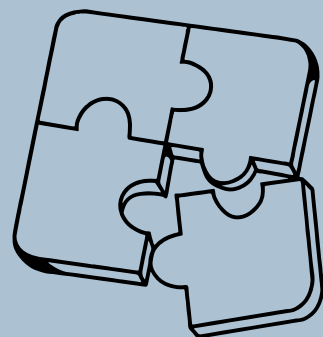




Klasės harmonija: nuo dienvakarės iki socialinių įgūdžių ir sensorinio komforto

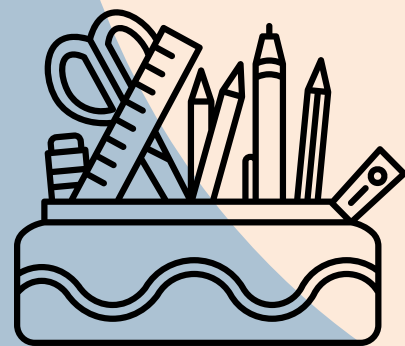
*Direktoriaus pavaduotoja ugdymui
Kristina Nastulevičienė
judesio korekcijos specialistė
Gražina Bokūnaitė*

Prienai, 2026 -02-18



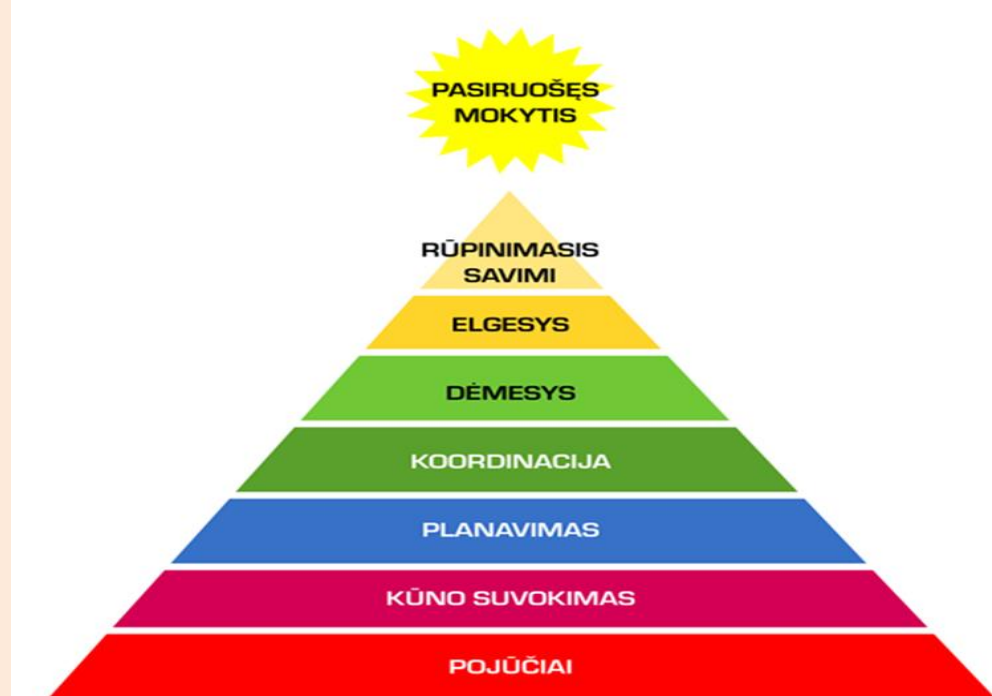
KLASĖS ELGESIO VALDYMO ŽEMĖLAPIS

- Tai – efektyvios elgesio valdymo sistemos gairės, pritaikytos pradinių klasių mokiniams.
- Elgesio valdymo žemėlapis sudaro šeši pagrindiniai komponentai: mokymosi aplinka, klasės susitarimai, dienvotvarkė, pamoka, skatinimas ir pagalba nusiraminti, taip pat socialinių įgūdžių ugdymas.



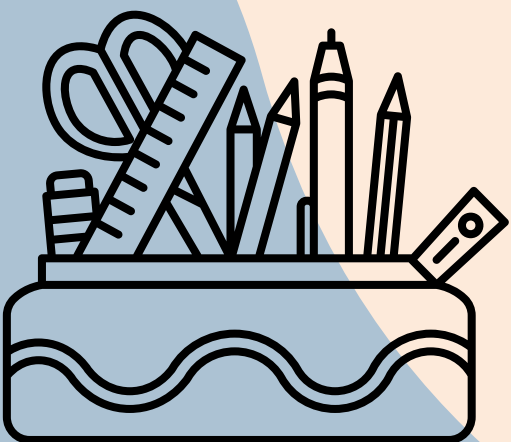
MOKYMOSI APLINKA

- Klasėje būtinas tinkamas apšvietimas, o garso lygis turi būti kontroliuojamas – reikėtų vengti triukšmo ir sumažinti nereikalingus foninius garsus.
- Aiškiai apibrėžtos mokymosi zonos, tokios kaip vietos individualiam darbui, grupiniam bendradarbiavimui, kūrybai ar poilsiui, suteikia mokiniams struktūrą ir skatina įsitraukimą.
- Ramybės kampelis yra svarbi erdvė, kur mokiniai gali atsipalaiduoti ir nusiraminti.



KLASĖS SUSITARIMAI

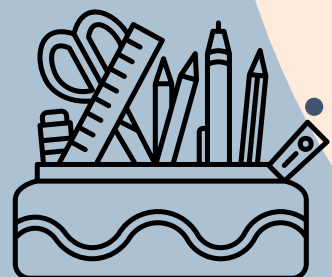
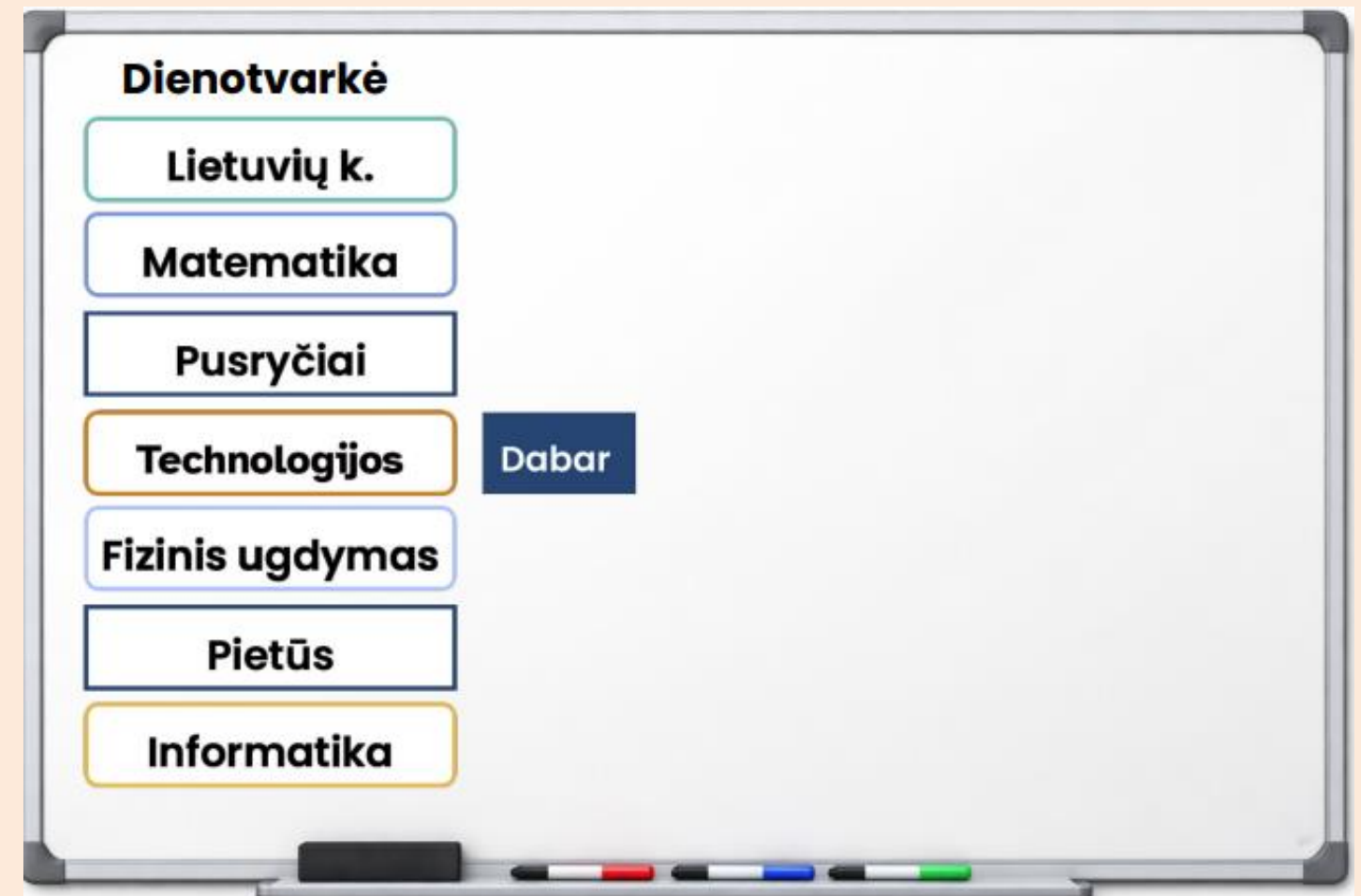
- Klasės susitarimai – vienas esminių klasės valdymo elementų. Tai padeda kurti struktūruotą, ramią ir saugią aplinką, kurioje kiekvienas mokinys gali mokytis pagal savo individualius gebėjimus ir poreikius.
- Bendrų susitarimų laikymasis stiprina klasės bendruomeniškumą ir padeda palaikyti aiškią tvarką ir nuoseklią ugdymo eigą.



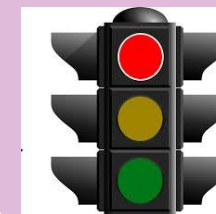
Prašau pagalbos	An icon showing a person sitting on a chair and another person standing next to them with a question mark above their head, representing asking for help.
Kalbu ramiu balsu	An icon of a person standing and speaking, with sound waves coming from their mouth.
Rankas laikau prie savęs	An icon of a person sitting at a desk with their hands on the desk, representing staying focused.
Saugau klasės daiktus	An icon of a person sitting at a desk writing on a piece of paper.
Po darbo susitvarkau	An icon of a person walking towards a trash bin, representing cleaning up after work.

DIENOTVARKĖ

- Pradinėse klasėse vizualiai pateikiama dienotvarkė, naudojant simbolius, spalvas ar grafinius vaizdus padeda lengviau suprasti dienos eigą, savarankiškai sekti veiklų seką ir prisitaikyti prie klasės darbo ritmo.
- Nuoseklumas mažina nerimą ir padeda mokiniams lengviau įsitraukti į veiklas.
- Mokiniam, kuris turi elgesio ar (ir) emocijų sutrikimą ir **patiria sunkumų reguliuojant savo elgesį**, dienotvarkė suteikia aiškumo, mažina įtampą ir skatina sklandų perėjimą tarp veiklų.
- Esant pokyčiams, juos svarbu iš anksto aptarti su mokiniais.

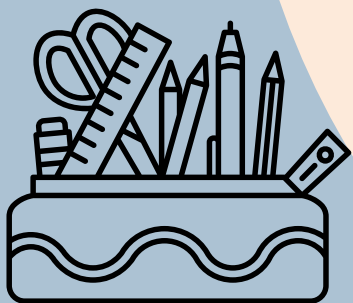
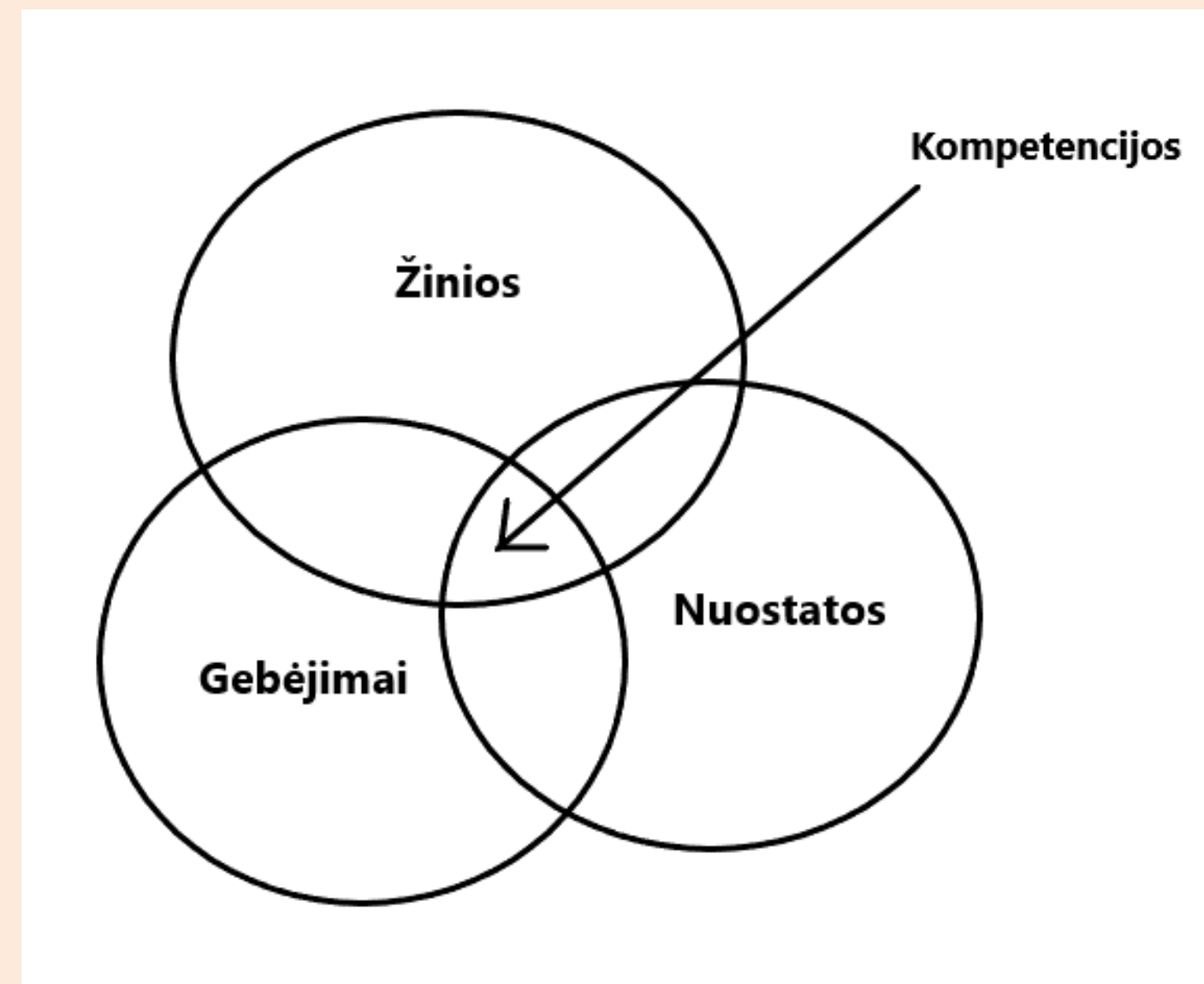


PAMOKA (1)



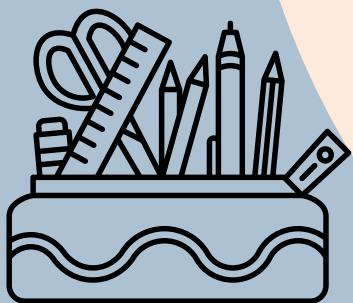
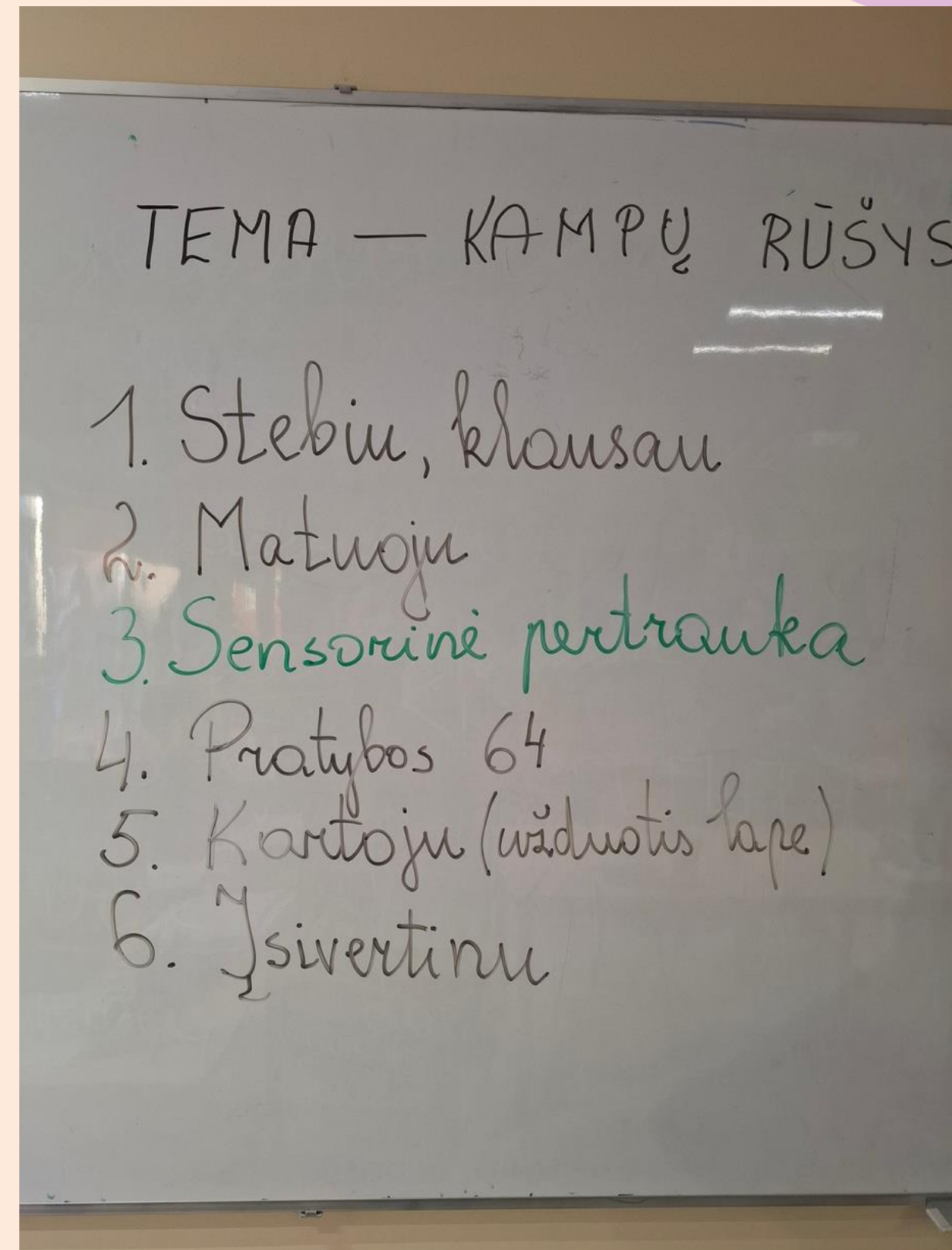
KOMPETENCIJOMIS GRĮSTAS UGDYMAS

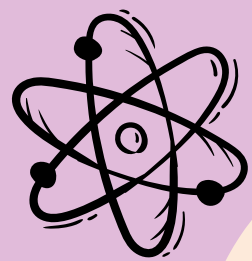
- NUOSTATOS
- Žinios
- Gebėjimai
- Kompetencija – tam tikros srities žinių, gebėjimų ir nuostatų visuma, įrodytas gebėjimas atlikti veiksmus pagal susitartus reikalavimus.



PAMOKA (2)

- Struktūruota pamoka padeda efektyviau pasiekti mokymosi tikslus, leidžia mokiniams jaustis saugiai ir užtikrintai, nes jie žino, kas jų laukia ir ką reikės atlikti.
- Mokytojai struktūra padeda efektyviai valdyti pamoką, išlaikyti mokinių dėmesį ir užtikrinti sklandų perėjimą nuo vienos veiklos prie kitos.
- Trumpų pertraukų įtraukimas padeda mokiniams išlaikyti dėmesį ir atgauti energiją, ypač ilgesnių pamokų metu.





PAMOKA (3)

ĮPRASTI DĖMESIO KONCENTRACIJOS TRUKMĖS INTERVALAI

2 metų vaikai gali sutelkti dėmesį apie 4-6 minutes.

4 metų amžiaus vaikų dėmesys paprastai išlaikomas 8-12 minučių.

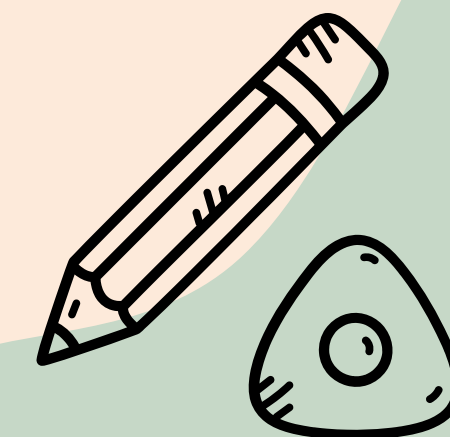
6 metų amžiaus vaikų dėmesys trunka apie 12-18 minučių.

8 metų vaikai gali išlaikyti dėmesį 16-24 minutes.

10 metų amžiaus vaikai koncentruojasi 20-30 minučių.

12 metų vaikai geba sutelkti dėmesį 24-23 minutes.

16 metų paauglių dėmesio išlaikymo trukmė siekia 32-48 minutes.





PAGALBA NUSIRAMINTI (1)

SENSORINĖ PETRAUKA

- 3-9 metų vaikams rekomenduojamos kas 15 min;
- 10 metų ir vyresniems mokiniams rekomenduojama kas 45 min;
- Visiems vaikams svarbu suteikti pertrauką kas 1-2 val;
- Pertraukų trukmė pamokų metu 3-5 min. Ilgosios pertraukos metu 10-15 min.



PAGALBA NUSIRAMINTI (2)



SENSORINĖ PERTRAUKA



1. Bėgimas vietoje



2. Ritminiai pratimai



3. Savęs pakėlimas nuo kėdės



4. Kvėpavimo pratimai



5. Savęs apkabinimas



PAGALBA NUSIRAMINTI (3)



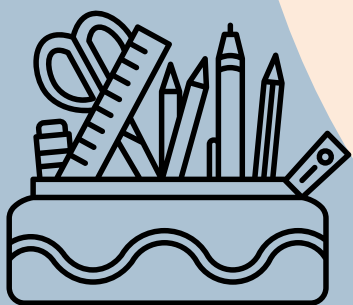
SENSORINĖ DĖŽĖ

- Gali padėti gauti reikiamų pojūčių;
- gali padėti (išmokti) savarankiškai sureguliuoti savo emocijas;
- suteikia galimybę sumažinti nerimą, stresą, pyktį ir kitas nepageidaujamas emocijas.
- Sensorinė dėžė turėtų būti padėta klasės gale arba klasės vietoje, kurioje yra mažiausiai aplinkos dirgiklių. Tinkamiausia vieta sensorinei dėžei būtų nusiramavimo erdvė, kuri būtų atskirta nuo bendros klasės erdvės.



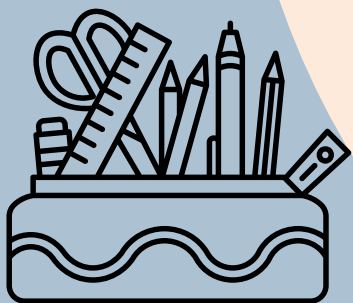
SKATINIMAS

- Skatinimo sistemos sukuria aplinką, kurioje mokiniai jaučiasi vertinami ir motyvuoti mokytis. Tai ypač naudinga, kai klasėje yra mokinių, susiduriančių su elgesio ar emocijų reguliavimo sunkumais, nes paskatinimas stiprina jų savivertę, suteikia stabilumo ir skatina pozityvų elgesį.
- Pradėkime nuo ryšio kūrimo su vaiku.



SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS (1)

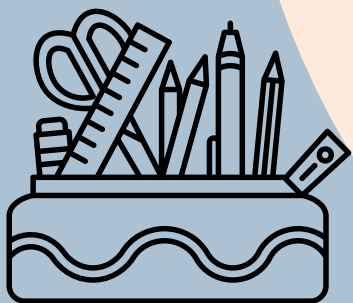
- Socialinių įgūdžių ugdymas klasėje yra svarbus, siekiant padėti mokiniams išmolti bendrauti ir bendradarbiauti. Grupinio darbo metu mokiniai lavina gebėjimą dirbti kartu, spręsti konfliktus ir dalytis atsakomybėmis.
- Grupinio darbo organizavimas reikalauja didelio pasiruošimo ir išmanymo.
- Ar visus vaikus įtraukti į grupinį darbą, ar kai kuriems leisti dirbti individualiai – sprendžia mokytojas.



SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS (2)

BENDRADARBIAUJANČIŲ GRUPIŲ BRUOŽAI

- Teigiama tarpusavio priklausomybė (mokytojas padeda nusistatyti bendrus grupės tikslus, pasiskirstyti vaidmenimis; apriboja ir paskirsto išteklius, numato vertinimo procedūrą)
- Skatinanti sąveika
- Individuali atsakomybė (siejant su vertinimu)
- Socialiniai gebėjimai (ugdomi tikslingomis pratybomis; numatant socialinius tikslus ir vaidmenis)
- Grupiniai procesai (skiriama laiko aptarti, kaip sekasi siekti tikslų ir palaikyti gerus tarpusavio santykius).





NUORODOS

01

<https://lisc.lt/wp-content/uploads/2024/08/Sensoriniu-prtrauku-ir-sensorines-dietos-taikymo-svarba.pdf>

02

<https://lisc.lt/wp-content/uploads/2024/11/3-Del-Ugdymo-organizavimo-rekomendaciju-mokiniams-kuriems-nustatytas-elgesio-ar-ir-emociju-sutrikimas.pdf>

03

<https://lisc.lt/wp-content/uploads/2025/02/Rekomendacijos-klases-lygmeniu.pdf>

04

<https://lisc.lt/wp-content/uploads/2026/01/Vizuali-dienotvarke-klaseje.pdf>

05

<https://www.vilkaviskioburatinas.lt/wp-content/uploads/2025/01/Sensorines-moduliacijos-sutrikimai-ir-sensorines-pertraukos-organizavimo-gaires-pedagogams..pdf>

