raštu ir žodžiu skirtumai. 8¹.9.2. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Tolerancija. Sutarimai ir nesutarimai. Etika 3. Būti patikimam, ištikimam ir vertinti kito ištikimybę. 2.2. Mokėti tartis arba derėtis dėl įsitikinimų, sprendimų, pateikti savo argumentus ir išklausti kitą. Mokėti dalytis ne tik mintimis, bet ir daiktais. 2.3. Saugoti draugo paslaptį ir ginti bendrus idealus.	Vadovėlis <u>Bendravimo etika. VIII kl.</u>	Prisiimti atsakomybę už santykių puoselėjimą.	4.1.5. Supranta, kad įsipareigojimai, atsakomybė ir sąžiningumas yra artimų santykių pagrindas; geba įsipareigoti ir prisiimti atsakomybę už savo sprendimus ir veiksmus.	4.1.5.1. Analizuoja, kokios vertybės yra artimų santykių pamatas. 4.1.5.2. Nurodo, kad bendraujant būtina tartis arba derėtis dėl įsitikinimų, sprendimų, pateikti savo argumentus ir išklausti bei suprasti kitą. 4.1.5.3. Pagrindžia, kodėl puoselėjant tarpusavio santykius svarbu laikytis susitarimų, įsipareigojimų, prisiimti atsakomybę.
4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui				
Socialinis ugdymas. Geografija. 2. Geografinės informacijos skaitymas 2.8. Analizuojant statistikos duomenis ir žemėlapius, apibūdinti gyventojų skaičiaus kitimą, įvairovę ir teritorinį pasiskirstymą.	Gyventojų skaičiaus kaita http://smp2014ge.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/117 Tautos ir religijos http://geografija6-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/tautos_ir_religijos/	Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose	4.2.1. Atsispiria provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai, nenaudingai sveikatai, garbingai pasitraukia iš socialinio spaudimo ir/ar pavojingų situacijų.	4.2.1.1. Įvardija situacijas, kuriose gali susilaukti aplinkinių (bendraamžių, šeimos narių, kitų suaugusiųjų) spaudimo. 4.2.1.2. Įvardija priežastis, sukeliančias spaudimą elgtis rizikingai, pavojingai sveikatai, asocialiai. 4.2.1.3. Nurodo būdus, kaip išvengti arba atispirti jam pavojų keliančiai situacijai. 4.2.1.4. Žino kur ir/ar į ką kreiptis pagalbos, su kuo pasikalbėti, patiriant aplinkinių spaudimą.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija.		.		

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 1.6.1. Paaiškinti, kas yra psichiką veikiančios medžiagos, kokios jų rūšys ir kodėl jas vartojant atsiranda priklausomybė. Argumentuoti, kad būtina joms atsisipirti.	Metodinės rekomendacijos Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti. Mokytojo knyga http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO TABAKO IR KITU SCREEN.pdf			
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija. Etika 1.4.2. Paaiškinti, kas yra egoizmas ir kokie jo padariniai. 5. Branginti gyvybę. 1.5.1. Paaiškinti principą <i>Nepakenk</i> . 1.5.2. Paaiškinti, kas kenkia mūsų gyvybei ir sveikatai. 1.6. Numatyti žalingų įpročių padarinius.	Vadovėlis ir pratybų sąsiuvinis <u>Mąstau, bendrauju, gyvenu. Etika. VIII kl.</u>		4.2.2. Geba numatyti rizikingo elgesio pasekmes, pasirinkti tinkamus būdus jų išvengti.	Nurodo, kad, esant ankstyviems lytiniam santykiams ir / ar neatsakingam lytiniam elgesiui, galimos ir skausmingos pasekmės: psichologinė trauma, nėštumas, LPI, apkaltinimas smurtu, apkalbos, patyčios, nutrūkę santykiai ir kt. Paaiškina, kaip išvengti lytinį potraukį provokuojančių situacijų: nevartoti psichoaktyviųjų medžiagų, nesijungti prie nepažįstamos kompanijos, nesėsti į nepažįstamo asmens automobilį ir t. t. Įvardija lytiniu keliu plintančių infekcijų požymius, žino, kad kai kurios LPI neturi išorinių simptomų, nurodo, kad pastebėjus požymius ar esant susirgimo rizikai, būtina kreiptis į gydytojus. Nurodo tinkamas apsaugos nuo neatsakingo lytinio elgesio pasekmių priemones.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 1.7.2. Kitiškai vertinti reklamą. Diskutuoti pasitikėjimo reklama klausimu. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija. Etika	http://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/temos/jausmai_ir_bendravimas/ Bendraamžių švietėjų metodinis leidinys „Pozityvas“	Netoleruoti smurto ir jam pasipriešinti.	4.2.3. Pasipriešina fiziniui, psichiniam, seksualiniam smurtui, prirėkus bando suteikti pagalbą pats arba kviečiasi kitus.	4.2.2.1. Įvardija būdus, kaip įvairiose situacijose galima padėti asmeniui/asmenims, patiriantiems fizinį smurtą, psichologinį spaudimą, patyčias, seksualinį priekabiavimą, prievartą. 4.2.2.2. Paaiškina, kad susidūrus ar įtarus smurtą, jį

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
3.4. Atpažinti asmens teisių pažeidimo atvejus. Aktyviai ieškoti pagalbos, kai pažeidžiamos mano ar kito teisės.	http://www.jrd.lt/uploads/Metodiniai%20leidiniai/2011%20m.%20Pozityvas.pdf			sustabdyti būtina, jei leidžia aplinkybės, įsikišant pačiam, arba kreipiantis pagalbos į suaugusiuosius, pagalbos tarnybas.
Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija. Etika 4. Būti kritiškam žiniasklaidos ir reklamos atžvilgiu. 4.4.1. Apibūdinti, kas yra žiniasklaida ir kokios yra jos rūšys. 4.4.2. Paaiškinti, kaip reklama naudojama visuomenės gyvenime ir kokie jos tikslai. 4.4. Analizuoti ir kritiškai vertinti žiniasklaidos pateikiamą informaciją, reklamas.	Vadovėlis Etika: informacijos pasaulyje. VIII kl. Medijų ir informacinio raštingumo metodinė medžiaga 7–12 klasių mokiniams file:///C:/Users/OptiPlex/Desktop/MIR%201-34-final.pdf	Sąmoningai priimti sprendimus dėl savo išvaizdos ir elgesio.	4.2.3. Kritiškai vertina bendraamžių, žiniasklaidos, teisinio reguliavimo, masinės kultūros, ideologijų spaudimo, lyčių stereotipų įtaką lytiškumo raiškai, bendravimui.	4.2.3.1. Paaiškina, kaip žiniasklaida, reklama, visuomenės nuomonė įtvirtina išvaizdos ir kitus stereotipus, veikia asmens savivoką. 4.2.3.2. Nurodo, kad žiniasklaidos formuojami vyrų ir moterų kūno įvaizdžiai yra specialiai kuriami, siekiant tam tikrų tikslų (reklamos, pardavimų didinimų, vartojimo skatinimo). 4.2.3.3. Pagrindžia, kaip ir kodėl aklas pasidavimas žiniasklaidos įtakai, vaikantis peršamo idėlaus kūno įvaizdžio, veda link nesaikingo dietų laikymosi, anabolinių steroidų vartojimo, sveikatos sutrikimų (anoreksijos, bulimijos, depresijos ir kitų). 4.2.3.4. Analizuoja moterų ir vyrų stereotipinius įvaizdžius ir kaip jų vaikymasis veikia tarpusavio santykius.
I užsienio kalba Šiuolaikinės informacinės ir kompiuterinės technologijos. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija. IT 5-6 klasės Etika 4.4. Domėtis šiuolaikinių informacijos priemonių	IT Medijų ir informacinio raštingumo metodinė medžiaga 7–12 klasių mokiniams Leidiny s „ Internetas, kokio norime “ 13-16 m. mokiniams leidiny s „Internetas, kokio	Saugiai ir pagarbiai elgtis virtualioje erdvėje	4.2.4. Supranta ir laikosi saugaus interneto vartojimo taisyklių, atsispiria potencialiai pavojingiems pasiūlymams.	4.2.4.1. Paaiškina, kaip reikia elgtis virtualioje erdvėje: neteikti savo ir kitų privачios informacijos, nesusitikti su nepažįstamaisiais, apie tai neinformavus suaugusiųjų ir pan. 4.2.4.2. Paaiškina, kad vaikai ir jauni žmonės gali būti įtraukiami į pavojingas veiklas: verbuojami vykdyti nusikaltimus, įtraukiami į pornografiją, prostituciją,

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
naujųvėmis, mokėti pasirinkti informaciją. Kultūringai elgtis internete. 4.4.3. Paašškinti kompiuterių svarbą kasdienei žmogaus ir mokymosi veiklai; žinoti, kaip saugiai ir atsakingai juo naudotis.	norime“ Leidiny s mokytojams „Internetas, kokio norime: pedagogų vadovas“ Leidinius atsisiųsti galite iš svetainės " <u>Draugiškas internetas</u> ".			įviliojami vergauti ar kita. 4.2.4.3. Nurodo, kad reikia kritiškai vertinti pasiūlymus internete, o kilus įtarimui dėl galimo įtraukimo į pavojingas veiklas, būtina informuoti atsakingus suaugusiuosius.
II užsienio kalba Šiuolaikinės informacinės ir kompiuterinės technologijos. Tautinės mažumos Nagrinėjamų kūrinių problematika ir vertybės: Gyvenimo modeliai. Tolerancija. IT 7-8 klasės Etika 1.5. Naudojant IT priemones, parengti pranešimą apie gyvybės stebuklą ir vertę. Mokėti pagrįsti nuostatą ginti gyvybę. 5. Rodyti aktyvią pilietinę poziciją ginant žmogaus ir vaiko teises. 3.5. Argumentuoti, kodėl svarbu būti aktyviu visuomenės piliečiu. Svarstyti teisių, autonomijos ir pareigų visuomenei santykį. Prireikus būti pilietiška aktyviam.	IT Medijų ir informacinio raštingumo metodinė medžiaga 7–12 klasių mokiniams Leidiny s „Internetas, kokio norime“, leidiny s mokiniams „ Saugus ir draugiškas internete “ Rekomenduojamas straipsnis <u>Kelmės J. Graičiūno gimnazijos mokiniai: „Pasaulis laikosi ant gerų žmonių širdžių“</u> 29 projektai paaugliams. Dorinio ugdymo projektai. http://www.sac.smm.lt/wp-content/uploads/2016/01/11_29-projektai.pdf		4.2.5. Pagarbiai reiškia nuomonę virtualioje erdvėje, neviešina savo ir kitų privataus, intymaus pobūdžio informacijos; atpažįsta patyčių (dėl išvaizdos, socialinės padėties, vertybių ir kt.) situacijas, nedalyvauja jose ir imasi veiksmų joms stabdyti.	4.2.4.2. Įvardija kad virtualioje erdvėje privalu elgtis pagarbiai, mandagiai, atsakingai. 4.2.4.3. Įvardija, kad už privačios informacijos, diskriminacinio, įžeidžiančio, smurtą ir neapykantą kurstančio turinio internete platinimą yra numatyta teisinė atsakomybė. 4.2.4.4. Nurodo, kur galima kreiptis susidūrus su aplinkinius žeidžiančia, smurtą, diskriminaciją skatinančia informacija virtualioje erdvėje.

5. Mokinių pasiekimai. 9–10 klasės:

		Mokinių pasiekimai		
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos			
II užsienio kalba Sveika gyvensena Sveikatos ugdymo bendroji programa (2012)	Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasėms programoms įgyvendinti https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486	Pripažinti sveikatą kaip vertybę.	1.1. Analizuoja sveikatos požymius, atskleidžia gyvenimo būdo įtaką sveikatai, nurodo, ką reikėtų keisti	1.1.1. Apibūdina sveiką žmogų, šeimą, bendruomenę, susiedamas sveikatą ir gyvenimo būdą. 1.1.2. Analizuoja, kaip reikėtų

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Technologijos Pasitikėti savo jėgomis, iniciatyviai, atsakingai, racionaliai, kūrybingai spręsti problemas, rūpintis savo ir kitų saugumu. 3.3.1. Argumentuotai paaiškinti, kokią įtaką pasirinktos medžiagos turi aplinkai ir žmogui.	Sveikatos ugdymo modulio užduočių komplektas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3488 Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“		savo gyvensenoje.	keisti savo, šeimos, bendruomenės gyvenimo būdą norint stiprinti sveikatą.
Etika 4.5. Kiek leidžia galimybės, dalyvauti prevencinėje veikloje.	Mokomoji knyga <u>Prevenicinio darbo grupės veikla bendrojo lavinimo mokykloje</u>	Tausoti ir stiprinti savo, šeimos ir bendruomenės sveikatą.	1.2. Kasdien sąmoningai renkasi sveiką gyvenimo būdą (tausoja ir stiprina sveikatą) įvairiose, taip pat ir nepalankiose, aplinkose. Skatina ir padeda tai daryti ir kitiems, įsitraukia į šeimos, bendruomenės sveikatinimo veiklas.	1.2.1. Analizuoja, kas palanku ir kas kenkia sveikatai. 1.2.2. Analizuoja, kaip sveika gyvensena lemia geresnę savijautą ir sveikatą. 1.2.3. Pateikia pavyzdžių apie teigiamą ir neigiamą aplinkos poveikį asmens sveikatai. 1.2.4. Paaiškina ryšius tarp asmens, šeimos ir bendruomenės sveikatos.
			1.3. Savarankiškai įvertina su sveikata susijusių asmeninių patirčių ir sprendimų veiksmingumą.	1.3.1. Analizuoja savo elgesio ir aplinkos veiksnius, stiprinančius ir kenkiančius sveikatai. 1.3.2. Įvardija įvairias įstaigas, teikiančias sveikatai skirtas paslaugas.
			1.4. Pasirenka sveikatos stiprinimo prioritetus, susiplanuoja gyvensenos pokyčius, kurie padėtų stiprinti sveikatą.	1.4.1. Pateikia veiksmingos sveikatos stiprinimo praktikos pavyzdžių. 1.4.2. Svarsto savo galimybes rinktis ir praktikuoti sveikatą stiprinančias veiklas, įvardija galimas kliūtis ir jų įveikimo būdus.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7. <...> Paaiškinti žmogaus lytinio dauginimosi ypatumus, argumentuotai diskutuoti apie lytinę brandą, šeimos sukūrimą ir lytinį gyvenimą, apsisprendimą gimdyti ir auginti vaikus.		Sąmoningai ir atsakingai kurti šeimą	1.5. Kuria savo gyvenimo modelį, kuriame atsiskleidžia santuokos, šeimos reikšmė asmeniniam gyvenimui ir visuomenės gerovei.	1.5.1. Pagrindžia šeimos sukūrimo svarbą asmens gyvenimui ir visuomenės ateičiai. 1.5.2. Įvardija tinkamus ir netinkamus santuokos sudarymo, šeimos kūrimo motyvus. 1.5.3. Paaiškina, kodėl darni šeima yra geriausia aplinka tėvystei ir motinystei.
Etika 4.1.1. Suprasti, kad gyvenimas įprasminamas darant sprendimus čia ir dabar, įvertinti savo dabarties	Vadovėliai <u>Prasmės ieškojimai ir atradimai. Etika. IX kl.</u>			

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
galimybės. 4.1.2. Paaiškinti skirtingas gyvenimo prasmės sampratas (mokslas, kūryba, darbas, šeima, dvasinis pašaukimas) ir jomis pagrįstas vertybes.	Melnikova Raisa, Lastauskienė Agnė <u>Prasmės ieškojimai ir atradimai. Etika. X kl.</u>			1.5.4. Nurodo, kad yra specialistai, konsultuojantys šeimos santykių klausimais.
			1.6. Paaiškina būsimo sutuoktinio asmenybės pažinimo būtinumą.	1.6.1. Įvardija, kad iki santuokos sudarymo ir šeimos sukūrimo būtina kuo geriau pažinti partnerio asmenybę, pagrindžia, kodėl. 1.6.2. Svarsto, kaip nepakankamas būsimo sutuoktinio pažinimas gali veikti tarpusavio santykius, šeimos darną.
Etika 5. Saugoti gyvybę, netoleruoti žalingų įpročių ir nepradėti naujos gyvybės, kol nesi pajėgus būti atsakingas tėvas (motina).	VDU vadovėlis „Vaisingumo pažinimas ir natūralus šeimos planavimas“ http://www.vdu.lt/wp-content/uploads/2012/05/33332.pdf Straipsnis mokytojams <u>Moralinis natūralaus šeimos planavimo ir kontracepcijos skirtumas</u>		1.7. Suvokia atsakingo šeimos planavimo principus.	1.7.1. Nurodo, kad santuokos sudarymas, šeimos kūrimas yra neatsiejamas nuo įsipareigojimų vienas kitam ir atsakomybės už savo veiksmų ir sprendimų pasekmes.
Etika 1. Pripažinti lygių galimybių ir teisių įgyvendinimo svarbą.	<u>Bendraamžių švietėjų metodinis leidinys „POZITYVAS“</u>		1.8. Supranta lyčių lygiavertiškumo ir atsakomybių pasidalijimo šeimoje svarbą.	1.8.1. Pagrindžia, kodėl darbų šeimoje nederėtų skirstyti į vyriškus ar moteriškus, kodėl svarbu kad kiekvienas atliktų tai, kas jam yra priimtinausia ir sutarta abipusiu sutarimu.
Etika 3.1. Analizuoti problemas, kurių kyla siekiant lygių galimybių ir teisių. Aptarti šių problemų priežastis, ieškoti būdų jas spręsti.	<u>Padėkime augti laida. Skyrybų pasėkmės vaikams</u> Straipsniai <u>Tėvų skyrybos ir iššūkiai tenkantys vaikams - Atsakinga tėvystė</u> <u>Tėvų skyrybų pasekmės</u> <u>Psichologė – apie bene didžiausią skyrybų klaidą</u> <u>Konfliktiškos skyrybos – ryškė vaikams - Šeimos Santykių Institutas</u>		1.9. Įvardija galimas skyrybų priežastis ir pasekmes, tinkamus bendravimo išsiskyrus būdus.	1.9.1. Svarsto, kodėl žmonės išsiskiria. 1.9.2. Diskutuoja, kaip skyrybos paliečia skirtingus asmenis (sutuoktinius, vaikus, gimines ir ktus), kaip veikia tolimesnio gyvenimo planus (gyvenamosios vietos pokyčiai, šeimos švenčių, ritualų praradimas, šeimos draugų kaita ar kita). 1.9.3. Išsako savo požiūrį, pateikia argumentų, kada, jų nuomone, gyventi kartu nebeverta.
		2. Fizinė sveikata		
		2.1. Fizinis aktyvumas		
	<u>Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir</u>	Siekti būti stipriam,	2.1.1. Kasdien	2.1.1.1. Paaiškina, kaip fizinis

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Sveikatos ugdymo bendroji programa (2012)	<u>sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasėms programoms įgyvendinti</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486 Sveikatos ugdymo modulio užduočių komplektas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3488	koordinuotam, lanksčiam, gerai valdyti savo kūną.	mankštinasi, savarankiškai tikslingai atlieka savo organizmui naudingus įvairaus sudėtingumo, fizinės ypatybės (jėgą, greitumą, ištvermę, lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus.	aktyvumas teikia naudą visų organizmo sistemų normaliam vystymuisi: jėgos, ištvermės, lankstumo didinimui, optimaliam kūno masės ir formų palaikymui, lėtinių ligų rizikos mažinimui, psichikos sveikatai ir socialinei gerovei. 2.1.1.2. Išmano pagrindinius principus, būdus didinti organizmo pajėgumą, kūno jėgą, ištvermę, lankstumą.
Technologijos			2.1.2. Susidaro fizinių pratimų kompleksą, skirtą įvairioms organizmo funkcijoms palaikyti ir stiprinti.	2.1.2.1. Įsivertina savo fizinę būklę ir jos aspektus, kuriems reikia skirti daugiau dėmesio. 2.1.2.2. Paaiškina, kokie fiziniai pratimai, veiklos kokioms organizmo funkcijoms palaikyti ir stiprinti yra tinkamiausi.
Turizmo, viešbučių, viešojo maitinimo ūkio šakoje teikiamos paslaugos ir gaminama produkcija. Atsakingai pasitikėti savo jėgomis, protingai rizikuoti, prisiimti atsakomybę už atliktus darbus, racionaliai naudoti išteklius. 4.1. Analizuoti kūrybinių idėjų įgyvendinimo projektinius aprašus, planuoti technologinius procesus, sudaryti technologinę schemą, numatyti privalumus ir galimus sunkumus.	Konstrukcinės medžiagos 7-10. Technologijų vadovėlis VII-X klasei. Leidykla „Šviesa“ Mityba ir tekstilė. Technologijų vadovėlis V-VI klasei. Leidykla „Šviesa“	Improvizuoti, kūrybiškai išnaudoti įvairias situacijas judėjimo poreikiams tenkinti.	2.1.3. Bando įvairias aplinkas pritaikyti judėjimo poreikiui patenkinti.	2.1.3.1. Pagrindžia, kad kasdieniams judėjimo poreikiams tenkinti nėra būtinos specialios įrangos ir priemonės, griežta programa, mankštinimosi planas. 2.1.3.2. Pateikia aplinkos pritaikymo judėjimo poreikiui tenkinti galimybių pavyzdžių (iš patirties arba numanomų, planuojamų).
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.6.3. Paveiksluose atpažinti pagrindines žmogaus griaučių dalis ir apibūdinti jų funkcijas (atramos, judėjimo, apsaugos, kraujo kūnelių gamybos). IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Kenksmingi darbo kompiuteriu veiksniai ir jų poveikio sveikatai mažinimas. Nagrinėjami keli sveikatos kenksmingi veiksniai: <...> sėdėjimas suvaržyta poza, <...>. Aiškinama, kaip galima sumažinti šių veiksmų poveikį mokinių sveikatai. 1.1. Saugiai, atsakingai dirbti kompiuteriu, rūpintis sveika gyvensena. 1.1.1. Įvardyti kenksmingus darbo kompiuteriu veiksnius. 1.1.2. Paaiškinti, kaip galima sumažinti kenksmingų darbo kompiuteriu veiksmų poveikį sveikatai.	IT Nuotoliniai kursai Apsaugokime save ir vaikus internete , filmukas apie saugų internetą	Rūpintis savo laikysena.	2.1.4. Turi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti ir savo pavyzdžiu skatina tai daryti kitus / aplinkinius.	2.1.4.1. Paaiškina taisyklingos laikysenos principus, poveikį sveikatai, veiksnius, nuo kurių ji priklauso ir laikysenos lavinimo būdus. 2.1.4.2. Įsivertina savo laikyseną; supranta, kad ydingą laikyseną būtina koreguoti ir prireikus kreiptis pagalbos į specialistus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
		Taisyklingai kvėpuoti, grūdintis.	2.1.5. Taisyklingai kvėpuoja, naudojasi kvėpavimo pratimų galimybėmis.	2.1.5.1. Paaiškina pagrindinius taisyklingo, gilaus kvėpavimo principus ir kvėpavimo poveikį sveikatai; pademonstruoja sau naudingus kvėpavimo pratimus.
			2.1.6. Grūdinasi pakankamai būdamas atvira ore, saulėje, vandenyje.	2.1.6.1. Paaiškina natūralios aplinkos ir grūdinimosi naudą ir aptaria, kaip ją gerai išnaudoti.
		Būti atsakingam ir be reikalo nerizikuoti.	2.1.7. Vengia pats ir rekomenduoja kitiems be reikalo nerizikuoti ir saugotis traumų.	2.1.7.1. Išmano, kaip sumažinti traumų riziką sportuojant ir atliekant įvairias fizines veiklas.
		Objektyviai vertinti siūlomas priemones ir paslaugas, skirtas sveikatai stiprinti.	2.1.8. Tikslingai atsirenka savo sveikatos poreikiams tinkamas priemones ir paslaugas.	2.1.8.1. Kitiškai vertina informaciją apie galimą teigiamą ir neigiamą siūlomų priemonių ir paslaugų poveikį fizinei sveikatai.
2.2. Sveika mityba				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.4. Susieti virškinamojo trakto ir virškinimo liaukų veiklą. Apibūdinti fermentų reikšmę gyvybiniam organizmo procesams. I užsienio kalba Žmogus ir aplinka. Ekologija: gyvenimo būdas, sveika gyvensena Technologijos Valgiaraštis, trumpi patiekalų gamybos aprašai.	<u>Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasems programoms įgyvendinti</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486 http://www.kalorijos.lt/	Sveikai maitintis.	2.2.1. Kasdien nuosekliai laikosi sveikos mitybos principų ir taisyklių įvairiose, taip pat ir nepalankiose aplinkose. Skatina tai daryti kitus.	2.2.1.1. Analizuoja sveikos mitybos principus ir taisykles. 2.2.1.2. Aptaria pagrindines mitybos teorijas. 2.2.1.3. Argumentuoja maisto ir vandens reikšmę sveikatai. 2.2.1.4. Analizuoja sveikos mitybos svarbą normaliai kūno masei palaikyti, apibūdina sveikatai palankius ir rizikingus svorio kontrolės būdus. 2.2.1.5. Paaiškina medžiagų apykaitą organizme ir maisto medžiagų mitybinę vertę. 2.2.1.6. Analizuoja valgymo sutrikimų atsiradimo priežastis, jų poveikį augimui ir raidai.
Gamtamokslinis ugdymas. Chemija 3.7.3.4. Savais žodžiais apibūdinti pagrindinių maisto medžiagų – angliavandenių, riebalų ir baltymų – reikšmę organizmams, pateikti įvairių maisto priedų pavyzdžių. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.1. Nurodyti genetiškai modifikuotų maisto produktų kūrimą. Remiantis pavyzdžiais argumentuotai diskutuoti apie šių produktų gerąsias ypatybes ir keliamus pavojus.	<u>Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasems programoms įgyvendinti</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486 Sveikatos ugdymo modulio užduočių komplektas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486	Rinkti sveikus maisto produktus, atsižvelgiant į jų naudingumą savo sveikatai.	2.2.2. Pasirenka savo organizmui reikalingus sveikatai palankius produktus, patiekalus; pasiruošia įvairius sveikatai palankius patiekalus	2.2.2.1. Paaiškina, kokios maisto produkto savybės lemia jo vertę žmogaus mitybai. 2.2.2.2. Pateikia pavyzdžių, kaip sveikatai naudingus maisto produktus įtraukti į kasdienį paros racioną. 2.2.2.3. Paaiškina, kaip pagaminti mėgstamus sveikatai palankius patiekalus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	<u>dokumentai/peržiura/3488</u>			2.2.2.4. Paaiškina, kodėl netinkamas maisto produktų, gaminių vartojimas susijęs su sveikatos sutrikimais ir yra lėtinių ligų rizikos veiksnys. 2.2.2.5. Analizuoja genetiškai modifikuotų organizmų, maisto papildų poveikį sveikatai. 2.2.2.6. Analizuoja, kodėl renkantis maisto produktus dera atsižvelgti į savo gyvenimo būdą ir gyvenamąją aplinką. 2.2.2.7. Apibūdina sveikos mitybos rekomendacijas (pagal Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijos rekomendacijas), žino, kaip jomis naudotis susidarant savo mitybos planą (valgiaraštį).
I užsienio kalba Šiuolaikinės informacijos priemonės: televizija, radijas, spauda, internetas Etika 3. Vertinti populiariosios kultūros pozityvius ir profesionalius aspektus ir įžvelgti galimas paviršutiniškumo apraiškas. 4.3.2. Paaiškinti, su kokiais iššūkiais susiduria jaunimas. Technologijos Valgiaraštis, trumpi patiekalų gamybos aprašai. 2.2. Rinkti, kaupti, papildyti, įvertinti, atrinkti ir tikslingai naudotis informacija, kurios reikia problemai spręsti.	Sveikatos ugdymo modulio užduočių kompleksas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/peržiura/3488 9-12 klasėms: Medijų ir informacinio raštingumo ugdymo metodinė medžiaga 8 tema: Reklamos paskirtis ir įtaka visuomenei Visas leidinys: file:///C:/Users/OptiPlex/Desktop/LT%20leidinys-galutinis.pdf Sveikos mitybos principai, taisyklės, piramidė.	Būti atspariam aplinkos spaudimui, reklamos manipuliacijoms.	2.2.3. Atsispiria aplinkos spaudimui, reklamos peršamai informacijai apie kūno įvaizdį, dietas, maisto gaminius ir taip toliau.	2.2.3.1. Analizuoja sveikatai palankios ir nepalankios mitybos bei įvairių produktų pristatymą medijose.
2.3. Veikla ir poilsis				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas IT Mokoma 5-6 kl., bet kartojama kiekvienais metais.	<u>Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasėms programoms įgyvendinti</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/peržiura/3486 Sveikatos ugdymo modulio užduočių kompleksas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/peržiura/3488	Derinti miego, mokymosi ir laisvalaikio veiklas, būti darbingam ir gerai jaustis.	2.3.1. Laikosi miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo ir savarankiškai jį planuoja. Lanksčiai, pagal besikeičiančius poreikius koreguoja dienotvarkę.	2.3.1.1. Remdamasis žiniomis apie organizmo funkcionavimą, paaiškina racionalios dienotvarkės (miego, mokymosi ir laisvalaikio veiklų dermės) reikšmę gerai savijautai. 2.3.1.2. Pateikia racionalios dienotvarkės pavyzdžių, pagrindžia ją.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
			2.3.2. Palaiko protinį darbingumą, laikydamasis racionalaus darbo ir poilsio derinimo.	2.3.2.1. Įvardija veiksnus, lemiančius protinį darbingumą.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.6.2. Paveiksluose atpažinti pagrindines akies ir ausies dalis, apibūdinti šių dalių funkcijas, siejant su pojūčių susidarymu. IT <i>Dirbant kompiuteriu saugoti savo ir kitų sveikatą.</i> Kenksmingi darbo kompiuteriu veiksniai ir jų poveikio sveikatai mažinimas. Nagrinėjami keli sveikatos kenksmingi veiksniai: regos apkrova, <...> psichologinė įtampa (priklausomybė), kompiuterio įtaisų spinduliuotė. Aiškinama, kaip galima sumažinti šių veiksmų poveikį mokinių sveikatai. 1.1. Saugiai, atsakingai dirbti kompiuteriu, rūpintis sveika gyvensena. 1.1.1. Įvardyti kenksmingus darbo kompiuteriu veiksnius. 1.1.2. Paaiškinti, kaip galima sumažinti kenksmingų darbo kompiuteriu veiksmų poveikį sveikatai.	IT Nuotoliniai kursai Apsaugokime save ir vaikus internete , filmukas apie saugų internetą		2.3.3. Laikosi mokymosi, IKT naudojimosi režimo.	2.3.3.1. Analizuoja įtempto mokymosi, darbo prie kompiuterio, televizoriaus žiūrėjimo ir kita poveikį sveikatai, taip pat – regėjimui ir klausai. 2.3.3.2. Nurodo taikomus būdus pasimankštinti, akims pailsinti, kai reikia ilgai dirbti protinį, sėdimą darbą. 2.3.3.3. Suvokia, kad galima tapti priklausomam nuo darbo, naudojimosi IKT.
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
II užsienio kalba Sveika gyvensena, higiena, sveikata	<u>Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasems programoms įgyvendinti</u> https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486 Sveikatos ugdymo modulio užduočių komplektas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3488	Puoselėti sveikatai palankius įpročius.	2.4.1. Sąmoningai rūpinasi savo kūno ir aplinkos švara, rodo pavyzdį aplinkiniams.	2.4.1.1. Analizuoja asmens švaros ir aplinkos įtaką sveikatai ir gyvenimo kokybei. 2.4.1.2. Nusako ryšį tarp asmens ir aplinkos švaros bei užkrečiamųjų ligų. 2.4.1.3. Analizuoja, kokią reikšmę sveikatai gali turėti bendraamžiai, žiniasklaida, mada.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos Turizmo, viešbučių, viešojo maitinimo ūkio šakoje teikiamos paslaugos ir gaminama produkcija 2.1. Nustatyti, kokios informacijos reikės idėjai įgyvendinti. Nurodyti, kur ir kaip jos ieškoti.	„Ugdymo sodas“. Medžiaga mokytojui	Atsakingai naudoti higienos priemonės ir paslaugas.	2.4.2. Apgalvotai ir kritiškai renkami higienos priemonės ir paslaugas.	2.4.2.1. Nagrinėja higienos priemonių etiketėse esamą informaciją. 2.4.2.2. Kritiškai vertina reklamuojamas higienos priemonės ir paslaugas. 2.4.2.3. Susieja reklamuojamų ir kasdien naudojamų asmens higienos priemonių sudėtį ir kainą. 2.4.2.4. Apibūdina reklamos įtaką asmens higienos

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Mokinių pasiekimai Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				priemonių ir paslaugų pasirinkimui. 2.4.2.5. Pateikia ekologiškų ir gamtinės prigimties asmens higienos priemonių pavyzdžių. 2.4.2.6. Paaiškina nesaikingo ir neatsakingo higienos priemonių ir paslaugų naudojimo pasekmes sveikatai ir aplinkai.
Gamtamokslinis ugdymas. Fizika 9.3. Analizuoti šiluminius procesus ir apibūdinti šiluminių reiškinių reikšmę ekologijai. 9.3.7. Apibūdinti šiluminių variklių naudojimo įtaką aplinkai. 9.13.1. Apibūdinti radioaktyvumą, jonizuojančiąją spinduliuotę ir apsisaugojimo nuo jų būdus. Gamtamokslinis ugdymas. Chemija. 7.4.1. Paaiškinti rūgščio lietaus susidarymą ir poveikį aplinkai. 7.4.2. Pateikti svarbiausių vandens ir oro teršalų šaltinių gyvenamojoje vietovėje pavyzdžių, siūlyti būdų vandens ir oro taršai mažinti. 7.4.3. Pateikti dažniausiai žemės ūkyje naudojamų cheminių medžiagų ir trąšų pavyzdžių, aptarti jų teikiamą naudą ir žalą. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 4.2.3. Apibūdinti žmonių populiacijos augimo prie žastis ir veiksnius, reguliuojančius populiacijos augimą. Diskutuoti, kokį neigiamą poveikį aplinkai turi žmonių populiacijos didėjimas, ir pateikti siūlymų, kaip jį pristabdyti. 2.4.3.4. Supranta klimato kaitos įtaką žmogui ir aplinkai. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4. Įsitikinti globalių problemų aktualumu kasdienybėje. 4.4. Analizuoti įvairius globalių problemų aspektus ir požiūrius (pvz., skurdo mažinimo, aplinkos užterštumo ir kt.). 4.4.1. Apibūdinti globalizacijos ir vartotojiškumo sampratą. Paaiškinti, kur ir kaip pasireiškia ir kokių problemų kelia šie visuomeniniai reiškiniai. Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa	Metodinė medžiaga <u>Kaip ugdyti socialiai sąmoningą moksleivį</u> Alkoholio , tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programai įgyvendinti http://www.smm.lt/uploads/documents/svietimas/ugdymo-	Vengti žalingo aplinkos veiksnių poveikio sveikatai.	2.4.3. Kitiškai vertina žalingų elgesio ir aplinkos veiksnių poveikį sveikatai..	2.4.3.1. Analizuoja aplinkos veiksnių poveikį sveikatai. 2.4.3.2. Paaiškina elgesio ir aplinkos veiksnių poveikį lėtinių ligų atsiradimui. 2.4.3.3. Pateikia ekologiškos ir ergonomiškos aplinkos pavyzdžių.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	programos/vidurinis-ugdymas/ALKOHOLIO_TABAKO_IR_KITU_SCREEN.pdf			
2.5. Lytinis brendimas				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.4.1. Suvokti lytiškumo raišką, paaiškinti vyriškumo ir moteriškumo sampratą. 4. Pagarbiai žvelgti į kitos lyties bendraamžius ir kritiškai vertinti su lytiškumu susijusius stereotipinius įvaizdžius.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Žmogus – kūniškas, lytiškas asmuo http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/385/102.html Mokymo ir metodinė priemonė Ustilaitė, Stasė, Lytiškumo ugdymas: mokymo metodinė priemonė. Vilnius: Vilniaus pedagoginio universiteto leidykla, 2008.	Priimti savo ir kitų lytiškumo raišką.	2.5.1. Rūpinasi savo kūnu, jo išvaizda, formavimusi.	2.5.1.1. Žino būdus, kaip puoselėti savo kūną, išryškinti patinkančias jo savybes, atsispiriant peršamiems „idealaus“ vyro ar moters kūno įvaizdžio stereotipams.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.3. Žmogaus pavyzdžiu apibūdinti apvaisinimą, gemalo vystymąsi ir gimdymą. 2.7.4. Nurodyti lytinių hormonų vaidmenį žmogaus organizme: lytiniam brendimui, lytinių ląstelių formavimuisi. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas			2.5.2. Atpažįsta lytinio potraukio dinamiką, jos priklausomybę nuo hormoninės sistemos veiklos bei išorinių dirgiklių; stengiasi jį valdyti.	2.5.2.1. Nurodo, kad lytinis potraukis yra susijęs su lytinių hormonų kiekio svyravimais organizme. 2.5.2.2. Įvardija menstruacinio ciklo fazes ir nurodo lytinio potraukio kaitą jų metu 2.5.2.3. Nusako, kaip lytinį potraukį sustiprina kvapai, vaizdai, garsai, lytėjimas. 2.5.2.4. Žino, kaip galima išvengti bereikalingo lytinio potraukio provokavimo.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1. Pripažinti lygių galimybių ir teisių įgyvendinimo svarbą. 3.1. Analizuoti problemas, kurių kyla siekiant lygių galimybių ir teisių. Atpažinti ir kritiškai vertinti diskriminacijos dėl lyties, amžiaus, etninės priklausomybės ar rasės atvejus.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Skirtingi, bet vienodai vertingi http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/386/102.html		2.5.3. Gerbia skirtingos lytinės orientacijos (heteroseksualios, homoseksualios, biseksualios) asmenis, atpažįsta savo lytinius impulsus ir supranta savo lygiavertiškumą.	2.5.3.1. Pagrindžia, kodėl kiekvienas asmuo turėtų būti gerbiamas ir laikomas vertingu nepriklausomai nuo jo lytinės orientacijos. 2.5.3.2. Svarsto, kokius emocinius išgyvenimus patiria skirtingų lytinių orientacijų asmenys..

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.5. Apibūdinti priemonės, kuriomis žmonės bando didinti arba mažinti vaisingumą, diskutuoti apie šių priemonių naudojimo priežastis ir pasekmes. 2.8. Paaiškinti psichiką veikiančių medžiagų poveikį žmogaus ir jo palikuonių sveikatai. <...> Etika 4.5. Analizuoti grėsmės gyvybei ir jos išsaugojimo problemas ir argumentuotai ginti prigimtine žmogaus teisę į gyvybę. 4.5.2. Paaiškinti, kaip abortai ir eutanazija susiję su žmogaus prigimtine teise į gyvybę.	Mokslinė monografija Medicina, etika ir teisė apie žmogų iki gimimo http://www.vdu.lt/wp-content/uploads/2013/12/Medicina-etika-ir-teise.pdf	Branginti savo potencialią galimybę susilaukti vaikų	2.5.4. Paaiškina vaisingumo pažinimo būtinybę sveikatai ir naudą šeimos planavimui, siekiant susilaukti ar nesusilaukti palikuonių. 2.5.5. Apibūdina palankias ir žalingas nėštumo sąlygas.	2.5.4.1. Paaiškina žmogaus lytiškumą kaip biologinį, emocinį, intelektualinį ir dvasinį pradą. 2.5.4.2. Pagrindžia, kodėl svarbu pažinti savo kūną, pagrindžia vaisingumo saugojimo reikšmę. 2.5.4.3. Apibūdina, kad lytinio brendimo metu vykstantys pokyčiai organizme yra susiję su galimybe tapti motina ar tėvu. 2.5.4.4. Įvardija veiksnius, žalojančius ir padedančius išsaugoti vaisingumą. 2.5.4.5. Svarsto, kodėl vaikai yra neįkainojama vertybė žmogaus gyvenime. 2.5.4.6. Diskutuoja apie įvairius šeimos planavimo metodų pranašumus ir trūkumus.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas				2.5.5.1. Nurodo fizinius, psichologinius, socialinius veiksnius, būtinus sėkmingam vaisiaus išnešiojimui.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas		Vertinti lytinį potraukį kaip natūralią lytiškumo apraišką, kuria galima valdyti.	2.5.6. Nepasiduoda impulsyviai geismui, aistrai, kontroliuoja savo veiksmus, stengiasi neįskaudinti kito asmens; suvokia atsakomybę už savo lytinį elgesį ir jo pasekmes.	2.5.6.1. Įvardija, kad lytinis potraukis yra natūrali meilės santykio dalis. 2.5.6.2. Diskutuoja, kaip galima suvaldyti kilusį geismą, aistrą arba tinkamai tai išreikšti, nepažeidžiant kito asmeninių intymumo ribų. 2.5.6.3. Diskutuoja, ką reiškia atsakingas lytinis elgesys; svarsto susilaikymo nuo lytinių santykių privalumus.
3. Psichikos sveikata				
3.1. Savivertė				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>II tema. Žmogus ir tėvynė:</i> Asmens ir tautos, asmens ir tėvynės ryšys. Tautinė ir Socialinis ugdymas. Pilietiškumo ugdymas. inė asmens tapatybė. (8 ¹ .10.5.)	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 4–8) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180 J. Dzikaitė, D. Eigminienė, D. Kuolys, V. Šeina <i>Piliečius ugdančios lietuvių kalbos ir literatūros pamokos</i>	Vertinti savo unikalumą, tobulinti charakterį.	3.1.1. Vertina save kaip individualybę, remdamasis įsisąmonintomis charakterio savybėmis, pasitiki savimi.	3.1.1.1. Apibūdina savo asmens tapatumą, individualumą, unikalumą. 3.1.1.2. Aprašo savo temperamentą ir charakterį, apibūdina charakterio ypatybes, privalumus ir trūkumus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika , 1.1. nuostata, 1.7. nuostata, 1.7.1., 1.9.3. Etika 5. Pasitikėti savo gebėjimais mokytis ir ieškoti savojo pasaulio. 1.5.1. Pažinti savo galimybes renkantis pasaulimą ir profesinę veiklą, interpretuoti ją kaip savikūrą. 4. Įvertinti, kokią įtaką man daro autoritetai ir kiek stengiuosi būti autoritetas kitiems. Technologijos Pasitikėti savo jėgomis, iniciatyviai, atsakingai, racionaliai, kūrybingai spręsti problemas, rūpintis savo ir kitų saugumu.	http://www.civitas.lt/wp-content/uploads/2015/05/KR_Piliecius-ugdancios-lietuviu-kalbos-ir-literaturos-pamokos_internetui.pdf Vadovėliai ir pratybų sąsiuviniai: <i>Aš-Asmuo tematika Prasmės ieškojimai ir atradimai. Etika. IX kl.</i> <u>Prasmės ieškojimai ir atradimai. Etika. X kl.</u>			3.1.1.3. Aptaria tvirto charakterio ugdymo būdus. 3.1.1.4. Įvardija savo stiprybes ir nurodo, kaip remiantis jomis, kompensuoti silpnybes.
3.2. Emocijos ir jausmai				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. 3 potėmė. Liaudies daina ir dainiškoji poezija:</i> Liaudies dainų pasaulis – tradicinės pasaulėjautos išraiška. Jauno žmogaus paveikslas dainose. Etiniai dainų idealai. (8 ¹ .10.5.) Etika 2.1. Pozityviai vertinti vienvietę kaip žmogaus egzistencinę ir kartais pasirinktą būseną. 2.1.1. Paaiškinti, kad vienvietė yra pozityvi egzistencinė ir kartais pasirinkta būseną, o vienišumas – neigiama psichologinė žmogaus būseną. 2.1. Analizuoti vienišumo priežastis, ieškoti išeities iš šios būsenos.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 24–27) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180 Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministerija Gyvenimo įgūdžių ugdymas (9-10 klasės) Ustilaitė, Stasė; Juškelienė, Vida; Petronis, Algirdas. Paauglių lytinės elgsenos ir psichoemocinės būsenos sąsaja // Soter : religijos mokslo žurnalas. ISSN 1392-7450. 2007, [T.] 21 (49), p. 85-95.	Siekti minčių, žodžių ir veiksmų darnos.	3.2.1. Supranta jausmų vertę, priima jausmų prieštarumą, ieško jų pusiausvyros.	3.2.1.1. Įvardija įvairiose situacijose kylančius jausmus, analizuoja galimą jų prieštarumą. 3.2.1.2. Paaiškina savo jausmų pažinimo svarbą savo elgesio reguliacijai, santykių su kitais plėtočiai.
Socialinis ugdymas. Pilietiškumo ugdymas. 1. Visuomenės pažinimas ir tyrinėjimas Jausti atsakomybę už Lietuvos valstybės ir joje gyvenančių tautų gerovę. Gerbti tautos ir valstybės tradicijas, jos interesus, prisidėti prie savo tautos vertybių puoselėjimo. 1.18. Atpažinti ir nagrinėti kultūros paveldo puoselėjimo pavyzdžius. Iškelti kultūros paveldo apsaugos problemą ir siūlyti jos sprendimo būdus. 1.18.1. Paaiškinti asmens, šeimos ir tautos ryšį. 1.18.2. Paaiškinti pilietinę pareigą saugoti ir perduoti ateities kartoms kultūros paveldą. 1.18.3. Pateikti savo tautos unikalumą įrodančių pavyzdžių.	Pilietiškumo pagrindai. 1-oji kn. IX–X kl. Letukienė Nijolė, Bitlieriūtė Salomėja, Bužinskas Saulius, 2009,UAB „Šviesa“, Kaunas. Pilietiškumo pagrindai. 2-oji kn. IX–X kl. Letukienė Nijolė, Bitlieriūtė Salomėja, Bužinskas Saulius, 2009,UAB „Šviesa“, Kaunas.			

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.1. Pasiūlyti konstruktyvių netekties skausmo įveikimo būdų.	Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministerija Gyvenimo įgūdžių ugdymas (9-10 klasės) Juškelienė, Vida; Ustilaitė, Stasė. <i>Brandos egzamino baimė</i> : XI–XII klasių mokyklinio nerimo ir mokyklos baimės raiškos ypatumai // Visuomenės sveikata : mokslo darbai. ISSN 1392-2696. Nr. 3 (50) (2010), p. 69-76. Prieiga per internetą: http://www.hi.lt/uploads/pdf/visuomenes%20sv_eikata/2010.3(50)/SV_3_Juskeliene.pdf		3.2.2. Tinkamai (adekvačiai) juos reiškia, geba valdyti stresą	3.2.2.1. Nusako, kokios pasekmės savijautai ar santykiams su kitais yra galimos impulsyviai reaguojant, „nuleidžiant garą“, neapgalvotai išreiškiant intensyvius jausmus. 3.2.2.2. Įvardija keletą būdų, kaip galima išreikšti neigiamas emocijas, neįskaudinant, neįžeidžiant kitų. 3.2.2.3. Paaiškina trumpalaikio ir ilgalaikio streso poveikį sveikatai. 3.2.2.4. Įvardina streso valdymo strategijas, būdus. 3.2.2.5. Nusako egzaminų, testavimo sukeliama streso valdymo ir prevencijos būdus.
Etika 1. Padėti kitam įveikti vienišumą ir netekti. 2.1.2. Aiškinti, kokios galimos jaunuolių vienišumo ir savižudybių priežastys.	Danutė Gailienė: straipsniai ir knygos <u>Psichologinės traumos ir savižudybės sociokultūrinių pokyčių kontekste</u> <u>Gyvenimas po lūžio</u> <u>Jie neturėjo mirti: savižudybės Lietuvoje</u>	Siekti emocijų valdymo ir padėti kitiems.	Atpažįsta psichologinės krizės požymius.	Nusako psichologinės krizės požymius (elgesio, nuotaikų, minčių ir kt. pokyčius) ir žino galimus pagalbos šaltinius ir būdus.
3.3. Savitvarda				
Etika 1.2. Analizuoti pamatinius asmens poreikius saugumo, priklausomybės, savigarbos, saviraiškos, prasmės ir tikslų siekimo požiūriu, remiantis savo patirtimi – kuriems iš jų teikiu prioritetą. Technologijos Atsakingai pasitikėti savo jėgomis, protingai rizikuoti, prisiimti atsakomybę už atliktus darbus, racionaliai naudoti išteklius	Metodinė medžiaga. Etika <u>Asmeninės kompetencijos ugdymas.pdf</u> Paskaita: „Asmenybė šiuolaikiniame pasaulyje: iššūkiai ir galimybės“ https://www.youtube.com/watch?v=SzZsjUO9t0A	Valdyti savo dėmesį, mintis ir veiksmus.	3.3.1. Valdo dėmesį, aiškiai, racionaliai ir kūrybingai mąsto, elgiasi sąmoningai, geba nusiraminti, adekvačiai įvertinti situacijas, žmones, aplinkybes.	3.3.1.1. Paaiškina savireguliacijos, savikontrolės svarbą. 3.3.1.2. Nurodo būdus, kaip koncentruoti ir išlaikyti dėmesį kryptingai veiklai, siekiant norimo rezultato. 3.3.1.3. Paaiškina, kad norint adekvačiai įvertinti situacijas, žmones, aplinkybes, reikia surinkti visapusišką informaciją ir ją išnagrinėjus, priimti atitinkamus sprendimus.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Mokiniai plačiau supažindinami su šiomis Lietuvos kultūros asmenybėmis: A. Strazdu, Žemaite, Vydūnu, I. Simonaityte, M. Gimbutiene, Just. Marcinkevičiumi, S. Geda. (8 ¹ .10.5.)	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 4–6, 11–13, 24–26, 30–33) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180	Stiprinti valią.	3.3.2. Siekdamas užsibrėžto tikslo, veikia kryptingai.	3.3.2.1. Analizuoja stiprios valios reikšmę ir prasmę žmogaus gyvenimui, remdamasis žymių žmonių biografijos faktais. 3.3.2.2. Nurodo, kad ugdat

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Etika 2. Saviugdros procese tapti laisvam ir atsakingam. 1.2. Sieti savo laisvę su apsisprendimu ir atsakomybe. Numatyti, kokiose situacijose gali pasireikšti mano valios laisvė, o kokiose esu ribojamas; kokiais poelgiais realizuoju savo laisvę arba pasiduodu aplinkos įtakai.	Metodinė medžiaga. Etika Asmeninės kompetencijos ugdymas.pdf Skaitmeninė priemonė. Charakterio ugdymas http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhie_rarchy/367/102.html			valią yra svarbu nuolat kelti sau vis aukštesnius tikslus.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VIII tema. 1 potėmė. Vertybių patikrinimas: gėrio ir blogio kova:</i> Tradicinės vertybės ir elgesio normos XX amžiuje. Moralinės kolizijos, asmens pasirinkimo laisvė ir elgesio motyvai. Gėrio ir blogio vaizdiniai, jų turinys, sąsajos su kultūros tradicija. (8¹.10.5.) Etika 1.2. Spręsti pasirinkimo dilemas, svarstyti alternatyvas. 1.2.2. Paaiškinti, kaip suprantu žodžius „asmens laisvė ir jos ribos“. 3. Vadovautis savo sąžine ir moralinėmis vertybėmis. 1.4.1. Išvardyti savybes, būdingas lyderiams ir autoritetams. Technologijos Atsakingai pasitikėti savo jėgomis, protingai rizikuoti, prisiimti atsakomybę už atliktus darbus, racionaliai naudoti išteklius. 4.2. Pagal sudarytą technologinę schemą atrinkti darbo priemonės, medžiagas, saugiai, nuosekliai, kokybiškai, racionaliai organizuoti ir gaminti gaminius, kontroliuoti technologinius procesus, juos koreguoti.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“ Laisvė ir moralė http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhie_rarchy/181/102.html Laisvės rūšys http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhie_rarchy/211/102.html Sąžinė ir dorovė http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhie_rarchy/263/102.html		3.3.3. Priima iššūkius, demonstruoja charakterio tvirtumą, atkaklumą.	3.3.3.1. Nusako, kad siekiant užsibrėžtų tikslų reikia konfrontuoti su tam trukdančiomis charakterio silpnybėmis, pagundomis, nepalankiomis aplinkybėmis. 3.3.3.2. Įvardija, kad atkaklumas padeda priimti ir įveikti iššūkius, atskleisti savo potencialias galimybes, patirti pasitenkinimą pasiekus rezultato. 3.3.5.1. Įvardina saviugdros vertę ir reikšmę asmenybinei raidai.
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija				
Socialinis ugdymas. Geografija. 4. Aplinkos pažinimas ir tyrimai Skatinti iniciatyvą aktyviai veikti grupėje ir atsakomybę priimant sprendimus. 4.2. Stebinti aplinką ir atliekant tyrimus, naudoti prietaisus ir informacijos šaltinius, daryti išvadas. Gautus rezultatus įvairiomis formomis perteikti kitiems. Paaiškinti atlikto tyrimo privalumus ir trūkumus, jausti atsakomybę už atlikto darbo rezultatus.	Planas ir žemėlapis http://geografija6-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/uzduociu_lapai/uzduociu_lapas_planas_ir_zemelapis/,scenario.35,position.3	Matyti gyvenimo prasmę ir vertę, nepaisant iškylančių nesėkmių	3.4.1. Pozityviai žvelgdamas į gyvenimą, mato ir nesibaimina kylančių problemų.	3.4.1.1. Paaiškina, kaip supranta sąvokas „gyvenimo prasmė“, „gyvenimo kokybė“, „darnus vystymasis“; nusako jų sąsajas ir įtaką psichikos sveikatai. 3.4.1.2. Gyvenimo prasingumą iliustruoja įkvepiančiais realaus gyvenimo, literatūros ir kitais pavyzdžiais.
SOCIALINIS UGDYMAS. PILIETIŠKUMO UGDYMAS. 1. Socialinių ryšių kūrimas ir palaikymas				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Prisiimti atsakomybę už taikaus sambūvio kūrimą ir stiprinimą, nusiteikti taikiai spręsti konfliktus. Toleruoti kitą ir kitokį, rūpintis kitais. 3.1. Kūrybiškai ir konstruktyviai bendrauti ir bendradarbiauti su mokyklos ir vietos bendruomenių nariais. Taikyti demok-ratinio poveikio priemones (dialogą, susitarimą, derybas, kompromisą ir pan.). Taikiai spręsti nesutarimus ir konfliktus mokyklos ir vietos bendruomenėse. Diskutuoti visuomenės gyvenimo klausimais, išklaustyti kito nuomonę, pareikšti savąją, ją argumentuoti. Remiantis reikiamu įstatymu, įrodyti kurį nors socialinės neteisybės atvejį bendruomenėje, numatyti prob-lemos sprendimo būdą. 3.1.1. Apibūdinti taikaus sugyvenimo bendruomenėje sąlygas Technologijos Pasitikėti savo jėgomis, iniciatyviai, atsakingai, racionaliai, kūrybingai spręsti problemas, rūpintis savo ir kitų saugumu. 3.1. Tyrinėti medžiagų raidą, jų vietą etnokultūrai ir numatyti jų naudojimo galimybes kuriant šiuolaikiškus gaminius.	Tradicijų tęstinumas daiktuose			
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. VI tema. <i>Biblija ir jos tradicija</i>: Senojo Testamento gyvenimo išmintis ir etinės nuostatos. (8¹.10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1. Ieškoti savo gyvenimo prasmės, suvokti mokymosi ir asmeninio dalyvavimo kultūros kūrimo procese prasmę. 4.1.2. Paaiškinti skirtingas gyvenimo prasmės sampratas (mokslas, kūryba, darbas, šeima, dvasinis pasaulimas) ir jomis pagrįstas vertybes.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Gyvenimo prasmė http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhie_rarchy/71/102.html			

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika 1.3. Matematika <i>6 veiklos sritis:</i> Suprasti, kad norint priimti pagrįstus sprendimus visuomenės gyvenime reikia suprasti įvairių rūšių statistinę informaciją, mokėti ją analizuoti ir vertinti. <i>11 gebėjimas:</i> Suprasti, kaip mokantis matematikos tobulinami problemų sprendimo gebėjimai. Etika 1.1. Kelti tapatumo paieškos problemas, nurodyti būdus, kaip jas spręsti. 1.1.1. Paaiškinti, kas sudaro asmeninę ir bendruomeninę tapatybę, kaip jos susijusios. 4.1.1. Suprasti, kad gyvenimas įprasminamas darant sprendimus čia ir dabar, įvertinti savo dabarties galimybes.	<u>Pasaulėžiūrų įvairovė: pažinimo kompetencijos ugdymas mokant etikos</u>		3.4.2. Susidūręs su netikėtais iššūkiais, problemomis, kritiškai jas analizuoja ir siūlo konstruktyvius jų sprendimo būdus.	3.4.2.1. Nusako, kad kiekvienoje situacijoje, net ir skausmingoje, galima įžvelgti pozityvių aspektų, galinčių turėti prasmę ateities perspektyvoje. 3.4.2.2. Įvardija, kad egzistuoja nuo asmens valios nepriklausančių aplinkybių, kurių nepavyks pakeisti, todėl reikia prie jų prisitaikyti. 3.4.2.3. Nurodo galimus būdus, kaip susidoroti su nepalankių aplinkybių sukeltais emociniais išgyvenimais, atlaikyti stresą.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>III tema. Kūryba žmogaus gyvenime:</i> Vaizduotės ir saviraiškos svarba. Kūrybinio pasaulimo paslaptis. Meno ir tikrovės, kūrėjo ir visuomenės santykis. Kūryba kaip meilės raiška. Pasitikėjimas kitu žmogumi. (8¹.9.5.) Muzika, 1.3.2., 1.3.1., 1.6.2., 1.7. nuostata, 1.7.1., 3.1.4., 3.2., 3.2.1., 1.10.2. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.1. Svarstyti savo galimybes ir idealus. 1.5. Kelti ir apmąstyti savęs įprasminimo klausimą profesinės veiklos srityje. Adekvačiai suvokti savo galimybes ir norų ribas, juos derinti.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 9–10) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180 Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Žmogus-projektas http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhiearchy/323/102.html	Pažinti savo asmenybės galias.	3.4.3. Reflektuoja savo polinkius, galias, stiprybes.	3.4.3.1. Vadovaudamasis savo patirtimi ir lūkesčiais, aplinkinių vertinimais, įvardija savo talentus, polinkius, išgales. 3.4.3.2. Kritiškai vertina aplinkinių nuomones apie jį (ją); nusako, kurios yra palankios asmenybės ūgčiai ir teigiamo asmeninio savivaizdžio kūrimui.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>V tema. 2 potėmė. Herojinis epas:</i> Epo herojus ir jo kovos prasmė. Garbės ir šlovės samprata. (8¹.9.5.) Muzika, 2.1. nuostata Etika 1. Siekti išskirtinumo, būti panašiam į idealizuojamas asmenybes. 1.1.2. Papasakoti, kuo ir kodėl noriu būti panašus į idealizuojamas asmenybes.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 <u>Kaip tapti drąsiu žmogumi?</u>	Naudotis savo galiomis siekiant asmenybės ūgties.	3.4.4. Yra atviras iššūkiams, nebijo rizikuoti imtis naujos veiklos.	3.4.4.1. Įvardija, kad nauji iššūkiai yra asmenybės tobulėjimo prielaida. 3.4.4.2. Nusako būdus, kaip galima plėtoti savo galias. 3.4.4.3. Paaiškina, kad norint ko nors pasiekti, svarbu išdrįsti išeiti iš „komforto zonos“, kūrybiškai pažvelgti į situaciją, ieškoti inovatyvių sprendimų.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. 4 potėmė. Tapatybės raiška literatūroje:</i> Tapatybės atramos. Asmuo bendruomenėje: pareigos, apsisprendimai, įsipareigojimai, konfliktai. (8¹.9.5.) Muzika. 2.1. nuostata Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4.5. Kiek leidžia galimybės, dalyvauti prevencinėje veikloje. 3.4. Mokėti kalbėti argumentuotai, žodžiu ar raštu pateikti argumentus ginant bendruomenės interesus. 3.4.3. Argumentuoti, kad kiekvienas bendruomenės narys atsakingas už sprendimų priėmimą, aptarti, kokiais būdais jis dalyvauja priimančias bendrus sprendimus demokratinėje bendruomenėje. Pilietiškumo pagrindai <i>Visuomenės pažinimas ir tyrinėjimas</i> Gerbti kitas tautas ir kultūras, jų įvairovę. Siekti geriau pažinti kitas kultūras ir jomis domėtis. 1.21. Atpažinti ir nagrinėti rasinės, tautinės, religinės tolerancijos ir netolerancijos atvejus. <i>Dalyvavimas ir pokyčių inicijavimas bendruomenėje</i> 2.1.1. Paaiškinti aktyvaus dalyvavimo mokyklos, vietos bendruomenių ir visuomenės gyvenime prasmę. 2.1. Dalyvauti mokyklos ir vietos bendruomenių veikloje. Kelti bendrus tikslus ir jų siekti sprendžiant mokyklos ir vietos bendruomenių problemas. Organizuoti tyrimą siekiant išsiaiškinti mokyklos ar vietos bendruomenės egzistuojančią problemą, pateikti jos sprendimo planą. Aktyviai reikšti savo poziciją (rašyti laiškus, raginimus, priminimus, naudotis elektroninės valdžios teikiamomis paslaugomis, kreiptis į žmogaus teises ginančias institucijas ir pan.) socialinio gyvenimo klausimais.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 28–36) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180 <u>Didaktinis etikos žaidimas „Mano pasirinkimas“ 9-12 (I-IV gimnazijos) klasėms</u> <u>Metodinis rinkinys klasės vadovui: debatų metodikos integravimas į formaliojo švietimo sistemą</u> <u>Kalbinė ir kultūrinė įvairovė</u> <u>Tarpkultūrinis supratimas</u>	Savo indėliu siekti bendros gerovės.	3.4.5. Pasinaudodamas savo galiomis, talentais, prisideda prie bendros grupės (šeimos, klasės ar kitos) gerovės kūrimo.	3.4.5.1. Nusako, kad kiekvienas žmogus turi savitų, unikalių gebėjimų, talentų, kurie praturtina bendruomenės gerbūvį ir sudaro prielaidas jos tobulėjimui. 3.4.5.2. Įvardija, kuo jis (ji) gali prisidėti prie bendro gėrio kūrimo. 3.4.5.3. Nurodo, kad įnešdamas savo indėlį į bendrą veiklą, asmuo patiria pasitenkinimą, praturtėja kaip asmenybė, išbando ir dar geriau pažįsta save.
		4. Socialinė sveikata		
		4.1. Draugystė ir meilė		

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
II užsienio kalba Bendravimas, santykiai su bendraamžiais Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>V tema. 3 potėmė. Laisvo žmogaus laikysenos:</i> Išminties meilė ir jos svarba žmogaus tobulėjimui. Savarankiškas, kritiškas žmogus ir jo įsipareigojimai bendruomenei. Bičiulystės ir bendruomeniškumo reikšmė. (8¹.10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2. Suprasti draugystės vertę ir ją branginti. 2.2. Gebėti užmegzti draugystę, stengtis kuo ilgiau ją išsaugoti, palankiai vertinti draugą net tokiu atveju, jeigu požiūris, interesai skiriasi. Išsiaiškinti draugų lūkesčius, analizuoti skirtingus vaikinų ir merginų požiūrius į draugystę, partnerystę. 2.2.1. Žinoti, kas padeda ir kas trukdo išlaikyti draugystę; kodėl turiu būti empatiškas ir neabejingas draugui tiek išgyvenant džiaugsmą, tiek patyrus nesėkmę. 2.2.2. Paaiškinti, kokios savybės svarbios norint būti geru draugu, partneriu.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 <u>Filosofinė etika. Aš ir tu. X–XI kl.</u> Baranova Jūratė	Branginti draugystę, pripažinti jos vertę.	4.1.1. Kuria ir palaiko draugiškus santykius su kitais, pasirenka bendradarbiavimą. 4.1.1.1. Apibūdina draugystę kaip asmenis praturtinanti konstruktyvų ryšį; paaiškina kodėl verta stengtis dėl draugystės ir būti pasitikėjimo vertu draugu. 4.1.1.2. Apibūdina, koks elgesys padeda išsaugoti draugystę, o koks ją griauja. 4.1.1.3. Paaiškina, kokios jo (jos) asmeninės savybės padeda jam (jai) kurti ir išlaikyti brandžią draugystę, o kurias reiktų keisti. 4.1.1.4. Analizuoja tarp draugų kylančių konfliktų priežastis ir nurodo galimas konstruktyvias išeitis. 4.1.1.5. Paaiškina, kad verta stengtis išsaugoti santykius, palankiai vertinti draugą net tokiu atveju, net jeigu požiūriai, interesai išsiskiria.	4.1.1.1. Apibūdina draugystę kaip asmenis praturtinanti konstruktyvų ryšį; paaiškina kodėl verta stengtis dėl draugystės ir būti pasitikėjimo vertu draugu. 4.1.1.2. Apibūdina, koks elgesys padeda išsaugoti draugystę, o koks ją griauja. 4.1.1.3. Paaiškina, kokios jo (jos) asmeninės savybės padeda jam (jai) kurti ir išlaikyti brandžią draugystę, o kurias reiktų keisti. 4.1.1.4. Analizuoja tarp draugų kylančių konfliktų priežastis ir nurodo galimas konstruktyvias išeitis. 4.1.1.5. Paaiškina, kad verta stengtis išsaugoti santykius, palankiai vertinti draugą net tokiu atveju, net jeigu požiūriai, interesai išsiskiria.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VI tema. Biblija ir jos tradicija:</i> Krikščioniškoji meilės samprata. Asmens nelygstama vertė. Žmonių lygybės ir laisvės idėjos. Auka ir aukojimasis. Sakralumo patyrimas. (8¹.10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 3.1.2. Pozityviai kalbėti apie įvairias socialines grupes ir jų buvimą drauge. 6. Teigiamai vertinti kito laimėjimus, neskubėti smerkti ir teisti, kai kitas patiria nesėkmę. 2.6. Teigiamai apibūdinti kitą žmogų, jo laimėjimus. Kai kitas patiria nesėkmę, stengtis suprasti jo poelgio motyvus ir aplinkybes, į jas atsižvelgti ir pabrėžti pozityvius dalykus. Mokėti atleisti kaltę. 2.6.1. Paaiškinti, kodėl žmonės kartais nelinkę pripažinti teigiamų kito asmens savybių ir laimėjimų. 2.6.2. Pagrįsti, kodėl teisingumas yra ne kaltų ieškojimas, o atvirumas žmogui. Paaiškinti krikščioniškojo humanizmo sampratą.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 <u>Kaip ugdyti socialiai sąmoningą moksleivį</u> <u>Vaizdo medžiaga etikos pamokai Donorystė</u> Taip pat mokytojams rekomenduojama: <i>Rūpesčio etikos normatyvumo problema:</i> daktaro disertacija file:///C:/Users/OptiPlex/Desktop/1906919.pdf Straipsniai: <u>Filosofė: negalima manyti, kad pagarbos vertas tik ekonominis žmogus - LRT</u> <u>Humanistinės vertybės: ugdymas ar paneigimas</u> <u>Humanizmo samprata šiuolaikinės ugdymo paradigmos plotmėje</u>	Tobulinti savo gebėjimą atjausti, padėti kitiems.	4.1.2. Prisiima moralinę atsakomybę už savo sprendimus ir veiksmus tarpasmeniniuose santykiuose; suvokia lygiaverčių ir darnių tarpusavio santykių kūrimo svarbą; ieškodamas gyvenimo idealų, kritiškai analizuoja jų vertę.	4.1.2.1. Nurodo, kad kiekvienas žmogus turi rūpintis ne vien savo, bet ir greta esančiųjų gerove. 4.1.2.2. Aptaria būdus, kaip galima atjausti, padėti kitiems. 4.1.2.3. Paaiškina, kodėl aukojimasis, donorystė, savanoriavimas yra prasmingi žmogui ir kuo yra svarbūs visuomenės gerovei. 4.1.2.4. Pagrindžia, kodėl draugystė turi būti lygiaverčių asmenų sąjunga, kad kitu žmogumi nederėtų manipuliuoti. 4.1.2.5. Aptaria galimybes tarpasmeninius santykius keisti norima linkme.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. 2 potėmė. Pasakos gyvybingumas:</i> Pasakos perteikiamos egzistencinės patirtys. Pasakos herojus. Herojė moteris. (8¹.10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 5. Suvokti ištikimybės svarbą meilės požiūriu ir atsakomybę už nesantuokinius intymius santykius. 2.5. Analizuoti įvairias meilės sampratas: meilę kaip simpatiją, draugystę, išrinktąją meilę kaip santuokinę ištikimybę ir atsakomybę kitam. 2.5.1. Suprasti ir paaiškinti, kas yra meilė, kuo ji skiriasi nuo lytinio potraukio, trumpalaikio susižavėjimo ar seksualinio priekabiavimo.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 17–23) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180	Siekti išgyventi brandžią meilę.	4.1.3. Skiria meilę nuo įsimylėjimo.	4.1.3.1. Analizuoja, kokia yra meilės reikšmė žmogaus gyvenime, paaiškina meilės jausmo raidą. 4.1.3.2. Analizuoja įvairias meilės sampratas: meilę kaip simpatiją, meilę kaip draugystę, santuokinę meilę kaip įsipareigojimą, ištikimybę ir atsakomybę kitam. 4.1.4.4. Paaiškina, kas yra meilė, kuo ji skiriasi nuo lytinio potraukio, įsimylėjimo.
4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui				
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>VII tema. 1 potėmė. Viduramžių pasaulis, herojai ir idealai:</i> Krikščioniškoji žmogaus ir pasaulio samprata. Riteris ir riteriškumas: kova už gerį. (8¹.10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4.5.1. Paaiškinti galimas psichologines savižudybės grėsmės priežastis ir žinoti, kur kreiptis pagalbos siekiant jos prevencijos. 2.5.2. Numatyti, kaip mano santykius su kitu gali paveikti pavydas, neapykanta, bendraamžių spaudimas, seksualinis priekabiavimas, pasidavimas reikalavimui užmegzti intymius santykius, tėvų kritika ir kt. 4.5.3. Paaiškinti žalingų įpročių moralinę, visuomeninę žalą. Aptarti, kaip jie kenkia sveikatai. Aptarti keletą žalingų įpročių prevencijos būdų.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 10 (II) klasė</i> Pastaba. Medžiaga rengiama ir iki 2017 m. rugsėjo 1 d. bus paskelbta Ugdymo sode https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/kalbos/med=39/352/483 Metodinė medžiaga: <u>Savižudybių prevencija mokykloje</u> Prekybos žmonėmis prevencija: https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/dry/med=138 Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Agresyvus elgesys http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/9/102.html	Būti budriam ir atspariam rizikingose situacijose, pasipriešinti smurtui.	4.2.1. Atsispiria provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai, nepalankiai sveikatai, garbingai pasitraukia iš socialinio spaudimo ir/ar pavojingų situacijų, nuo žmonių, kurie gali būti pavojingi, bando pats suteikti pagalbą arba prašo kitų.	4.2.1.1. Išvardija aplinkos įtakos šaltinius, kurie gali daryti neigiamą poveikį jaunam žmogui. 4.2.1.2. Įvardija vidinius ir išorinius veiksnius, kurie neigiamai veikia vertybes, požiūrius, elgesį. 4.2.1.3. Pateikia tinkamų elgesio modelių rizikingose situacijose pavyzdžių; nurodo sau priimtinausią. 4.2.1.4. Nurodo asmenis ar organizacijas, į kuriuos / kurias prireikus kreiptųsi pagalbos. 4.2.1.5. Įvardina, kokių veiksmų reiktų imtis matant, kad kitas asmuo verčiamas elgtis prieš jo valią (apginti, įspėti, kviesti pagalbą ar kita).
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 2.7.5. Apibūdinti priemones, kuriomis žmonės bando didinti arba mažinti vaisingumą, diskutuoti apie šių priemonių naudojimo priežastis ir pasekmes. 2.8.3. Apibūdinti ŽIV kaip imunines ląsteles naikinantį virusą ir AIDS kaip ligą, kuri išsivysto dėl imuniteto praradimo. Nurodyti, kaip perduodamas ŽIV ir kaip nuo jo apsisaugoti.	Interneto svetainė: http://bioetika.lt/videoteka/		Geba atsakingai elgtis (supranta, kodėl verta susilaikyti nuo lytinių santykių, žino kaip, prireikus, pasinaudoti tinkamomis apsisaugoti nuo nepageidaujamo nėštumo ir / ar LPI priemonėmis).	Nusako galimas nepageidautinas lytinių santykių pasekmės: nenorimas nėštumas, nėštumo nutraukimas, LPI, nutrūkė santykiai ir kt. Nurodo, kad esant rizikingam lytiniam elgesiui yra apsisaugojimo nuo nenorimo nėštumo, LPI būdai (prezervatyvų, kontracepcijos naudojimas ir kt.). Nurodo, kad
Etika				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
5. Suvokti ...atsakomybę už nesantuokinius intymius santykius. 5. Nepradėti naujos gyvybės, kol nesi pajėgus būti atsakingas tėvas (motina).				už lytinės prievartos panaudojimą gresia ir teisinė atsakomybė. Nurodo, kur ieškoti pagalbos krizinio (nenorimo) nėštumo atveju.
I užsienio kalba Jaunimo gyvenimas: santykiai tarp žmonių, gyvenimo stilius, jaunimo problemos. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.5. Atpažinti įvairius reikalavimo intymiai bendrauti būdus. 3. Kitiškai vertinti prievartą kaip būdą spręsti problemas. 3.3. Apmąstyti nesantaikos, neapykantos priežastis, numatyti padarinius.	Prekybos žmonėmis prevencija: https://duomenys.ugdome.lt/?/mm/dry/med=138		4.2.2. Pasipriešina fiziniam, psichiniam, seksualiniam smurtui, prireikus bando suteikti pagalbą pats arba kviečia kitus.	4.2.2.1. Įvardija smurto rūšis ir požymius. 4.2.2.2. Nusako smurto poveikį ir pasekmes asmens sveikatai ir raidai. 4.2.2.3. Paaiškina, kad smurtautojai nebūtinai yra nepažįstami asmenys, smurtą naudoti gali ir artimi asmenys, šeimos nariai. 4.2.2.4. Nusako, kad patiriant smurtą, būtina jam pasipriešinti, jį nutraukti, o to nepavykus padaryti savarankiškai, kreiptis pagalbos. 4.2.2.5. Nurodo asmenis, kuriais pasitiki, ar organizacijas, į kuriuos / kurias prireikus kreiptųsi pagalbos; žino pagalbos tarnybų telefono numerius.
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. <i>IV tema. 4 potėmė. Tapatybės raiška literatūroje:</i> Moters vaidmens aktualizavimas. Savivertės gynimas ir priešinimasis aplinkos brutalumui. Tautinės bendruomenės tapatybės ir orumo gynimas. Tradicinis etosas – vertybės, papročiai, principai. (8 ¹ .10.5.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4. Pagarbiai žvelgti į kitos lyties bendraamžius ir kritiškai vertinti su lytiškumu susijusius stereotipinius įvaizdžius. 2.4. Atpažinti su lytiškumu susijusius mąstymo stereotipus. Įvertinti asmeninius tarpusavio santykius, norima linkme juos keisti. Pagarbiai bendrauti su kitos lyties bendraamžiais.	Metodinė medžiaga <i>Literatūrinis (kultūrinis) ugdymas. Dalykinės ir metodinės medžiagos elektroniniai šaltiniai. 9 (I) klasė</i> (psl. 28–36) https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/4180 10-12 klasėms: Medijų ir informacinio raštingumo ugdymo metodinė medžiaga 13 tema: Medijos ir stereotipai Naudingas straipsnis norintiems daugiau pasidomėti stereotipų reiškiniu: Agnė Kairiūnaitės interviu su Vytauto Didžiojo universiteto (VDU) Politikos mokslų ir diplomatijos fakulteto prodekanu dr. Linu Venclausku „ Mokslininkas: gajausi stereotipai šiandien – apie tautinės mažumas ir homoseksualus “, LRT Klasikos laida „Manasis aš“, LRT.lt, 2013-08-18. Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir	Atsispirti stereotipų įtakai, vertinti savąjį unikalumą	4.2.3. Kritiškai vertina bendraamžių, žiniasklaidos, teisinio reguliavimo, masinės kultūros, ideologijų spaudimo, lyčių stereotipų įtaką lytiškumo raiškai, bendravimui.	4.2.3.1. Analizuoja bendraamžių, žiniasklaidos, masinės kultūros, ideologijų spaudimo, reklamos, lyčių stereotipų įtaką asmens savivokai, lytiškumo raiškai. 4.2.3.2. Kritiškai vertina išorės brukamus išvaizdos ar elgesio stereotipus; nusako asmens savitumo, saviraiškos svarbą asmenybės savirealizacijai.
Žmogaus sauga				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
	sveikatos modulių 9–10 (I–II gimnazijos) klasėms programoms įgyvendinti https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3486 Sveikatos ugdymo modulio užduočių komplektas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3488			
Etika 3. Saugiai naudotis internetu ir bendravimo virtualioje aplinkoje priemonėmis. 2.3.1. Paaiškinti, kaip modernios IKT priemonės keičia žmonių bendravimą šiuolaikiniame pasaulyje. 2.3.2. Žinoti bendravimo internete priemonių naudojimo tikslus ir problemas. 2.3.3. Papasakoti apie žalingos informacijos prevencijos programą „Saugesnis internetas“.	„Reklamos poveikio vaikams (nepilnamečiams) įvertinimas“  Europos Sąjungos bendrai finansuota Europos infrastruktūros tinklų priemonė http://www.draugiskasinternetas.lt/lt IT Nuotolinis informacijos ir komunikacijos technologijų (IKT) kursas „Apsaugokime save ir vaikus internete“	Saugiai ir pagarbiai elgtis virtualioje erdvėje	4.2.4. Sąmoningai laikosi saugaus interneto vartojimo taisyklių, pagarbiai reiškia nuomonę virtualioje erdvėje, skiria viešą ir privačią informaciją, supranta moralinę ir teisinę atsakomybę už privačios informacijos platinimą.	4.2.4.1. Nusako pagrindines bendravimo virtualioje erdvėje etikos, saugaus interneto vartojimo taisykles (neteikia savo ir kitų asmeninės informacijos, neina susitikti su naujais pažįstamais iš virtualios erdvės neinformavęs suaugusiųjų ir kita). 4.2.4.2. Nusako moralinę atsakomybę už savo nuomonės reiškimo virtualioje erdvėje kultūrą. 4.2.4.3. Įvardija teisinę ir moralinę atsakomybę už privačios informacijos platinimą, diskriminacinio, įžeidžiančio, smurtą ir neapykantą kurstančio turinio internete platinimą. 4.2.4.4. Nurodo, kur galima kreiptis norint pašalinti nepageidaujamą turinį iš virtualios erdvės (interneto svetainių administratorių, policiją ar kita).
Lietuvių kalbos ir literatūros PUBP. Tinkamų kalbos formų pasirinkimas bendraujant žodžiu ir raštu, elektroninėmis priemonėmis, atsižvelgiant į bendravimo tikslus. Bendravimas internetinėse pokalbių svetainėse. Lingvistinė etika, orumas. Komplimentų etika. Anonimiškumo poveikis kalbos vartojimui. Kalbos laisvė ir jos ribos. Tinklalapiai. Informacijos internete patikimumo vertinimas. (8 ¹ .10.2.)				
IT 9-10 klasės				
Etika 2.3. Įvertinti bendravimo internete priemonių teikiamas galimybes – naudą ir grėsmes. Pranešti apie aptiktą žalingą informaciją internete (pornografinio, pedofilinio, rasinę ir tautinę nesantaiką, smurtą ar patyčias kurstančio pobūdžio). Laikytis „saugesnio interneto“ taisyklių.	Prekybos žmonėmis prevencija: https://duomenys.ugdome.lt/?mm/dry/med=138		4.2.5. Žino ir geba atsispirti viliojimo, seksualinio priekabiavimo, prekybos žmonėmis internete pavojams, o prireikus pasipriešinti ir kreiptis pagalbos.	4.2.5.1. Paaiškina, kaip vaikai ir jauni žmonės gali būti įtraukiami į pavojingas veiklas: verbuojami vykdyti nusikaltimus, įtraukiami į pornografiją, prostituciją, įviliojami vergauti ar kita. 4.2.5.2. Kitiškai vertina pasiūlymus telefonu, virtualioje erdvėje, įvardija, kad kilus menkiausiai įtarimui dėl galimo įtraukimo į rizikingas

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				veiklas ir (ar) nusikalstamas veikas, būtina informuoti atsakingus suaugusiuosius..
Socialinis ugdymas. Geografija. 2. Geografinės informacijos skaitymas Ugdyti pagarbą, tausojamąjį požiūrį į gamtą ir į socialinę aplinką, į jos įvairovę, ugdyti nusiteikimą koreguoti gyvenimo būdą, įpročius, ūkinę veiklą įvertinus jų poveikį aplinkai. 2.10. Analizuojant statistikos duomenis, diagramas, įvertinti gyventojų demografinę sudėtį, socialinių grupių struktūrą ir dinامينius procesus. Apskaičiuoti ir grafiškai pavaizduoti gyventojų demografinių rodiklių kaitą, daryti apibendrinimus ir išvadas.	Gyventojų skaičiaus kaita http://smp2014ge.ugdome.lt/index.php/site/mo/mo_id/117			

11. Mokinių pasiekimai. 11–12 klasės:

		Mokinių pasiekimai		
BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.1.1. Aptarti sveikatos ir sveikos gyvensenos sampratas. <...> I užsienio kalba Sveikas gyvenimo būdas; gyvenimas mieste ir kaime; sportas, sveika mityba ir kt. Technologijos Kulinarinis Lietuvos ir pasaulio paveldas 3.1. Analizuoti įvairias medžiagas, įvertinti jų savybes	Metodinės rekomendacijos žmogaus saugos ir sveikatos modulių 11–12 (III–IV gimnazijos) klasėms programoms įgyvendinti https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3517 Sveikatos ugdymo modulio užduočių kompleksas https://sodas.ugdome.lt/metodiniai-dokumentai/perziura/3518	Pripažinti sveikatą kaip vertybę.	1.1. Analizuoja visuminės sveikatos požymius, gyvenimo būdo ir aplinkos įtaką savo ir kitų sveikatai, gyvenimo kokybei.	1.1.1. Pagrindžia visuminę sveikatos sampratą. 1.1.2. Paaikškina sveikatai palankaus elgesio ir gyvenimo kokybės sąsajas. 1.1.3. Įvardija asmenines, šeimos, bendruomenės sveikatos tausojimo ir stiprinimo problemas. 1.1.4. Analizuoja ir pagrindžia sveikatos problemų sprendimo alternatyvas.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.1.2. Susieti gerą fizinę ir psichologinę savijautą. II užsienio kalba Sveikata (kūno dalys, savijauta, asmens higiena, <i>ligos, lankymasis pas gydytoją</i>) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.3. Mandagiai elgtis įvairiose situacijose.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Bendravimo etiketas http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/144/102.html	Tausoti ir stiprinti savo ir kitų sveikatą.	1.2. Sąmoningai ir nuosekliai renkasi sveiką gyvenimo būdą įvairiose, taip pat ir nepalankiose, aplinkose.	1.2.1. Analizuoja, kas palanku ir kas kenkia sveikatai, kaip sveika gyvensena lemia geresnę savijautą ir sveikatą. 1.2.2. Analizuoja sveikatos tausojimą ir stiprinimą palankiose ir nepalankiose aplinkose.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.1.1. <...> Paaikškinti sveikatos saugojimo ir tausojimo būdus, naudą. Etika 1.3.2. Paaikškinti, kodėl pagarbumas, santūrumas ir atsakingas elgesys kuria palankų psichologinį klimatą.	LIONS QUEST „Raktai į sėkmę” (IX – XII klasėms) http://lions-quest.lt/raktai-i-sekme/		1.3. Įsivertina savo sveikatą, savijautą ir atpažįsta jų pokyčius, susiję juos su savo elgesiu, aplinka, galimais sveikatos tausojimo ir stiprinimo būdais bei priemonėmis.	1.3.1. Įvardija ir analizuoja savo elgesio poveikį ir aplinkos veiksnius stiprinančius ir kenkiančius sveikatai. 1.3.2. Pateikia pavyzdžių, kai savijautos pokyčiai signalizuoja apie pablogėjusią ar pagerėjusią sveikatą, paaikškina, kada tikslinga kreiptis pagalbos į specialistus.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.1.1. <...> Paaikškinti sveikatos saugojimo ir tausojimo būdus, naudą. Muzika , b.k. 3.4.4., i.k. 3.4.1. 1.nuostata			1.4. Išsikelia sveikatos tausojimo ir stiprinimo trumpalaikius ir ilgalaikius tikslus; planuoja ir organizuoja savo ir kitų sveikatinimo veiklas.	1.4.1. Analizuoja sveikatinimo veiklų trumpalaikį ir ilgalaikį poveikį, pateikia sėkmingų sveikatinimo veiklų pavyzdžių. 1.4.2. Pateikia aplinkos ir aplinkinių trumpalaikio ir ilgalaikio poveikio sveikatai pavyzdžių.
Etika 2.1. Svarstyti ir interpretuoti įvairias šeimos sampratas, suprasti šeimos formų įvairovę. 2.1.1. Žinoti įvairių sričių moksliniuose darbuose	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Tematika Šeima http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/1	Stengtis tausoti ir stiprinti darną šeimą	1.5. Analizuoja įvairius šeimos modelius istoriniame bei kultūriniame	1.5.1. Įvardija, kaip kito šeimos modelis istoriniame kontekste. 1.5.2. Palygina skirtingų kultūrų šeimos sampratas; analizuoja

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
pateikiamas šeimos sampratas. Suprasti ne tik etinį, bet ir esminį požiūrį į šeimą. 2.1.2. Mokėti apibūdinti įvairias šeimos formas. Žinoti, kas yra branduolio tipo, išplėstinė ir nepilna šeima. 2.2. Analizuoti šeimos instituciją kultūros, valstybės ir visuomenės kontekste. Aptarti valstybinės šeimos politikos ir šeimos etikos sąsajas. Aptarti, kas yra tradicinė lietuvių šeima, lyginti jos bruožus su dabartine šeimos samprata. Argumentuoti, kodėl šeima yra vertybė. Gebėti formuluoti ir pagrįsti savo individualų požiūrį į šeimos instituciją. Technologijos Nuostata: toleruoti modernius ir tradicinius technologinius sprendimus, pozityvią jų kaitą ir dermę Modulis: Kulinarinis Lietuvos ir pasaulio paveldas	17/102.html http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/388/102.html		kontekstuose.	įvairių kultūrų šeimos modelių privalumus ir trūkumus.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4.3. Analizuoti ir kritiškai įvertinti šeimos narių vaidmenis ir pareigų pasidalijimą, aptarti simetrinį ir nesimetrinį šeimos modelius. 4.3.2. Svarstyti vyro ir moters vaidmenis šeimoje, įvertinti juos praeities, dabarties ir ateities lūkesčių kontekste. Suprasti profesinio ir šeimos gyvenimo dermės svarbą. 2.2.1. Suprantant kultūrinę šeimų įvairovę, paaiškinti lietuvių šeimos savitumą. Apibūdinti tradicinėje šeimoje vyravusių santykių modelį.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Tematika Šeima http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/17/102.html http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/388/102.html		1.6. Paaiškina, kaip supranta lygiavertį ir lygiateisį moters ir vyro vaidmenis šeimoje.	1.6.1. Analizuoja vyro ir moters vaidmenų šeimoje, bendruomenėje ir visuomenėje įvairovę, raiškos galimybes, kritiškai vertina stereotipus.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.5. Svarstyti, kokie santuokos motyvai būtų vienodai brandūs ar moralūs. 2.5.1. Nusakyti, kokie gali būti santuokos motyvai. 2.5.2. Paaiškinti, kaip supranta posakius: „santuoka iš meilės“ ir „santuoka iš išskaičiavimo“. 2.6. Diskutuoti, ar santuoka tikrai yra šeimos kūrimo pradžia. 2.6.1. Paaiškinti santuokos ir šeimos santykį.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Santuoka – šeimos kūrimo pagrindas http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/388/102.html		1.7. Nusako santuokinės meilės, gyvenimo šeimoje puoselėjimo būdus.	1.7.1. Pagrindžia gyvenimo santuokoje ir gyvenimo nesusituokus privalumus ir trūkumus. 1.7.2. Įvardija dažniausiai pasitaikančias sutuoktinių bendravimo klaidas ir jų vengimo kelius.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas. Etika 4.2.1. Suprasti šeimos kaip pagrindinio socializacijos	Tėvai ir vaikai <u>Filosofinės etikos chrestomatija XI–XII klasei</u> Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“.		1.8. Suvokia tėvų įsipareigojimus vaikams ir atsakomybę už juos šeimos skyrybų atveju.	1.8.1. Analizuoja skyrybų priežastis, jų pasekmes asmens, šeimos, bendruomenės ir visuomenės gerovei. 1.8.2. Įvardija, kad ir po

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
instituto reikšmę. 4.4. Analizuoti vyro ir moters, tėvų ir vaikų santykius, jų įtaką darniam šeimos funkcionavimui. 4.4.2. Suprasti šeimos santykius kaip kintamą procesą, reikalingą visų šeimos narių pastangų ir kūrybingumo. 4.4.3. Paaiškinti tėvų ir vaikų santykių problemas, jų priežastis ir įveikimo būdus. 5.3. Aptarti skyrybų skaičiaus augimą Lietuvoje. 5.3.1. Suprasti skyrybų pasekmes buvusiems sutuoktiniams ir jų vaikams. 5.5.1. Suprasti ir įvertinti migracijos padarinius partnerystei ir vaikams.	http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/101/102.html			skyrybų vaikas turi abu tėvus, kurie privalo tenkinti vaiko poreikius (su juo bendrauti, juo rūpintis, mylėti ir kita). Analizuoja skyrybų pasekmių šeimos nariams įveikos galimybes.
2. Fizinė sveikata				
2.1. Fizinis aktyvumas				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.3. Paaiškinti reguliarios mankštos poveikį atamos ir judėjimo, širdies ir kraujagyslių, kvėpavimo sistemų veiklai ir apskritai sveikatai. Kūno kultūra		Siekti būti stipriam, koordinuotam, lankstiam, gerai valdyti savo kūną.	2.1.1. Kasdien mankštintis, savarankiškai tikslingai atlieka savo organizmui naudingus įvairaus sudėtingumo fizinės ypatybės (jėgą, greitumą, ištvermę, lankstumą, vikrumą) lavinančius pratimus ir savo pavyzdžiu skatina tai daryti aplinkinius.	2.1.1.1. Išmano fizinių ypatybių lavinimo pagrindinius principus, būdus, ypatumus; pataria kitiems prisitaikyti juos savo poreikiams. 2.1.1.2. Paaiškina, kokie fiziniai pratimai, kokioms organizmo funkcijoms palaikyti ir stiprinti yra tinkamiausi.
Kūno kultūra Technologijos Modulis: turizmas: 8.2.3.5.1. Kelionės organizavimo paslaugos 8.2.3.5.2. Turizmo informacijos paslaugos 8.2.3.5.3. Vežimo, pramogų ir kitos turizmo paslaugos	Turizmas, viešbučių aptarnavimas ir viešasis maitinimas		2.1.2. Susidaro sau ir kitiems (šeimos nariams, mažesniems ir taip toliau) fizinių pratimų kompleksą, skirtą įvairioms organizmo funkcijoms palaikyti.	2.1.2.1. Apibūdina bent kelias veiksmingas kūno lavinimo pratimų sistemas, leidžiančias darniai lavinti kūną. 2.1.2.2. Išmano fizinius krūvius, fizinio aktyvumo apimtį, rekomenduojamas skirtingiems amžiaus tarpsniams.
Kūno kultūra		Kūrybiškai išnaudoti įvairias aplinkas, priemones, daiktus judėjimo poreikiams tenkinti.	2.1.3. Pritaiko įvairias aplinkas judėjimo poreikiui patenkinti; propaguoja įvairias fizinio aktyvumo veiklas šeimoje, tarp bendraamžių, bendruomenėje ir visuomenėje.	2.1.3.1. Išmano, kaip panaudoti artimoje aplinkoje esamą įrangą, priemones, daiktus kasdieniams judėjimo poreikiams tenkinti. 2.1.3.2. Išmano, kokios fizinio aktyvumo formos tinkamos šeimoje, bendruomenėje, visuomenėje.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.3.1. Remiantis supratimu apie atamos ir judėjimo sistemą aiškintis taisyklingos laikysenos ir aktyvaus gyvenimo būdo reikšmę žmogaus sveikatai.		Rūpintis savo laikysena.	2.1.4. Turi įprotį taisyklingai sėdėti, judėti, stovėti.	2.1.4.1. Paaiškina taisyklingos laikysenos principus, poveikį sveikatai, veiksnius nuo kurių ji priklauso ir laikysenos lavinimo

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Kūno kultūra Etika 1.5. Įvertinti gerų manierų ir tinkamo elgesio prasmę šiuolaikiniame pasaulyje. 1.5.1. Apibūdinti elgesio kultūros estetiką ir elgesio kultūros dorovinį bei pragmatinį aspektus.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Kultūriniai etiketo savitumai http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/120/102.html			būdus. 2.1.4.2. Įsivertina savo laikyseną; suprantą, kad ydingą laikyseną būtina koreguoti ir prirėkus kreiptis pagalbos į specialistus.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.3.2. Remiantis supratimu apie dujų apykaitą tarp alveolių ir kraujo, tarp kraujo ir organizmo audinių ląstelių apibūdinti sporto įtaką viso organizmo ištvermei didinti. 5.3.3. Remiantis plaučių tūrio matavimo tyrimais ar įvairiuose šaltiniuose pateikta informacija apibūdinti gyvybinę plaučių talpą.		Taisyklingai kvėpuoti, grūdintis.	2.1.5. Taisyklingai kvėpuoja, pasinaudoja kvėpavimo pratimų galimybėmis.	2.1.5.1. Paaikšina pagrindinius taisyklingo, gilaus kvėpavimo principus ir kvėpavimo poveikį sveikatai; pademonstruoja įvairius kvėpavimo pratimus.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas			2.1.6. Grūdinasi pakankamai būdamas atvira ore, saulėje, vandenyje.	2.1.6.1. Paaikšina natūralios aplinkos ir grūdinimosi naudą, aptaria įvairias galimybes, kaip ją gerai išnaudoti.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas		Būti atsakingam ir be reikalo nerizikuoti.	2.1.7. Tikslingai laikosi pats ir pataria kitiems laikytis saugaus elgesio taisyklių judant, siekiant išvengti ir/ar sumažinti traumų riziką.	2.1.7.1. Analizuoja traumų priežastis, siūlo, kaip sumažinti traumų riziką sportuojant ir atliekant įvairias fizines veiklas.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas		Objektyviai vertinti siūlomas priemones ir paslaugas, skirtas sveikatai stiprinti.	2.1.8. Tikslingai atsirenka savo sveikatos poreikiams tinkamas priemones ir paslaugas.	2.1.8.1. Randa ir objektyviai įvertina informaciją apie galimą teigiamą ir neigiamą siūlomų priemonių ir paslaugų poveikį fizinei sveikatai.
2.2. Sveika mityba				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.2.1. Remiantis supratimu apie organines, neorganines medžiagas ir cheminius junginius aptarti aminorūgščių, riebalų rūgščių ir vitaminų reikšmę kasdienėje mityboje. 5.2.2. Vainikinių širdies arterijų ligų ir jas sukeliančių rizikos veiksnių pavyzdžiu aptarti ir diskutuoti apie netaisyklingos mitybos pasekmes. B.5.2.2. Apibūdinti energijos ir maisto medžiagų poreikio skirtumus atsižvelgiant į amžių ir fizinį aktyvumą. Technologijos Technologijų kryptis: Turizmas ir mityba	Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“	Rinktis sveikus maisto produktus atsižvelgiant į jų naudingumą savo sveikatai.	2.2.1. Kasdien nuosekliai laikosi sveikos mitybos principų ir taisyklių įvairiose, taip pat ir nepalankiose, aplinkose. Skatina ir padeda tai daryti kitiems.	2.2.1.1. Pagrindžia sveikos mitybos principus ir taisykles, jų poveikį sveikatai. 2.2.1.2. Analizuoja savo organizmo būklę ir ją susieja su savo mityba. 2.2.1.3. Analizuoja, kaip išvengti valgymo ir mitybos sutrikimų, dalijasi įžvalgomis bei patirtimi su kitais. 2.2.1.4. Analizuoja mitybos poveikį fiziniam aktyvumui, sporto pasiekimams, nęstumui, vaisiaus vystymuisi.
Gamtamokslinis ugdymas. Chemija 7.4.3. paaikškinti metanolio, etanolio ir etandiolio			2.2.2. Renkasi sveikus produktus, gaminius,	2.2.2.1. Analizuoja ir paaikškina, kokios maisto produkto savybės

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
poveikį organizmui, nurodyti šių atoholių taikymą chemijos pramonėje ir buityje. 8.1.4. paaiškinti riebalų energetinę reikšmę organizmui. 8.1.5. Nurodyti ryšį tarp riebalų naudojimo maistui ir organizmo polinkio į širdies ir kraujagyslių ligas. 8.2.5. Apibūdinti baltymų apykaitą organizme. 8.3.6. Apibūdinti krakmolo reikšmę organizmui. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.2.1. Remiantis supratimu apie organines, neorganines medžiagas ir cheminius junginius aptarti aminorūgščių, riebalų rūgščių ir vitaminų reikšmę kasdienėje mityboje. 5.2.2. Vainikinių širdies arterijų ligų ir jas sukeliančių rizikos veiksnių pavyzdžiu aptarti ir diskutuoti apie netaisyklingos mitybos pasekmes. 5.2.2. Apibūdinti energijos ir maisto medžiagų poreikio skirtumus atsižvelgiant į amžių ir fizinį aktyvumą. Etika 2.5. Analizuoti lietuvių ir kitų šalių tautinius valgius, ritualus, valgymo kultūrą, gebėti kultūringai bendrauti ir elgtis prie stalo.			pasiruošia įvairius sveikus patiekalus.	lemia jo vertę žmogaus mitybai. 2.2.2.2. Paaiškina, kaip pagaminti įvairius mėgstamus sveikus patiekalus. 2.2.2.3. Paaiškina, kaip netinkamas maisto produktų, gaminių vartojimas susijęs su sveikatos sutrikimais ir yra lėtinių ligų rizikos veiksnys. 2.2.2.4. Paaiškina organinių maisto medžiagų biologinę svarbą susiedamas su ląstelėje vykstančiais procesais.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.2.1. Remiantis supratimu apie organines, neorganines medžiagas ir cheminius junginius aptarti aminorūgščių, riebalų rūgščių ir vitaminų reikšmę kasdienėje mityboje. 5.2.2. Vainikinių širdies arterijų ligų ir jas sukeliančių rizikos veiksnių pavyzdžiu aptarti ir diskutuoti apie netaisyklingos mitybos pasekmes. 5.2.2. Apibūdinti energijos ir maisto medžiagų poreikio skirtumus atsižvelgiant į amžių ir fizinį aktyvumą. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.5.1. Pristatyti lietuvių valgymo tradicijas, šventes, liaudies užstalės etiketą, paaiškinti svarbiausias tvarkos prie stalo taisykles. Technologijos Kulinarinis Lietuvos ir pasaulio paveldas	<u>Knyga Stalo serviravimas. Elgesys prie stalo Apie liaudies etiketą Panevžio krašte XX amžiuje</u> Baltrušaitis, V. <i>Liaudies etiketo bruožai</i>. Gervėčiai. Vilnius, 1989. <u>Lietuvių valgymo įpročiai tremtyje</u> <u>Pamokų ciklas. Mityba ir sveikata tradicinėje kultūroje</u> <u>Tradicijos - Šeimos gyvenimo šventė</u> Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“ Kulinarinis paveldas		2.2.3. Parengia sveiko maitinimosi planą atsižvelgdamas į galimybes, poreikius ir panašiai.	2.2.3.1. Argumentuotai paaiškina, kuo remdamasis sudaro savo maitinimosi planą, koks maistas ir jo kiekis reikalingas tam tikro amžiaus, fiziškai aktyviam ir fiziškai pasyviai žmogui.
Gamtamokslinis ugdymas. Chemija 8.4.1. pateikti įvairių maisto priedų ir papildų pavyzdžių. 8.4.2. paaiškinti maisto priedų naudojimo priežastis. 8.4.3. Nurodyti, kokį poveikį žmogaus organizmui gali turėti vartojami maisto papildai.	<u>Mokinių mitybos įpročiai - Higienos institutas</u>		2.2.4. Atsirenka pagrįstais argumentais paremtą informaciją apie mitybą.	2.2.4.1. Naudodamasis įvairiais ir kokybiškais informacijos šaltiniais analizuoja informaciją apie mitybos teorijas, kitus svarbius mitybos aspektus

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.2.3. Kitiškai vertinti maiste esančių maisto priedų, žymimų E raide, poveikį sveikatai, suprasti sveikos (racionalios) mitybos principus, jos įpročių formavimo reikšmę žmogaus dvasinio ir fizinio gyvenimo kokybei. Remiantis badavimo, anoreksijos arba nutukimo pavyzdžiais aptarti netaisyklingos mitybos pasekmes ir diskutuoti apie jas. Etika 2.5.2. Susipažinti su kitų šalių valgymo kultūros papročiais. Technologijos 2.1.1. Paaiškinti, kaip ir kur galima rasti informacijos 2.2.1. Paaiškinti, kaip rado ir kaupė informaciją pagal numatytą paieškos planą	<u>Apie vakarietišką maisto kultūrą šiandien Lietuvoje</u> <u>Kalbinė ir kultūrinė įvairovė</u>			(dietas, kūno įvaizdį, vitaminus, maisto priedus, maisto papildus, genetiškai modifikuotus organizmus, maisto teršalus ir taip toliau) ir pateikia duomenis kitiems.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. B.5.2.4. Išsiaiškinti, kokie virškinimo sistemos sutrikimai dažniausi Lietuvoje. Aptarti šių sutrikimų priežastis ir galimus būdus jiems išvengti. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos 2.1.1. Paaiškinti, kaip ir kur galima rasti informacijos 2.2.1. Paaiškinti, kaip rado ir kaupė informaciją pagal numatytą paieškos planą 2.3. Atliktame darbe informatyviai ir aiškiai pateikti informaciją	<u>Sveikos mitybos rekomendacijos</u>	Skleisti sveikos mitybos principus savo aplinkoje.	2.2.5. Propaguoja sveiką mitybą šeimoje, tarp bendraamžių ir bendruomenėje.	2.2.5.1. Argumentuotai ir patraukliai pristato sveikos mitybos principus ir taisykles, jų poveikį sveikatai. Supranta, kad turimomis žiniomis reikia dalytis su kitais.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos 2.1.1. Paaiškinti, kaip ir kur galima rasti informacijos 2.2.1. Paaiškinti, kaip rado ir kaupė informaciją pagal numatytą paieškos planą 2.3. Atliktame darbe informatyviai ir aiškiai pateikti informaciją		Būti atspariam aplinkos spaudimui, kritiškai nusiteikusiam reklamos manipuliacijoms.	2.2.6. Atsispiria aplinkos spaudimui, reklamos peršamai informacijai apie kūno įvaizdį, dietas, maisto gaminius ir taip toliau.	2.2.6.1. Paaiškina informacijos apie mitybą tinkamą ir netinkamą pateikimą, panaudojimą nuomonei formuoti, galimus manipuliavimo žmonėmis atvejus, reklamos keliamus pavojus. 2.2.6.2. Aptaria, kas daro įtaką kūno įvaizdžio susiformavimui.
2.3. Veikla ir poilsis				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4.5. Paaiškinti rekreacinę šeimos funkciją.		Derinti miego, mokymosi ir laisvalaikio veiklas, būti darbingam ir gerai jaustis.	2.3.1. Sąmoningai ir racionaliai planuoja savo veiklą ir poilsį.	2.3.1.1. Paaiškina, kaip racionaliai derinti miego, mokymosi ir laisvalaikio veiklas. 2.3.1.2. Įvardija ir įvertina

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
4.5.1. Suprasti turiningo laisvalaikio reikšmę. Technologijos. Turizmas: Kelionės organizavimo paslaugos Vežimo, pramogų ir kitos turizmo paslaugos. Apgyvendinimo paslaugos. Viešbučių paslaugos 4.4. Argumentuoti sukurto produkto naudą žmonėms ir aplinkai 4.4.1. Paaiškinti, kaip apibrėžti sukurto produkto naudą aplinkai	Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“			skirtingų veiklų (miego, mokymosi ir laisvalaikio) poveikį organizmui. 2.3.1.3. Pateikia tikslingų/kokybiškų šių veiklų derinimo pavyzdžių.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas			2.3.2. Palaiko savo protinį darbingumą, laikydamasis racionalaus darbo ir poilsio derinimo siūlo, ką būtų galima keisti ir tobulinti.	2.3.2.1. Analizuoja veiksnius, lemiančius protinį darbingumą.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas			2.3.3. Tausoja regėjimą ir klausą ir padeda tai daryti kitiems.	2.3.3.1. Analizuoja regos ir klausos sutrikimų prevencines priemones.
2.4. Asmens ir aplinkos švara				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 5.4. Apibūdinti, kaip žmogaus organizmas yra prisitaikęs apsisaugoti nuo žalingo mikroorganizmų poveikio, ir išvardinti profilaktikai naudojamas priemones. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1. Suprasti ir vadovautis požiūriu: „aš esu susijęs su visu pasauliu ir pasaulis su manimi“. 2. Stebėtis supančios aplinkos grožiu. 3. Apmąstyti, kad asmens būtis prasminga, jei žmogus gyvena palikdamas teigiamą pėdsaką aplinkoje. 4. Rūpintis aplinkosauga ir savanoriauti. Technologijos Viešasis maitinimas: 8.2.3.6.1. Viešojo maitinimo įstaigos 8.2.3.6.2. Svečių maitinimas 8.2.3.7. Viešbučių aptarnavimas: 8.2.3.7.1. Apgyvendinimo paslaugos 8.2.3.7.2. Viešbučių paslaugos 8.2.3.7.3. Kambarių aptarnavimas	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Ekolginė eetika http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/69/102.html Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“	Siekti gyvenimo kokybės.	2.4.1. Sąmoningai rūpinasi savo ir aplinkos švara.	2.4.1.1. Paaiškina kasdienių asmens kūno priežiūros įpročių naudą. 2.4.1.2. Pateikia natūralių organizmo valymo priemonių pavyzdžių (kvėpavimas, vanduo, pirtys, arbatos, sultys). 2.4.1.3. Analizuoja užkrečiamųjų ligų prevencijos būdus ir priemones. 2.4.1.4. Kitiškai vertina asmens ir aplinkos švaros įtaką sveikatai ir gyvenimo kokybei.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos Viešasis maitinimas: 8.2.3.6.1. Viešojo maitinimo įstaigos 8.2.3.6.2. Svečių maitinimas 8.2.3.7. Viešbučių aptarnavimas: 8.2.3.7.1. Apgyvendinimo paslaugos	Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“	Kitiškai vertinti higienos priemones ir paslaugas.	2.4.2. Sąmoningai ir kitiškai renkasi higienos priemones ir paslaugas.	2.4.2.1. Pateikia argumentų apie tinkamų, ekologiškų asmens higienos priemonių ir paslaugų pasirinkimą. 2.4.2.2. Paaiškina neatsakingo higienos priemonių ir paslaugų naudojimo pasekmes sveikatai.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
8.2.3.7.2. Viešbučių paslaugos 8.2.3.7.3. Kambarių aptarnavimas				2.4.2.3. Paaškina reklamos įtaką asmens higienos priemonių ir paslaugų pasirinkimui.
Gamtamokslinis ugdymas. Fizika 3.3.4. Nusakytiorodėgmės reikšmę žmogui ir jo aplinkai. 3.7.2. Nurodyti šiluminių variklių svarbą technikoje ir kasdieniame gyvenime, jų pranašumus ir trūkumus, keliamas ekologines problemas ir galimus jų sprendimo būdus. 6.4.5. Nusakytia saugos nuo radioaktyviosios spinduliuotės būdus. Gamtamokslinis ugdymas. Chemija 3.1.3*. paašškinti iškastinio kuro svarbą šiuolaikinei energetikai. Apibūdinti degimo produktų įtaką aplinkai ir nurodyti pagrindinius alternatyviuosius energijos šaltinius. 4.1.2. Apibūdinti katalizatorių ir fermentų veikimą, pateikti jų naudojimo pavyzdžių. 4.1.3*. paašškinti automobilių katalizatorių taikymą mažinant aplinkos taršą. 4.2.2*. bendrais bruožais apibūdinti gamtos saugines problemas, susijusias su amoniako, azoto rūgšties ir sieros rūgšties gamyba 5.4.3*. Apibūdinti svarbiausius oro, vandens ir dirvožemio taršos šaltinius ir jų žalą aplinkai: statiniams, dirvožemiui, augalams ir gyvūnams. Siūlyti būdų taršai mažinti, apibūdinti tausojančiųjų technologijų kūrimo ir aplinkosauginės veiklos svarbą 7.5.3*. Apibūdinti gamtos saugines problemas, susijusias su plastikų naudojimu, nurodyti šių problemų sprendimo būdų. Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 7.8. Paašškinti žmogaus veiklos įtaką vietinei aplinkai ir visam pasauliui. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos 4.4. Argumentuoti sukurto produkto naudą žmonėms ir aplinkai	Technologijos. Vadovėlis XI–XII klasei. Leidykla „Šviesa“	Noriai dalyvauti aplinkos išsaugojimo veikloje.	2.4.3. Palaiko aplinkos švarą, gerina jos kokybę.	2.4.3.1. Paašškina, kaip išvengti žalingo aplinkos poveikio sveikatai. 2.4.3.2. Suvokia ekologiškos ir ergonomiškos aplinkos poveikį sveikatai. 2.4.3.3. Pateikia pavyzdžių, kaip aplinkos švaros ir tvarkos palaikymo būdai prisideda prie aplinkos išsaugojimo.
2.5. Lytinis brendimas				
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.6. Formuoti asmeninį įvaizdį – pasirinkti tinkamus drabužius ir juos deramai vilkėti. Analizuoti ir pagrįsti,	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Aprangos etiketas. http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarch	Priimti savo ir kitų lytiškumo raišką.	2.5.1. Priima savo kūną, rūpinasi jo išvaizda.	2.5.1.1. Pažįsta savo kūną, žino jo privalumus; nurodo priemones, padedančias puoselėti kūną tam, kad būtų juo patenkintas. 2.5.1.2. Kitiškai vertina

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
kaip įvaizdis atskleidžia asmens lojalumą organizacijai ar šaliai.	v/142/102.html			stereotipų formuojamus „tobulo“ vyro ar moters kūno įvaizdžius.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.7. Nurodyti hormonų vaidmenį bręstant mergaitėms ir berniukams ir vyro bei moters dauginimosi funkcijoms. Apibūdinti moters lytinio (mėnesinių) ciklo eigą ir reikšmę apvaisinimui. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas			2.5.2. Suvokia lytinį potraukį kaip natūralų lytiškumo raiškos požymį.	2.5.2.1. Pažįsta savo kūne kylančius lytinio potraukio impulsus. 2.5.2.2. Aptaria būdus, kaip juos tinkamai išreikšti, atsižvelgiant į situaciją, aplinkybes.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 5.2. Aptarti ribines šeimos formas (tos pačios lyties asmenų šeimos, komunos, kohabitacija ir kt.). Diskutuoti, ar gyvenimas kartu nesusituokus yra nuodėmė / alternatyva / norma.	Monografijos. <u>Šeimos revoliucija?</u> <u>Ar Lietuvos šeimos bus gausesnės?</u> Straipsnis <u>Šeimos politikos raida Lietuvoje šiuolaikinės šeimos transformacijos kontekste.</u> Magistro darbas <u>Jaunimo požiūrio į šeimą ir santuoką ypatumai</u>		2.5.3. Pozityviai vertina savo lytiškumą, priima savo ir gerbia kito asmens lytinę orientaciją.	2.5.3.1. Atsižvelgdamas į kylančius impulsus, reflektuoja savo lytinį potraukį ir jo raišką, priima save ir asmenis su skirtinga lytine orientacija. 2.5.3.2. Pripažįsta nelygstamą kiekvieno vertę, nepriklausomai nuo jo lytinės orientacijos. 2.5.3.3. Supranta skirtingų lytinių orientacijų asmenų patiriamus išgyvenimus asmeniniame ir socialiniame kontekstuose, atpažįsta galimus jų diskriminavimo požymius ir pasipriešina atskirties didinimui.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.8. Aptarti žmonių nevaisingumo priežastis ir diskutuoti apie priemones šiai problemai spręsti. 3.4.9. Nurodyti po keletą šeimos planavimo ir kontracepcijos būdų. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 4.2. Aptarti reprodukcinę ir ugdomąją šeimos funkcijas. Apsvarstyti, kodėl žmonės nori turėti vaikų. Paaiškinti sąmoningos motinystės ir tėvystės svarbą. 5.4. Aptarti gimstamumo mažėjimą. Diskutuoti, ar lietuvių tautai dėl šių problemų kyla kokia nors grėsmė, ir pagrįsti savo nuomonę.	<u>Etikos ir katalikų tikybos metodinės rekomendacijos vidurinio ugdymo modulių (2011) programoms įgyvendinti</u> <u>GIMSTAMUMAS - Gid.lt</u>	Vertinti galimybę susilaukti vaikų, kurti jų augimui palankias sąlygas	2.5.4. Suvokia savo atsakomybę būsimiems vaikams, jų fizinei ir psichinei gerovei.	2.5.4.1. Paaiškina egzistencinę lytinio potraukio esmę. 2.5.4.2. Supranta bendrą vyro ir moters atsakomybę pradedant vaiką. 2.5.4.3. Nusako šeimos planavimo svarbą, pateikia įvairius šeimos planavimo metodus. 2.5.4.4. Svarsto nevaisingumo priežastis, žino galimus šios problemos sprendimo būdus (gydymas, psichoterapija, dirbtinis apvaisinimas, įsivaikinimas ir kita), jų privalumus ir trūkumus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.6. Paaiškinti tabako, alkoholio ir kitų narkotinių medžiagų, medikamentų ir stresų poveikį žmogaus gemalo vystymuisi. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.2 Nagrinėti bioetikos istoriją, dėl eksperimentų kilusias problemas. Bioetikos problemoms spręsti taikyti vidinės vertės kategoriją, siejamą su žmogumi ir kitomis gyvybės formomis. 1.1.2. Pristatyti bioetikos eksperimentų istorijos faktus, paaiškinti jų padarinius.	Interneto svetainė http://bioetika.lt/		2.5.5. Apibūdina gimdymo ir žmogaus gimimo procesą, būdus; įtaką motinos, naujagimio sveikatai.	2.5.5.1. Žino, koks turi būti nėštumą planuojančios ir / ar kūdikio besilaukiančios moters gyvenimo būdas, suvokia konsultavimosi su specialistais svarbą. 2.5.5.2. Nusako fizinius, psichikos nėščios moters pokyčius, būsimo kūdikio tėvo vaidmenį nėštumo metu. 2.5.5.3. Įvardina artėjančio gimdymo ženklus. 2.5.5.4. Apibūdina priežastis, kurios gali sukelti priešlaikinį gimdymą, būtinybę kreiptis skubios pagalbos. 2.5.5.5. Žino gimdymo eigą, natūralaus gimdymo (natūraliais gimdymo takais, be nuskausminamųjų medikamentų) privalumus motinos ir kūdikio sveikatai. Supranta, jog dėl medicininių priežasčių gimdymas gali baigtis operacija. Įvardija galimas pogimdyvinės depresijos priežastis ir požymius, žino, kur kreiptis pagalbos.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika Įžvelgti, kad žmogaus prigimtinių savybės – orumas ir autonomija. 4.1. Aptarti ir įvertinti šeimos funkcijas šeimos narių poreikių tenkinimo ir vaidmenų atlikimo aspektais. 4.4. Aptarti pripažinimo, savigarbos, psichologinio palaikymo ir saugumo poreikių tenkinimą šeimoje.	Interneto svetainė Šeimos santykių institutas. Žinios ir mokymai: http://www.ssinstitut.lt/news/38/41/Paauglystes-rupesciai/d.straipsnis/		2.5.6. Apibūdina svarbiausius naujagimio/kūdikio poreikius, jų tenkinimo svarbą ir būdus.	2.5.6.1. Nusako bazinius fiziologinius kūdikio poreikius, jų tenkinimo būtinumą bei būdus; 2.5.6.2. Nurodo kitų kūdikio poreikių tenkinimo įtaką jo fizinei, emocinei, socialinei raidai, gyvenimo gerovei. 2.5.6.3. Įvardija pagrindines vaiko teisių nuostatas ir tėvų atsakomybę (tarp jų ir teisinę) už jų įgyvendinimą.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 3.3. Palyginti aistros ir draugystės meilėje dėmenis. 3.1.2. Žinoti postmodernių teoretikų (Z. Bauman, A.	Z. Bauman. Likvidi meilė: apie žmonių ryšių trapumą. Vilnius, 2007.	Vertinti lytinį potraukį kaip egzistencinę galią kurią žmogus gali ir turi valdyti.	2.5.7. Sąmoningai kontroliuoja savo elgesį su kitu asmeniu, gerbia jo pasirinkimą; atsižvelgia į galimas pasekmes –ateičiai,	2.5.7.1. Pagrindžia, kad lytinis potraukis yra natūrali meilės santykių dalis. 2.5.7.2. Analizuoja, geismo, aistros valdymo prasmę ir būdus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Giddens ir kt.) požiūris į meilę, intymumą, geismą.	A. Maslauskaitė. Trys variacijos intymumo sociologijoje tema http://www.zurnalai.vu.lt/sociologija-mintis-ir-veiksmas/article/viewFile/7222/4783 A. Giddens. Modernybė ir asmens tapatumas. Vilnius, 2000.		tarpusavio santykiams ir kita.	2.5.7.3. Aptaria lytinių poreikių derinimo poroje svarbą, kito asmens jausmų gerbimą.
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.9. Nurodyti po keletą šeimos planavimo ir kontracepcijos būdų. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 5.4.1. Suprasti šeimos planavimo svarbą. 5.4.2. Žinoti psichologines, fizines ir moralines nėštumo nutraukimo pasekmes. 5.4. Analizuoti nėštumo nutraukimo, bevaikystės, dirbtinio apvaisinimo ir kt. problemas.	Interneto svetainė http://bioetika.lt/		2.5.8. Atsakingai elgiasi (susilaiko nuo lytinių santykių arba žino, kaip, prireikus, pasinaudoti apsisaugojimo nuo nepageidaujamo nėštumo, LPI priemonėmis – prezervatyvais, kontraceptikais ir kt.)	2.5.8.1. Pagrindžia susilaikymo nuo lytinių santykių paauglystėje privalumus. 2.5.8.2. Paaškina, kad nusprendus turėti lytinius santykius būtina pasinaudoti apsisaugojimo nuo nepageidaujamo nėštumo, LPI priemonėmis; nurodo galimas apsisaugojimo priemones, jų įsigijimo būdus (gydytojo konsultacija, vaistinė ar kt.). 2.5.8.3. Nurodo galimą hormoninės kontracepcijos poveikį moters organizmui. 2.5.8.4. Nusako galimas aborto pasekmes moters organizmui, psichologinei jausenai, santykiams su partneriu, ateičiai.
3. Psichikos sveikata				
3.1. Savivertė				
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Žmogaus laikysenos totalitarizmo akivaizdoje: pasipriešinimas, prisitaikymas, išdavystė, rezignacija, egzilis. Asmens ir jo vertybių išbandymas katastrofų metu. Kova dėl žmogaus orumo, rezistencijos būdai. (XX a. vidurio katastrofų literatūra) (5.6.3.2.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.3. Sąmoningai suvokti šeimos kūrimo svarbą, gebėti prisiimti įsipareigojimus ir atsakomybę. 5.1. Svarstyti individualizmo ir emancipacijos klausimus. 1.5. Įvertinti gerų manierų ir tinkamo elgesio prasmę šiuolaikiniame pasaulyje. 1.1.3. Aptarti etiketo funkcijas, disciplinuojantį etiketo pobūdį, kuris saugo žmogaus orumą ir reikšmingumą.	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. XX a. vidurio katastrofų literatūra http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/xx-a-vidurio-katastrof-literatura Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Santuoka – šeimos kūrimo pagrindas. http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/388/102.html Andželika Bylaitė-Žakaitienė. Etiketas ir žmonių tarpusavio santykiai Lietuvoje XX a. Monografija.	Gerbti save ir pasitikėti savimi; vertinti save kaip asmenybę.	3.1.1. Vertina save kaip asmenybę, gebančią daryti savarankiškus ir atsakingus sprendimus; pasitiki savimi.	3.1.1.1. Apibūdina savo asmens tapatumą, unikalumą. 3.1.1.2. Svarsto, kiek asmens savivertei turi įtakos išoriniai veiksniai. 3.1.1.3. Nurodo savimi patikintą, turinčią teigiamą savivertę asmens bruožus. 3.1.1.4. Nurodo, kurios jo charakterio savybės padeda ar trukdo savarankiškai priimti sprendimus, atsakingai elgtis. 3.1.1.5. Nusako galimus charakterio ugdymo būdus.
3.2. Emocijos ir jausmai				

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 3.3.1. Apibūdinti romantiškosios ir brandžiosios meilės komponentus: emociingumą, erotiškumą, nekasdieniškumą, partnerio idealizavimą, susiliejamą su partneriu / atsakomybę, rūpinimąsi, pagalbą, išklausymą, supratimą, įvertinimą, dalijimąsi patirtimi, autonomijos ir priklausomybės pusiausvyrą.	Skaitmeninė priemonė „Dorinis ugdymas“. Meilė ir šeima http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/105/102.html Meilė-žmogaus pašaukimas http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarchy/387/102.html	Vertinti tikrus ir ilgalaikius jausmus.	3.2.1. Supranta jausmų vertę; išlaiko jausmų pusiausvyrą, kontroliuoja jų raišką; geba juos reikšti socialiai priimtiniu būdu; moka valdyti stresą sudėtingose situacijose.	3.2.1.1. Apibūdina emocijų ir jausmų reikšmę žmogaus gyvenime. 3.2.1.2. Paaiškina jausmų ir stiprių išgyvenimų įtaką asmens sveikatai. 3.2.1.3. Paaiškina savo jausmų pažinimo svarbą savo elgesio reguliacijai, santykių su kitais kokybei ir plėtotei. 3.2.1.4. Iliustruoja, kaip galima išreikšti emocijas, neįskaudinant, neįžeidžiant kitų. 3.2.1.5. Analizuoja trumpalaikio ir ilgalaikio streso poveikį sveikatai. 3.2.1.6. Analizuoja streso valdymo strategijas, būdus; numato egzaminų, testavimo sukeliama streso valdymo ir prevencijos būdus. Įvardija psichologinės krizės požymius, žino, kur kreiptis arba kaip suteikti pagalbą kitam.
3.3. Savitvarda				
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Gyvenimas Dievo ir mirties akivaizdoje (<i>memento mori</i>). Žmogaus ir pasaulio prieštarumas (M. K. Sarbievijus. Lyrika. Ir kt.) (5.6.3.2.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.1. Taikyti etiketo istorijos ir teorijos žinias asmenybės saviraiškai, savidisciplinai	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Barokas http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/barokas G. Drukteinis. „Kodėl spaudžiam dešinę. Apie etiketą ir manieras“. G. Drukteinis. „Kaklaraištis yra politika“. Baronas fon Knigė. Etiketo pagrindai: geros manieros ir mandagus bendravimas	Būti sąmoningam ir atsakingam, susiteLietuvių kalbausiam ir atidžiam.	3.3.1. Valdo dėmesį, racionaliai ir kūrybingai mąsto, elgiasi apgalvotai, supranta, kokie veiksniai stiprina ir kokie mažina sąmoningumą. Geba nusiraminti, adekvačiai įvertinti situacijas, žmones, aplinkybes.	3.3.1.1. Paaiškina, kas stiprina ir silpnina dėmesį, savikontrolę ir savireguliaciją. 3.3.1.2. Paaiškina, kad, sprenddamas problemą, turi suteLietuvių kalbati dėmesį, nuosekliai išanalizuoti ir pasirinkti esminę informaciją, bei, remdamasis ja, priimti sprendimus. 3.3.1.3. Paaiškina, kad norint adekvačiai įvertinti situacijas, žmones, aplinkybes, reikia surinkti visapusišką informaciją ir ją išnagrinėjus, priimti atitinkamus sprendimus.

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika , b.k. ir i.k. 1. Nuostatos, 1.3.3. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Technologijos planuoti laiką, įvertinti savo gebėjimus, apmąstyti savo veiklą ir rezultatus; susitelkti tiek ilgesniam, tiek trumpesniam laikui ir išsikelti pamatuotus projekcinio darbo uždavinius; kritiškai reflektuoti atlikus numatytus darbus.		Stiprinti valią.	3.3.2. Kryptingai ir atkakliai siekia užsibrėžto tikslo.	3.3.2.1. Analizuoja stiprios valios reikšmę ir prasmę žmogaus gyvenimui; pateikia pavyzdžių, kaip stipri valia keičia žmonių gyvenimus. 3.3.2.2. Pagrindžia, kodėl, ugdant valią, yra svarbu kelti vis aukštesnius tikslus. 3.3.2.3. Nurodo galimas kliūtis siekiant užsibrėžtų tikslų, numato jų įveikimo būdus. 3.3.2.4. Įvardija, kad atkaklumas padeda įveikti kliūtis, atskleisti savo potencialias galias, patirti pasitenkinimą. 3.3.2.5. Įvardija saviugdą vertę ir reikšmę asmenybės tobulėjimui.
3.4. Pozityvus, konstruktyvus mąstymas ir savirealizacija				
I užsienio kalba jaunimo gyvenimo būdas, santykiai su bendraamžiais ir tėvais; laisvalaikis, pomėgiai, gyvenimo tikslai, vertybės Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Asmens ir gyvenimo vertės iškėlimas (J. Radvanas. <i>Radviada</i> ir kt.) (5.6.3.2.) Blogio kilmės, žmogaus ir visuomenės netobulumo klausimai. Moralinė atjauta. Žmogaus racionalumas bei iracionalumas: tarp sąmonės ir pasąmonės. Matematika 5 sritis: Suprasti, kad realiose situacijose reikia nuolat rinktis, ir suvokti, kad gebėjimas nustatyti pasirinkimo variantų skaičių teikia konkurencinį pranašumą, padeda pasirinkti optimalesnius sprendimus. Modulis „Logikos įvadas“: Suprasti, kad loginis mąstymas, argumentuotos ir neprieštaringos idėjos sudaro prielaidą pagrįstiems sprendimams priimti, kelia visuomenės kultūrinį lygį. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Renesansas http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/renesansas Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. XX a. pradžios literatūra. Realizmas. Neoromantizmas http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/xx-a-pradzios-literatura-realizmas-neoromantizmas	Pozityviai žvelgti į gyvenimą, tikėti ir pasitikėti savimi ir kitais, siekti savirealizacijos.	3.4.1. Pozityviai žvelgdamas į gyvenimą, grindžia jį gyvenimo prasmės suvokimu ir tikėjimu, kad problemas visada galima išspręsti. Mato ir nesibaimina problemų, siūlo konstruktyvius jų sprendimo būdus kitiems ir sau.	3.4.1.1. Pagrindžia gyvenimo prasmingumą, vertingumą. 3.4.1.2. Gyvenimo prasmingumą iliustruoja įkvepiančiais realaus gyvenimo, literatūros ir kitais pavyzdžiais. 3.4.1.3. Nusako, kad kiekvienoje situacijoje, net ir skausmingoje, svarbu išlaikyti viltį. 3.4.1.4. Iliustruoja pavyzdžiais, kaip situacijose, kurių neįmanoma pakeisti, galima keisti požiūrį ir tokiu būdu išlaikyti emocinę pusiausvyrą, gyvenimo kokybę.
Muzika , b.b. ir i.k. 1.5., 1.6. Tautinės mažumos			3.4.2. Kryptingai plėtoja, tobulina savo galias, gebėjimus,	3.4.2.1. Įvardija savo polinkius, išgales, talentus. 3.4.2.2. Pagrindžia, kurios jo

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 1.2. Pagrįsti, kaip etiketo taisyklių išmanymas ir jų paisymas gali padėti asmenybei tobulėti.	Paskaita G. Valickas. „Asmenybė šiuolaikiniame pasaulyje: iššūkiai ir galimybės“ https://www.youtube.com/watch?v=SzZsjUO9t0A A. Lydeka. Protokolas. Elgesio taisyklės.		talentus.	asmeninės savybės yra palankios asmenybės ūgčiai ir savirealizacijai, kurios trukdo. 3.4.2.3. Svarsto, kaip nauji iššūkiai ateityje bus naudingi jo asmenybės tobulėjimui. 3.4.2.4. Nusako savo gyvenimo planus, numatomą savirealizacijos perspektyvą. 3.4.2.5. Paaiškina, kad norint ko nors pasiekti, svarbu priimti iššūkius, išdrįsti „išeiti iš komforto zonos“.
4. Socialinė sveikata				
4.1. Draugystė ir meilė				
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Asmens vienišumo ir meilės patirtys. Individo maištas, naujo pasaulio kūrimo užmojis (A. Mickevičiaus, Maironio ir kt. kūryba) (5.6.3.2.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika Įsisąmoninti, kad šeimos gyvenimas grindžiamas meile. Įvertinti meilės reikšmę šeimos ir asmens gyvenimui. 2.5. Svarstyti, kokie santuokos motyvai būtų vienodai brandūs ar moralūs.	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. XIX a. literatūra. Romantizmas http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/xix-a-literatura-romantizmas Skaitmeninė mokymo priemonė „Dorinis ugdymas“. Meilė ir šeima. Meilė – žmogaus pašaukimas. Santuoka – šeimos kūrimo pamatas http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/117/102.html	Gerbti savo ir kitų jausmus, išgyvenimus, žmogiškąjį orumą.	4.1.1. Kuria ir palaiko draugiškus, bendradarbiavimu grįstus santykius su kitais, užkerta kelią kilti rimtesniems konfliktams ir veiksmingai sprendžia iškilusias.	4.1.1.1. Pagrindžia, kuo draugystė praturtina, yra vertinga jo gyvenimui. 4.1.1.2. Analizuoja ankstesnių ir dabartinių savo draugysčių patirtis, jų įtaką asmenybės augimui. 4.1.1.3. Analizuoja tarp draugų kylančių konfliktų priežastis ir nurodo galimas konstruktyvias išeitis.
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Gyvenimo pilnatvė ir dramatiškumas (V. Šekspyras. <i>Hamletas</i>). Išbandymai gyvenimu: žmogiškųjų santykių situacijos prozoje ir esė. (J. Kunčinas. <i>Tūla</i>; M. Ivaškevičius. <i>Madagaskaras</i> ir kt.) Blogio kilmės, žmogaus ir visuomenės netobulumo klausimai. Moralinė atjauta. Žmogaus racionalumas bei iracionalumas: tarp sąmonės ir pasąmonės. (XX a. pradžios literatūra.) (5.6.3.2.) Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 3.3.2. Paaiškinti romantiškosios ir brandžiosios meilės reikšmę šeimoje.	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Viljamas Šekspyras http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/renesansas/viljamas-sekspyras Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Nepriklausomybės laikų literatūra http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/nepriklausomybes-laik-literatura Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. XX a. pradžios literatūra http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/xx-a-pradzios-literatura-realizmas-neoromantizmas Skaitmeninė mokymo priemonė „Dorinis ugdymas“. Meilė ir šeima	Tobulinti savo gebėjimą draugauti, mylėti.	4.1.2. Geba įsipareigoti ilgalaikiams santykiams; įsisąmonina atsakomybę už savo, kito asmens, bendruomenės, visuomenės gerovę; kuria savo asmeninio gyvenimo planus.	4.1.2.1. Apibūdina darnius, bendradarbiavimu grįstus santykius. 4.1.2.2. Pagrindžia, kad kiekvienas žmogus turi jausti atsakomybę ne vien už savo, bet ir už greta esančiųjų gerovę. 4.1.2.3. Aptaria empatijos svarbą tarpusavio santykiams. 4.1.2.4. Analizuoja, kuo aukojimasis, donorystė, savanoriavimas yra prasmingi žmogui ir svarbūs visuomenės gerovei. 4.1.2.5. Pagrindžia, kad

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
3.1. Remiantis mokslo, literatūros ir meno pavyzdžiais analizuoti ir paaiškinti draugystės, meilės, intymumo, ištikimybės, įsipareigojimo ir kt. vertybes.	http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarch/117/102.html			draugystėje žmonės yra lygiaverčiai, kad kitu žmogui nedera naudotis. 4.1.2.6. Nurodo veiksmingas tarpasmeninių konfliktų sprendimo strategijas. 4.1.2.7. Analizuoja, kokia yra meilės reikšmė žmogaus gyvenime, paaiškina meilės jausmo raidą. 4.1.2.8. Analizuoja įvairias meilės sampratas: meilę kaip simpatiją, meilę kaip draugystę, santuokinę meilę kaip įsipareigojimą, ištikimybę ir atsakomybę kitam.
4.2. Atsparumas rizikingam elgesiui				
Gamtamokslinis ugdymas. Biologija. 3.4.6. Paaiškinti tabako, aLietuvių kalbaoholio ir kitų narkotinių medžiagų, medikamentų ir stresų poveikį žmogaus gemalo vystymuisi. 5.4.3. Nagrinėti viruso sandarą ir ŽIV pavyzdžiu paaiškinti virusų dauginimąsi ir plitimą. 5.4.4. Remiantis Lietuvos AIDS centro ir kitų įstaigų parengta medžiaga nagrinėti ŽIV ir AIDS profilaktiką.. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 2.1. Pasirinkti tinkamas bendravimo verbalines ir neverbalines strategijas, derinti santykius su kitais. 2.1.1. Paaiškinti, kas yra verbalinė ir neverbalinė komunikacija, jos ženklai: tariamų žodžių garsumas, intonacija, pašnekovo pertraukimas, kūno kalba ir t. t. 2.1.2. Pavaizduoti, kaip asmeninės erdvės valdymas padeda pripažinti ir apsaugoti žmogaus orumą.	Skaitmeninė mokymo priemonė „Dorinis ugdymas“. Bendravimo etiketas http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarch/144/102.html Agresyvus elgesys http://smp2014do.ugdome.lt/smp_dorinis2/products/byhierarch/9/102.html	Būti budriam rizikingose situacijose.	4.2.1. Atsispiria spaudimui ir/ar provokacijai elgtis rizikingai, nenaudingai sveikatai, padeda pasitraukti iš pavojingų socialinio spaudimo situacijų kitiems, prireikus suteikia pagalbą pats arba kviečiasi kitus.	Įvertina savo poreikius ir norus, ieško priimtinių būdų jiems patenkinti. Išmano, kurios situacijos grėsmingos, kada juo manipuliuojama, ir žino, kaip atsispirti spaudimui, pasipriešinti. Nurodo, kaip atpažinti fizinį, psichinį, seksualinį smurtą, kaip jam pasipriešinti arba į ką kreiptis pagalbos. Apibūdina smurtautojų elgesio ypatumus (papirkinėjimas, grasinimas, gąsdinimas, žeminimas ir kita). Supranta psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo, priklausomybių žalą ir keliamą grėsmę asmens, šeimos, bendruomenės, visuomenės sveikatai ir gerovei. Įvertina, kokią pagalbą rizikos grupės asmeniui gali suteikti pats. Nurodo, į ką ir kaip, prireikus, galima kreiptis pagalbos. Paaiškina LPI, įskaitant Žmogaus papildomos viruso (toliau – ŽPV) ir žmogaus imunodeficitą viruso (toliau – ŽIV), užsikrėtimo būdus, teisingai įvertina prezervatyvo

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
				efektyvumą LPI 46 prevencijai; nurodo, kad hormoninė kontracepcija neapsaugo nuo LPI, įskaitant ŽPV ir ŽIV).
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. - Pažinimo troškimas ir ieškojimo dvasia. Siekis pertvarkyti tikrovę. (J. V. Gėtė. <i>Faustas</i>) - Moterų poetinės kalbos ir laikysenos savitumas (J. Vaičiūnaitės ir kt. poezija) - Laisvas vertybių pasirinkimas: šiuolaikinio žmogaus orientyrai. Visuomenės pokyčių apmąstymas prozoje ir eseistikoje. Šiuolaikinio „aš“ tapatybė (A. Marčėnas, J. Kunčinas. <i>Tūla</i> ir kt.) (5.6.3.2.) Muzika 1. Nuostatos	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Apšvieta http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/apsvieta Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Modernioji XX a. antrosios pusės literatūra http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/modernioji-xx-a-antrosios-puses-literatura Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Nepriklausomybės laikų literatūra http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-literatura/nepriklausomybes-laik-literatura	Turėti savo nuomonę ir poziciją, nebūti „bandos“ žmogumi.	4.2.2. Atsispiriamasinės kultūros primetamiems stereotipams, stigmatizavimui, diskriminavimui dėl lyties, formuojasi humanistinėmis vertybėmis grįstą savo pasaulėžiūrą.	4.2.2.1. Analizuoja, kaip bendraamžių, žiniasklaidos, masinės kultūros, ideologijų spaudimo, reklamos, lyčių stereotipų įtaka sukuria prielaidas atskirų visuomenės grupių stigmatizavimui, diskriminavimui. 4.2.2.2. Kitiškai vertina išvaizdos ar elgesio stereotipų įtaką, pagrindžia savitumo vertę asmenybės skleidimui, o per tai – visuomenės įvairovei ir jos turtėjimui. 4.2.2.3. Paaiškina, kaip supranta asmens ir saviraiškos laisvės prasmę.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas	Skaitmeninė mokymo priemonė „Dorinis ugdymas“. Skirtingi, bet vienodai vertingi http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/117/102.html <i>Lyčių samprata tradicinėje kultūroje</i> (Konferencijos medžiaga iš konferencijų ciklo „Gimtis. Būtis. Mirtis. Pasaulėžiūros ir pasaulėjautos aspektai“). Sudarė B. Imbrasienė ir V. Šatkauskienė. Vilnius: Lietuvos liaudies kultūros centras, 2006. Skaitmeninė mokymo priemonė „Dorinis ugdymas“. Etiketas ir kultūra http://smp2014do.ugdome.lt/products/byhierarchy/120/102.html Račiūnaitė, R. <i>Moteris tradicinėje lietuvių kultūroje</i> . Kaunas, 2002.			
Lietuvių kalbos ir literatūros VUBP. Pagrindinės bendravimo etikos normos. Argumentuota prieštaravimo ir kritikos raiška. Mąstymo apibrėžtumo, neprieštaringumo, nuoseklumo, pagrįstumo reikalavimai. Žmonijos istorija kaip prieštarų idėjų kova. Neetiškas retorikos naudojimas. Retorika ir reklama. Manipuliavimo samprata retorikoje. Manipuliacijos kritikos strategija ir taktika. Elektroniniai tekstai. (5.6.3.1.)	Skaitmeninė mokymo priemonė lietuvių kalbai ir literatūrai 11–12. Retorika ir argumentacija http://smp2014lt.ugdome.lt/11-12/lietuviu-kalba/retorika-ir-argumentacija	Saugiai ir pagarbiai elgtis virtualioje erdvėje.	4.2.3. Sąmoningai laikosi saugaus interneto vartojimo taisyklių ir imasi veiksmų stabdyti žmogaus orumą žeidžiančios informacijos platinimą, numato privačios informacijos paviešinimo pasekmes, prisiima moralinę	4.2.3.1. Pagrindžia bendravimo virtualioje erdvėje kultūros, saugaus interneto vartojimo taisyklių būtinumą. 4.2.3.2. Nurodo, kur galima kreiptis norint pašalinti nepageidaujamą turinį iš virtualios erdvės (interneto svetainių administratorių, policiją ar kita). 4.2.3.3. Paaiškina teisinę ir moralinę atsakomybę už

BUP pavadinimas	Metodinė medžiaga (SMP, Video, rekomendacijos, užduotys ir kt.)	Mokinių pasiekimai		
		Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
Muzika , b.k. 3.2.2., i.k. 3.3., 3.3.1., 3.3.3. Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Informacinės technologijos Etika 3.3. Pagrįsti naujų technologijų etiketo reikšmę, įprasti kultūringai bendrauti naujosiomis technologijomis.	IT <u>Nuotolinis informacijos ir komunikacijos technologijų (IKT) kursas „Apsaugokime save ir vaikus internete“</u> <u>Darbo kompiuteriu ir interneto etiketas</u>		atsakomybę už informacijos platinimą virtualioje erdvėje, supranta teisinės tokios veiklos pasekmes.	privačios informacijos platinimą, diskriminacinio, įžeidžiančio, smurtą ir neapykantą kurstančio turinio internete platinimą.
Tautinės mažumos Kalbinės veiklos temos ir literatūrinis ugdymas Etika 3.3.1. Paaiškinti žiniatinklio, elektroninių laiškų rašymo, pokalbių telefonu ir socialiniuose tinkluose etiketą.	Metodinė medžiaga <u>Patyčios socialiniuose tinkluose ir viešojoje erdvėje</u>		4.2.4. Atpažįsta ir sąmoningai atsispiria viliojimo, prekybos žmonėmis telefonu, internete pavojams ir padeda nuo jų apsisaugoti kitiems.	4.2.4.1. Paaiškina, kaip ir kodėl vaikai ir jauni žmonės gali būti suviliojami ir parduodami, įtraukiami į pavojingas veiklas (nusikaltimų vykdymui, organų donorystei, prostitucijai, pornografijai, vergavimui ar kita). 4.2.4.2. Kitiškai vertina pasiūlymus (gero uždarbio, keliavimo, pavežėjimo, dovanų ir kita) telefonu, internete, įvardija, kad kilus menkiausiam įtarimui dėl galimo įtraukimo į pavojingas veiklas, būtina informuoti atsakingus suaugusiuosius ir/arba tarnybas.