**GYVENIMO ĮGŪDŽIŲ ILGALAIKIO PLANO RENGIMAS**

Ilgalaikio plano pavyzdyje pateikiamas preliminarus 70-ies procentų Bendruosiuose ugdymo planuose dalykui numatyto valandų skaičiaus paskirstymas:

* stulpelyje *Mokymo(si) turinio sritis* yra pateikiamos Gyvenimo įgūdžių bendrosios programos (toliau – BP) sritys;
* stulpelyje *Mokymo(si) turinio tema* yra pateikiamos Gyvenimo įgūdžių BP temos;
* stulpelyje *Pamokos tema* yra pateikiamos Gyvenimo įgūdžių BP siūlomos pamokų temos;
* stulpelyje *Valandų skaičius* yra nurodytas galimas nagrinėjant temą pasiekimams ugdyti skirtas pamokų skaičius. Lentelėje pateiktą pamokų skaičių mokytojas gali keisti atsižvelgdamas į mokinių poreikius, pasirinktas mokymosi veiklas ir ugdymo metodus;
* stulpelyje *30 proc. val.* mokytojas, atsižvelgdamas į mokinių poreikius, pasirinktas mokymosi veiklas ir ugdymo metodus, galės nurodyti, kaip paskirsto valandas laisvai pasirenkamam turiniui;
* stulpelyje *Ugdomi pasiekimai* yra pateikiamiGyvenimo įgūdžių pamokoje ugdomi pasiekimai, remiantis Gyvenimo įgūdžių BP;
* stulpelyje *Ugdomos kompetencijos* yra pateikiamosGyvenimo įgūdžių pamokoje ugdomos kompetencijos, remiantis Gyvenimo įgūdžių BP;
* stulpelyje *Skaitmeniniai ir spausdinti leidiniai, knygos* pateikiami galimi mokymosi šaltiniai;
* stulpelyje *Mokymosi priemonė* yra pateikiamos mokymosi priemonės, tinkamos įgyvendinti Gyvenimo įgūdžių BP;
* stulpelyje *Integracija* yra pateikiamos integravimo galimybės.

Dėl ilgalaikio plano formos susitaria mokyklos bendruomenė, tačiau nebūtina siekti vienodos formos. Skirtingų dalykų ar dalykų grupių ilgalaikių planų forma gali skirtis, svarbu atsižvelgti į dalyko(-ų) specifiką ir sudaryti ilgalaikį planą taip, kad jis būtų patogus ir informatyvus mokytojui, padėtų planuoti trumpesnio laikotarpio (pvz., pamokos, pamokų ciklo, savaitės) ugdymo procesą, kuriame galėtų būti nurodomi ugdomi pasiekimai, kompetencijos, sąsajos su tarpdalykinėmis temomis. Pamokų ir veiklų planavimo pavyzdžių galima rasti BP įgyvendinimo rekomendacijose. Planuodamas mokymosi veiklas mokytojas tikslingai pasirenka, kurias kompetencijas ir pasiekimus ugdys atsižvelgdamas į konkrečios klasės mokinių pasiekimus ir poreikius. Šį darbą palengvins naudojimasis [Švietimo portale](https://emokykla.lt/) pateiktos BP [atvaizdavimu](https://www.emokykla.lt/bendrosios-programos/visos-bendrosios-programos/48) su mokymo(si) turinio, pasiekimų, kompetencijų ir tarpdalykinių temų nurodytomis sąsajomis.

**Gyvenimo įgūdžių Ilgalaikio plano 5 klasei pavyzdys**

**Bendra informacija:**

**Klasė** 5

**Mokslo metai \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Savaitinių pamokų skaičius** 1

**Vertinimas \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| EIL. NR. | MOKYMO(SI) TURINIO SRITIS | MOKYMO(SI) TURINIO TEMA | PAMOKOS TEMA | VALANDŲ SKAIČIUS | 30 PROC. | UGDOMI PASIEKIMAI | UGDOMOS KOMPETENCIJOS | SKAITMENINIAI IR SPAUSDINTI LEIDINIAI, KNYGOS | MOKYMO(SI) PRIEMONĖ | INTEGRACIJA |
| 1. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Emocijų atpažinimas ir žodyno plėtojimas | 0,33 |  | Paaiškina, kodėl kai kurioms emocijoms reikia skirti daugiau dėmesio ir kaip emocijų raiškos lūkestis padeda jas sureguliuoti. Pateikia pavyzdžių, kaip atpažinti streso požymius ir priežastis, numatyti jo pasekmes, ir taiko kelis streso valdymo metodus (A1.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Bracket, M., Leidimas jausti. Vilnius: Vaga, 2020 | Atpažink liūdesį ir kitus jausmus. Praleisk progą pasityčioti! Kai kyla noras įskaudinti ar pažeminti kitą. VšĮ „Vaikų linija“.<https://www.youtube.com/watch?v=8hft9k46rwQ>  |  |
| Patiriamų emocijų atpažinimas ir įvardijimas | 0,33 |  | Hoffmann, K., W., Roggenwallner B., *Programa EQ vaikams. Emocinį intelektą ugdantys žaidimai*. Vilnius: Presvika, 2005  | Mūsų šešios emocijos. Atviras jaunimo centras „Žalianamis“ <https://www.youtube.com/watch?v=OwnmJCVuBng>  |  |
| Andrijauskienė, L., Baušytė, R., Breivienė, R., Brimienė, I., Bumbulienė, Ž., Klimašenko, J., Sabaitytė, E., Vaigauskaitė-Mažeikienė, B., Žilovič, D. (2023). *Trikampiai ir apskritimai: mano moteriškumo pradžia*. Vilnius: VU leidykla |  |  |
| Emocijų valdymas | 0,33 |  | Rosenberg, M., B., *Nesmurtinis bendravimas*. Meilės kelias, 2021 | 5 pirštų emocijų valdymo metodas. VšĮ Pozityvaus ugdymo institutas <https://www.youtube.com/watch?v=3YoayYs_1CM>  |  |
| Shapiro, L. E., *Kaip ugdyti vaiko emocinį intelektą.* Vadovas tėvams. Presvika, 2008 |  |
| Nerimo ir streso atpažinimas | 1 |  | PSO rekomendacijos dėl streso mažinimo: <https://pagalbasau.lt/wp-content/uploads/2020/05/Doing-What-matters-in-times-of-stress-an-illustrated-guide_Lithuanian_CC-BY-NC-SA-IGO_Redacted68.pdf>  | Informacija apie stresą ir jo mažinimo būdus. LR sveikatos apsaugos ministerija su partneriais. <https://pagalbasau.lt/jaunimui/stresas/>  |  |
| Nerimo ir streso įveika | 1 |  | Apie savęs žalojimą, pagalbą sau ir draugui. LR sveikatos apsaugos ministerija su partneriais. <https://pagalbasau.lt/jaunimui/saves-zalojimas/>  |  |
| Paprastas nusiraminimo pratimas, tinkantis ir vaikams. „Aš ir psichologija“ <https://www.youtube.com/watch?v=zgyX9ojollY>  |  |
| 2. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savo įgūdžių, gebėjimų, savybių tyrinėjimas ir atpažinimas | 1 |  | Įvardija bendražmogiškąsias vertybes, argumentuoja, kaip jos padeda tobulėti, įvardija siekį, kurį gali pasiekti vadovaudamasis vertybėmis, atpažindamas ir pasitelkdamas savo gebėjimus ir išorinę pagalbą (A2.3) | Komunikavimo; Kūrybiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Dweck, C. S., Tu gali. Atskleiskite savo galimybes. Vilnius: Alma Littera, 2017 |  |  |
| Pasitikėjimo savimi ugdymas stiprinant gebėjimus | 1 |  |  |  |
| 3. | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Savęs pažinimas ir asmeniniai tobulėjimo tikslai | Motyvacija, tikslų kėlimas ir siekimas | 1 |  | Išsikeldamas ir siekdamas mokymosi tikslo taiko augimo mąstyseną, paaiškina, kaip stiprinti pasitikėjimą savimi (A3.3) | Komunikavimo; Kūrybiškumo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Dweck, C. S., Tu gali. Atskleiskite savo galimybes. Vilnius: Alma Littera, 2017 |  |  |
| Mokymosi sunkumai, pagalbos prašymas ir gavimas | 1 |  |  |  |
| 4. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | Kitų emocijų atpažinimas ir įvardijimas | 1 |  | Paaiškina, kas yra empatiškumas, pateikia pavyzdžių, kaip elgesys daro teigiamą arba neigiamą poveikį kito asmens emocijoms, pagrindžia, kodėl svarbu sukurti rūpesčiu grįstą mokymosi aplinką (B1.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Rosenberg, M. B., Nesmurtinis bendravimas. Meilės kelias, 2021 |  |  |
| Veiksmingas bendravimas | 0,5 |  |  |  |  |
| Santykio kūrimas | 0,5 |  |  |  |  |
| 5. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | Bendradarbiaujančios grupės požymių atpažinimas ir įvardijimas | 1 |  | Argumentuoja, kaip vienas kito grupėje palaikymas tarp komandos narių stiprina ryšius ir tarpusavio santykius, sėkmingai dirba įvairiose grupėse (B2.3) | Komunikavimo; Kultūrinė; Kūrybiškumo; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  |  |  |
| Mokosi dirbti grupėje | 1 |  |  |  |  |
| 6. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | Panašumų ir skirtumų atpažinimas ir įvardijimas | 1 |  | Atpažįsta faktais nepagrįstą nuomonę, argumentuoja ir pademonstruoja, kaip patikrinti ar skleidžiama informacija yra teisinga, pateikia konkrečių, asmenį palaikančių teiginių pavyzdžių (B3.3) | Komunikavimo; Skaitmeninė | Gidas suaugusiems, kaip atsakyti į (ne)patogius paauglių klausimus. VšĮ „Įvairovės ir edukacijos namai“ https://www.ivairovesnamai.lt/\_files/ugd/691f03\_b076d7527de04576a46fc13352a167e7.pdf |  |  |
| Atpažinti situacijas, kai reikia išreikšti palaikymą | 1 |  | Andrijauskienė, L., Baušytė, R., Breivienė, R., Brimienė, I., Bumbulienė, Ž., Klimašenko, J., Sabaitytė, E.,Vaigauskaitė-Mažeikienė, B., Žilovič, D., (2023). Trikampiai ir apskritimai:mano moteriškumo pradžia. Vilnius: VU leidykla |  |  |
| Tutkuvienė, J., *Mergaitei ir jos mamai. Kodėl, kada ir kaip bręstama*. Leidykla „Meralas“ (2001) |  |
| Girskis, J., Jurkevičius, P., Slušnys, L., Variakojis, A., Gabrielius Liaudanskas-Svaras, G., *Būk vyras: berniukų knyga.* BŪK VYRAS: berniukų knyga. Atnaujintas leidimas naujai <https://www.knygos.lt/lt/knygos/buk-vyras-berniuku-knyga/>  |  |
| Kindlon D., Thompson, M., *Augant Kainui: kaip apsaugoti berniukų jausmų pasaulį*. Knyga, kurią tiesiog būtina perskaityti kiekvienam, norinčiam padėti berniukams užaugti emociškai raštingomis, visavertėmis asmenybėmis. AUGANT KAINUI: kaip apsaugoti berniukų jausmų pasaulį <https://www.knygos.lt/lt/knygos/augant-kainui--kaip-apsaugoti-berniuku-jausmu-pasauli/?gclid=Cj0KCQjwmN2iBhCrARIsAG_G2i4tDBGyumQVs5GfzWEQUgkixMPyvj7BECjyFi8LO1rCcCxUvc3V3mUaAgoiEALw_wcB>  |  |
| 7. | Santykiai ir bendradarbiavimas | Santykiai ir bendradarbiavimas | Konfliktų ar nesutarimų atsiradimo priežastys | 1 |  | Konfliktui spręsti panaudoja strategiją, kuri priimtina abiem konfliktuojančioms pusėms. Atpažįsta patyčių dalyvius ir veiksmingai reaguoja į patyčias, paaiškina, kas yra bauginimas, kaip veiksmingai į jį reaguoti ir padėti jį įveikti sau ir kitiems (B4.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Rosenberg, M. B., *Nesmurtinis bendravimas*. Meilės kelias, 2021 |  |  |
| Kaip užkirsti kelią įvairių formų smurtui prieš LGBT+ vaikus? Vadovas profesionalams, dirbantiems švietimo, sveikatos apsaugos, paramos šeimoms, žiniasklaidos ir viešojo sektoriaus srityse. Nacionalinė LGTB teisių organizacija. <https://issuu.com/lgllgl/docs/handbook-dac-a5-lt-4>   |  |  |
| Konfliktų ir nesutarimų galimi sprendimai ir pasekmės | 1 |  | Rosenberg M. B., Nesmurtinis bendravimas. Meilės kelias, 2021 |  |  |
| Plakatų smurto prevencijos tema praktinio taikymo rekomendacijos bendrojo ugdymo pedagogams 5-8 kl. <https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2019/11/Rekomendacijos-praktiniam-5-8-klasiu-plakato-taikymui.pdf>  |  |
| Patyčių atpažinimas ir įveika | 1 |  | Rekomendacijos mokyklų vadovams ir pedagogams „Smurto ir patyčių prevencija mokantis nuotoliniu būdu“ <https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/11/Elektronines-patycios.-04-08.pdf>  | STOP patyčioms. VšĮ „Lions Quest Lietuva“ <https://www.youtube.com/watch?v=cnLV-SBj4dQ>  |  |
| Praleisk progą pasityčioti! VšĮ „Vaikų linija“ <https://www.youtube.com/watch?v=KARe2b1S6UA>  |  |
| Kai emocijos iš virtualios erdvės persikelia į mokyklą. Praleisk progą pasityčioti! VšĮ „Vaikų linija“ <https://www.youtube.com/watch?v=G2JAWnqJb4I>  |  |
| 8. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Bendrosios ir tikslinės elgesio taisyklės, susitarimai | 0,5 |  | Atpažįsta etišką ir neetišką elgesį, argumentuoja, kaip etiškas elgesys bendruomenėje padeda išvengti nesusipratimų (C1.3) | Komunikavimo; Kultūrinė; Pažinimo; Pilietiškumo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Gidas suaugusiems, kaip atsakyti į (ne)patogius paauglių klausimus. VšĮ „Įvairovės ir edukacijos namai“ <https://www.ivairovesnamai.lt/_files/ugd/691f03_b076d7527de04576a46fc13352a167e7.pdf>  | Darbas aukštyje yra didelės rizikos veikla. Via Storia <https://www.napofilm.net/lt/napos-films/napo-work-height>  |  |
| Bendrųjų taisyklių ir susitarimų laikymasis, refleksija | 0,5 |  |  | Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centras <http://www.saugauvaika.lt/>  |  |
| 9. | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Atsakingi sprendimai ir elgesys | Sprendimų priėmimo įgūdžiai | 0,5 |  | Atpažįsta ir įvardija kliūtis, kurios gali trukdyti priimti sprendimus, argumentuoja, kaip išsikelti tikslai padeda pasirinkti gyvenimo kryptį (C2.3) | Komunikavimo; Pažinimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  | „Neprarask budrumo“. Apie prekybą žmonėmis, formą, ką daryti, kaip išvengti. 5 – 6 kl. Vaizdo medžiaga. Nacionalinė švietimo agentūra.<https://www.youtube.com/watch?v=T7weJVeIQa8>  |  |
| Sprendimų pasekmių vertinimas | 0,5 |  |  |  |  |
| 10. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Pavojaus sveikatai ir gyvybei atpažinimas, saugantis save ir kitus elgesys | 2 |  | Pateikia gyvybei ir sveikatai pavojingų aplinkų pavyzdžius, paaiškina rizikingo elgesio pasekmes ir kodėl paauglystėje priimant svarbius sprendimus reikalinga suaugusiųjų parama. Paaiškina, kokie įgūdžiai padės priimti tinkamus, sveikatą, gyvybę ir turtą saugančius sprendimus ir tinkamai elgtis gaisro, skendimo, savo ir kito gelbėjimo situacijoje. Analizuoja ir vertina galimus pavojaus šaltinius ir moka saugiai elgtis gresiant ar susidarius ekstremaliajai situacijai. Paaiškina, kas yra psichologinis, fizinis, ekonominis ir seksualinis smurtas ir prievarta, argumentuoja, kokią žalą smurtas daro sveikatai, iš pavyzdžių atpažįsta lytinį priekabiavimą, prekybą žmonėmis ir paaiškina, kur kreiptis pagalbos (D1.3). | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos |  | Žiemos pavojai.Ugniagesių gelbėtojų mokykla <https://www.youtube.com/watch?v=StIZRdjv2Zk>  |  |
| Saugus elgesys vandenyje.Ugniagesių gelbėtojų mokykla <https://www.youtube.com/watch?v=xDwkz0sOm18>  |  |
| Saugus elgesys su gyvūnais.Ugniagesių gelbėtojų mokykla <https://www.youtube.com/watch?v=en5TUFPT45o&ab_channel=Ugniagesi%C5%B3Gelb%C4%97toj%C5%B3Mokykla>  |  |
| Saugus elgesys namų ir viešoje aplinkoje | 1 |  |  | Elektra mūsų namuose. Filmų ciklas „Ekstremalios situacijos“ Ugniagesių gelbėtojų mokykla<https://www.youtube.com/watch?v=Ci9jM34mGxQ>  |  |
|  | Kaip elgtis pajutus dujų kvapą Filmų ciklas „Ekstremalios situacijos“. Ugniagesių gelbėtojų mokykla. <https://www.youtube.com/watch?v=ecto6lxG_pU>  |  |
|  | Pavojingos medžiagos | Ženklai ir žymės | Cheminės medžiagos. Via Storia <https://www.napofilm.net/lt/napos-films/napo-danger-chemicals>  |  |
|  | Nelaimingų atsitikimų prevencija. Via Storia <https://www.napofilm.net/lt/napos-films/napo-in-shocking-situations>  |  |
|  | Saugus elgesys minioje. Ugdymo plėtotės centras.<https://sauga-sveikata5-8.mkp.emokykla.lt/lt/mo/zinynas/saugus_elgesys_minioje/>  |  |
| Smurto ir prievartos prevencija | 1 |  | Andrijauskienė, L., Baušytė, R., Breivienė, R., Brimienė, I., Bumbulienė, Ž., Klimašenko, J., Sabaitytė, E.,Vaigauskaitė-Mažeikienė, B., Žilovič, D., (2023). Trikampiai ir apskritimai:mano moteriškumo pradžia. Vilnius: VU leidykla | Globos namai „Užuovėja“ Mokymai specialistams <https://www.uzuoveja.lt/edukacinis-centras/mokymai-specialistams/94>  |  |
| Lygių galimybių plėtros centras ir socialinės reklamos agentūra „Nomoshiti“ <https://lygybe.lt/data/public/uploads/2021/11/lygybes-laboratorija_-saugios-aplinkos-mokykloje-kurimo-vadovas.pdf>  | „Man taip nenutiks“. Žmonių išnaudojimas, organizuoto nusikalstamumo, prekybos žmonėmis atpažinimui skirtas filmukas. Vaizdo medžiaga. Nacionalinė švietimo agentūra.<https://www.youtube.com/watch?v=I6PTqyPixoI>  |  |
| 11. | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Saugus ir sveikas asmuo ir bendruomenė | Sveikatos stiprinimas | 0,5 |  | Įvardija paauglystėje vykstančius fiziologinius pokyčius, su jais susijusias psichologines ir fiziologines problemas ir jų sprendimus, pateikia lytinės sveikatos saugojimo pavyzdžių. Pritaiko įgytus kokybiško gaivinimo įgūdžius spausdamas krūtinę ir naudodamas defibriliatorių. Įvardija išorinius ir vidinius veiksnius, skatinančius vartoti psichoaktyviąsias medžiagas, pademonstruoja, kaip prašyti pagalbos, jeigu jaučia, kad patiria neigiamą spaudimą vartoti psichoaktyviąsias medžiagas (D2.3) | Komunikavimo; Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos | Andrijauskienė, L., Baušytė, R., Breivienė, R., Brimienė, I., Bumbulienė, Ž., Klimašenko, J., Sabaitytė, E.,Vaigauskaitė-Mažeikienė, B., Žilovič, D., (2023). Trikampiai ir apskritimai:mano moteriškumo pradžia. Vilnius: VU leidykla | Dantų priežiūra. Odontologų rūmai<https://odontologurumai.lt/lt/pacientams/burnos-sveikata>  |  |
| Tutkuvienė, J., *Mergaitei ir jos mamai. Kodėl, kada ir kaip bręstama*. Leidykla „Meralas“ (2001) | Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centras Lytinis brendimas <https://smlpc.lt/lt/vaiku_sveikatos_stiprinimas/edukaciniai_filmukai_sveikatos_stiprinimo_temomis/>  |  |
| Savirūpa, slauga ir pirmoji pagalba | 0,5 |  | Ką reikia žinoti apie pirmąją pagalbą LR Sveikatos apsaugos ministerija [https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/pirmoji%20pagalba(2).pdf](https://sam.lrv.lt/uploads/sam/documents/files/pirmoji%20pagalba%282%29.pdf)  |  |  |
| Apie vaikų dantis / trauma / pirmoji pagalba (visoms klasėms)Odontologų rūmai<https://odontologurumai.lt/files/nauji/apie-vaiku-dantis.pdf>  |  |
| Prevencija | 0,5 |  | Girskis, J., Jurkevičius, P., Slušnys, L., Variakojis, A., Gabrielius Liaudanskas-Svaras, G., *Būk vyras: berniukų knyga.* BŪK VYRAS: berniukų knyga. Atnaujintas leidimas naujai <https://www.knygos.lt/lt/knygos/buk-vyras-berniuku-knyga/>  | Informacija apie užkrečiamąsias ligas ir jų prevencijąNacionalinis visuomenės sveikatos centras<https://nvsc.lrv.lt/lt/uzkreciamuju-ligu-valdymas>  |  |
| Jaunimo reikalų agentūra. Lytiškumo ugdymo gidas: <https://jra.lt/naujienos/187-kvieciame-skaityti-lytiskumo-ugdymo-praktini-gida>  | Kas yra priklausomybė. Svetainėje Pagalba sau pateikiama informacija, kaip atpažinti ligos simptomus.LR Sveikatos apsaugos ministerija su partneriais <https://pagalbasau.lt/priklausomybes/>  |  |
| Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos mokymo programa tėvams. Metodinės rekomendacijos. Lietuvos Respublikos Švietimo ir mokslo ministerija, Specialiosios pedagogikos ir psichologijos centras, 2009. | Informacija apie psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijai skirtas programas, kuruojamas Nacionalinės švietimo agentūros: <https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2020/12/Psichoaktyviuju_medziagu_vartojimo_prevencija.pdf>  |  |
| Psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos programa mokinių tėvams: metodinės rekomendacijos, mokyklų ir globos įstaigų vadovams, pedagogams, specialistams Valantiejienė S., Merfeldaitė, O., Klanienė, I. Ir kiti., ŠMM ir SPPC, 2018.[https://vb.mruni.eu/object/elaba:33125550/](https://vb.mruni.eu/object/elaba%3A33125550/)  |  |
| Kaip padėti mokiniams išvengti priklausomybės nuo ekranų. Atmintinė tėvams, pedagogams<https://www.nsa.smm.lt/wp-content/uploads/2021/05/Atmintine.pdf>  |  |
| Pagalbos poreikio tyrimas | 0,5 |  | Girskis, J., Jurkevičius, P., Slušnys, L., Variakojis, A., Gabrielius Liaudanskas-Svaras, G., Būk vyras: berniukų knyga. BŪK VYRAS: berniukų knyga. Atnaujintas leidimas naujai <https://www.knygos.lt/lt/knygos/buk-vyras-berniuku-knyga/>  | Pagalba sau – tai nacionalinė psichikos sveikatos svetainė, kurioje taip pat pateikta informacija apie priklausomybes. LR Sveikatos apsaugos ministerija su partneriais <https://pagalbasau.lt/priklausomybes/>  |  |
| Pasiruošimas įgyvendinti poreikį | 0,5 |  |  |  |  |
| Projekto įgyvendinimas | 0,5 |  |  |  |  |
| Refleksija | 0,5 |  |  |  |  |
| Pristatymas bendruomenei  | 0,5 |  |  |  |  |