

SOCIALINĖS, EMOCINĖS IR SVEIKOS GYVENSENOS KOMPETENCIJOS RAIDOS APRAŠAS 1 – 2 klasės (SCL)

Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos kompetencija – tai asmens savimonė ir savitvarda, socialinis sąmoningumas, tarpusavio santykių kūrimo gebėjimai, atsakingas sprendimų priėmimas ir asmens rūpinimasis fizine ir psichine sveikata.

Sandai	Sandų raiška konkrente
Savimonė ir savitvartos įgūdžiai	<p>Atpažįsta ir įvardija emocijas. Paaiškina ryšį tarp jausmų, žodžių ir veiksmų.</p> <p>Taiko ir paaiškina keletą nusiraminimo būdų. Paaiškina teigiamų minčių naudą.</p> <p>Įvardija vertybes, sieja jas su elgesiu.</p> <p>Apibūdina poreikius, norus, pomėgius, savybes, ką moka ar ko norėtų išmokyti.</p> <p>Apibrėžia, kas yra šeima, mokykla ir bendruomenė. Atpažįsta ir įvardija, kuo gali mokiniui padėti šeima, bendraamžiai, mokykla ir bendruomenė.</p> <p>Išsikelia mokymosi tikslą ir sukuria kelių žingsnių planą jo siekti. Atsakingai, atkakliai ir kantriai siekia tikslo.</p> <p>Apibūdina, koks elgesys padeda mokytis ir kaip sėkmė mokykloje padeda tapti tuo, kuo nori būti.</p>
Empatiškumas, socialinis sąmoningumas ir teigiamų tarpusavio santykių kūrimas	<p>Paaiškina, kad toje pačioje situacijoje žmonių emocijos gali būti skirtingos. Šias emocijas geba atpažinti ir įvardinti.</p> <p>Išklauso kitus, kad suprastų jų jausmus.</p> <p>Apibūdina bendrus žmonių bruožus bei skirtumus. Atpažįsta elgesį, kuris skaudina ir moka tinkamai į jį reaguoti.</p> <p>Apibūdina teigiamas kitų žmonių savybes.</p> <p>Paaiškina, koku būdu galima darniai su kitais dirbti ir žaisti. Laikosi sąžiningo žaidimo taisyklių.</p> <p>Rūpestingai ir draugiškai elgiasi klasėje ir už jos ribų.</p> <p>Įvardija kylančius konfliktus ir problemas tarp bendraamžių. Be suaugusiojo pagalbos sprendžia nedidelius konfliktus.</p> <p>Atpažįsta nesusikalbėjimą ir gali paaiškinti, kaip nesusikalbėjimas gali tapti konflikto priežastimi. Atsisako dalyvauti nepriimtiniuose situacijose ir paaiškina kodėl.</p>
Atsakingas sprendimų priėmimas ir elgesys, pasekmių įvertinimas	<p>Atpažįsta ir įvardija pavojingą ir nesaugų elgesį, nurodo, kaip reikia elgtis, ir elgiasi saugiai.</p> <p>Dalyvauja kuriant taisykles ir susitarimus. Paaiškina, kodėl taisyklės svarbios šeimos, klasės ir mokyklos saugumui, jų laikosi.</p> <p>Priima sprendimus, kurie tausoja sveikatą.</p> <p>Analizuoja ir paaiškina, kokią įtaką priimti sprendimai daro tarpusavio santykiams klasėje.</p> <p>Siūlo idėjas, kaip gerinti klasės mokymosi ir bendravimo aplinką, jas įgyvendina, o jei prireikia, pasisiūlo pagelbėti.</p> <p>Įvardija svarbius bendruomenės poreikius. Siūlo idėjas, kaip pagerinti šeimos, bendruomenės gyvenimą, dalyvauja jas įgyvendinant.</p>
Rūpinimasis sveikata	<p>Apibūdina sveiko žmogaus požymius, sveikatos tausojimo ir stiprinimo bei gyvybės saugojimo svarbą.</p> <p>Atpažįsta sveikus ir nesveikus įpročius.</p> <p>Apibūdina asmeninės higienos ir aplinkos svarbą asmens sveikatai. Apibūdina savo kūno unikalumą, vartoja tinkamas sąvokas kūno dalims ir funkcijoms apibūdinti. Paaiškina savo kūno ribas, ką reikalauja tinkamas ir netinkamas prisilietimas. Formuoja asmeninius tvarkos ir švaros bei dienotvarkės (mokymosi, laisvalaikio, miego režimo) laikymosi įpročius ir įgūdžius.</p> <p>Taisyklingai kvėpuoja. Taisyklingai sėdi, stovi, juda ir dirba kompiuteriu.</p> <p>Aktyviai leidžia laisvalaikį, žaidžia, noriai ir saugiai mankština, saugiai išbando individualias organizmo galias.</p> <p>Kelia fizinio aktyvumo tikslus ir apibūdina, kaip pavyksta juos pasiekti.</p> <p>Palygina, kokie produktai naudingi, o kokie nenaudingi sveikatai. Laikosi sveikos mitybos taisyklių mokykloje.</p>