

NEGALIAŲ TURINČIŲ JAUNUOLIŲ INTEGRACIJOS Į DARBO RINKĄ PROGRAMA

UŽDUOČIŲ RINKINYS
JUDESIO IR PADĖTIES NEGALIAŲ TURINTIEMS
JAUNUOLIAMS

2011, Kaunas



Priemonė parengta įgyvendinant projektą „Veiklos modelių judesio ir padėties, protinę bei regėjimo negalią turintiems jaunuoliams sukūrimas ir realizavimas Kauno apskrities specialiojo ugdymo ir globos įstaigose, siekiant jų sėkmingos intergracijos į darbo rinką“ (projekto SFMIS nr. VP 1-1.3-SADM-02-K-01-019)

Parengė: *Lili Laucevičienė, Daiva Penkauskienė, Vilija Targamadzė, Jūratė Stankaitytė*

Konsultantai: *Indrė Augutienė, Zina Baltrėnienė*

TURINYS

MODULIS 1. KOMUNIKACINŲ IR SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS	7
Užduoties lapas: „Aš esu“	8
Užduoties lapas: „Kaip tu jauti“	9
Užduoties lapas: „Savęs vaizdas“	10
Užduoties lapas: „Manojo „Aš“ banko sąskaita“	11
Užduoties lapas: „Savigarbos stiprinimo būdai“	13
Užduoties lapas: „Bendravimo įgūdžiai“	14
Užduoties lapas: „Įtakos langas“	15
Užduoties lapas: „Konfliktų priežastys“	16
Užduoties lapas: „Lauros dilema“	17
Užduoties lapas: „Sprendimo priėmimo modelis“	18
Užduoties lapas: „Sprendimo priėmimo stiliai“	19
Užduoties lapas: „Noriu keisti...“	20
Žaidimas: „Pasitikėjimas“	21
MODULIS 2. ĮGŪDŽIŲ LAVINIMAS, SIEKiant PAŽINTI SAVO EMOCIJŲ RAIŠKĄ	23
Užduoties lapas: „Pojūčiai“	24
Užduoties lapas: H. Radauskas „Vakaras“	25
Užduoties lapas: Vaidybinės interpretacijos pagal Just. Marcinkevičiaus eilėrašį „Vakaras toksai, kad...“	26
Užduoties lapas: Vaidybinė interpretacija pagal Just. Marcinkevičiaus eilėrašį „Ten, sniego dabar sulig vartais...“	27
Užduoties lapas: Dvi ištraukos (Jaunystė) iš draminės kompozicijos „Netikėk, kad Grožis miršta“, parengtos pagal M. K. Čiurlionio laiškus	28
Užduoties lapas: Ištrauka „Vidudienies...“ iš inscenizacijos „Žiemos pokštai“	29
Užduoties lapas: J. Degutytė „Kiekviename iš mūsų - atskiras pasaulis...“	30
Užduoties lapas: Vaidmenų žaidimas „Dialogas. PONAS - TARNAS; TARNAS - PONAS“	31
Užduoties lapas: Ištrauka iš T. Gabbé pasakos „Krištolinė kurpaitė“	32

MODULIS 3. SĖKMINGA KARJERA IR INTEGRACIJA Į DARBO RINKĄ	33
Užduoties lapas: „Interesai ir pomėgiai“	34
Užduoties lapas: „Interesų tyrimas“	35
Užduoties lapas: „Interesų tipai ir jų ypatumai“	36
Užduoties lapas: „Vertybių deimantas“	37
Užduoties lapas: „Profesijos pasirinkimo modelis“	38
Užduoties lapas: „Profesinės veiklos alternatyvų analizė“	39
Užduoties lapas: „Mano pasirinkimas“	45
Užduoties lapas: „Individualus veiksmų planas“	46
Užduoties lapas: „Sajungininkai“	47



MODULIS 1.
KOMUNIKACINIŲ IR SOCIALINIŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMAS

• **Užduoties lapas:** „Kaip tu jauti“

Pamąstykite ir užbaikite šiuos sakinius:

1. Savimi didžiuojuosi, kai
2. Aš myliu, nes
3. Aš bijau
4. Aš susierzinu, kai
5. Aš nekenčiu
6. Aš laimingiausias(-ia)
7. Aš jaudinuosi dėl
8. Aš esu įtarus (-i) kai
9. Aš esu nelaimingas (-a), kai
10. Aš nusivylęs (-usi)
11. Aš esu susižavėjęs (-usi)



• **Užduoties lapas: „Savęs vaizdas“**

„Užpildykite A,B ir C langelius. A langelyje apibūdinkite save, koks Jūs manote esate iš tikrųjų su savo stipriosiomis ir silpnosiomis pusėmis. B langelyje parašykite koks Jūs norėtumėte ar svajojate būti. C langelyje pažymėkite tai, ką Jūs norite, kad kiti žmonės Jums matytų ar jiems parodote“.

<p>A. Iš tikrųjų aš esu:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>A. Aš norėčiau būti:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
<p>A. Kitiems aš stengiuosi pasirodyti:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>A. Kiti mano, kad aš:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>

Aš supratau/atradau, kad

.....

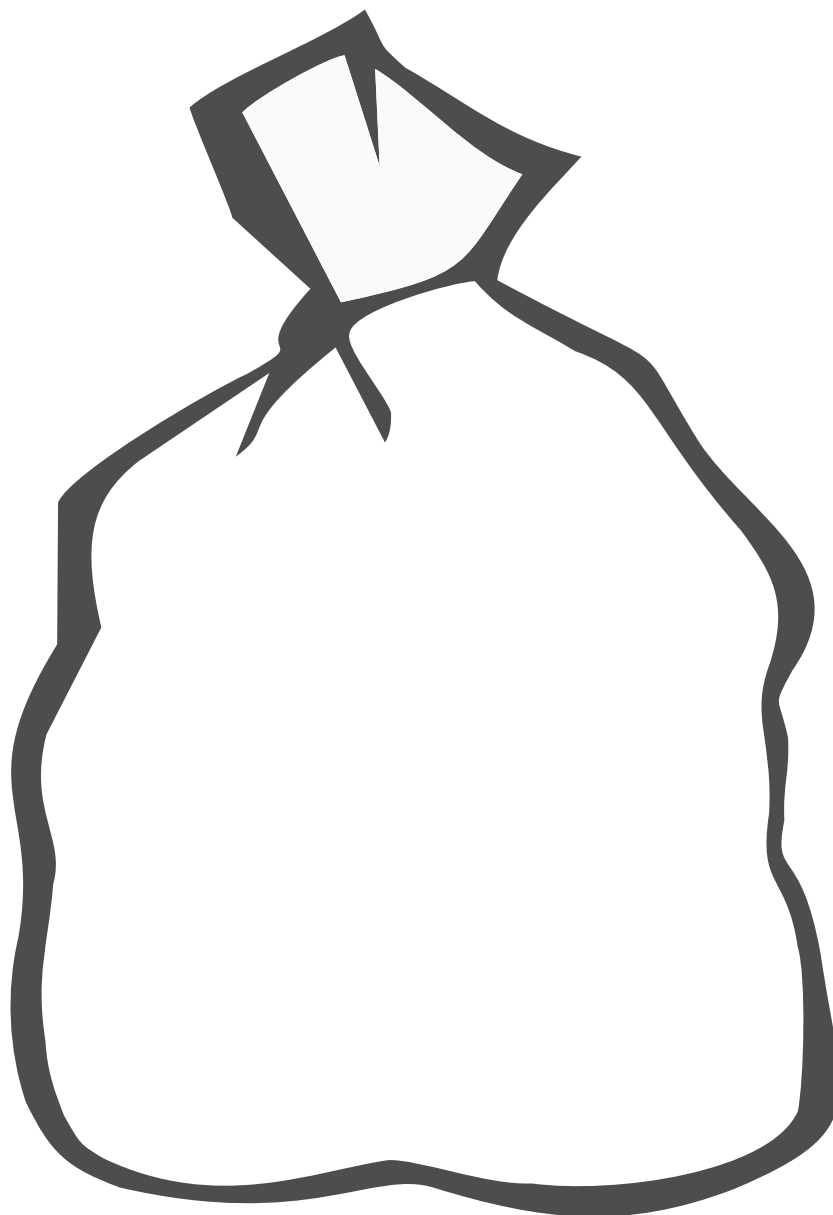
.....

- **Užduoties lapas:** „Manojo „Aš“ banko sąskaita“

Data.....

Maišelyje A surašykite tai kas gali papildyti jūsų „Aš“ sąskaitą t.y. teigiamus Jūsų būdo bruožus, gebėjimus ir kt. Maišelyje B surašykite tai, kas mažina Jūsų sąskaitą t.y. neigiami būdo bruožai, netinkamas elgesys ir kt.

A



B



• **Užduoties lapas:** „Savigarbos stiprinimo būdai“

1. PADRĄŠINIMAS. Svarbu laikytis požiūrio „Aš galiu“.

Parašyti bent penkis sakinius „Aš galiu.....“

2. PAGYRIMAS. Pagirti save už kiekvieną pasiekimą – tiek didelį, tiek mažą.

Palepinti save.

Parašyti dešimt dalykų kuriais galite palepinti save.

3. PRIĖMIMAS. Pažinti ir priimti savo asmenybės stipriąsias ir silpnąsias puses.

Nėra idealių žmonių.

Parašyti teigiamas ir neigiamas savo savybes.

4. PAGALBA. Reikia kelti sau realius tikslus.

Iškelkite ir parašykite tikslą, kurį galite įgyvendinti greičiausiai.

5. LAIKAS. Skirti laiko pabūti vienam su savo mintimis ir jausmais.

Parašyti, kiek laiko per dieną skiriate tik sau.

6. PASITIKĖJIMAS. Išmokti stebėti savo jausmus ir norus.

Parašykite, kuo jūs esate ypatingas.

• **Užduoties lapas:** „Bendravimo įgūdžiai“

A dalis

Bendravimo įgūdžiai	Penki svarbiausi bendravimo įgūdžiai	Bendravimo įgūdžiai, kuriuos esu įgijęs (-usi)	Bendravimo įgūdžiai, kuriuos norėčiau tobulinti
Gebėti susitarti			
Užduoti klausimus			
Prisiimti atsakomybę			
Gebėti susitvardyti			
Nebijoti reikšti savo mintis			
Džiaugtis sėkme			
Nebijoti teikti pasiūlymus			
Argumentuotai ginti savo nuomonę			
Spręsti konfliktus			
Atsižvelgti į kitų nuomones			
Neįžeidinėti kitų			
Kritikuoti mintis, siūlymus, bet ne žmones			
Skatinti, drąsinti			
Sakyti malonius dalykus			
Atsispirti kitų spaudimui			
Vertinti kitus			
Laikytis nurodymų			
Nekritikuoti žmonių			
Paisyti kitų nuomonės			
Dirbti grupėje drauge su kitais			
Dalytis informacija			
Kalbėti ramiai, nekeliant balso			

B dalis

1. Parašyk, kas, kokie bendravimo įgūdžiai tau padeda sėkmingai bendrauti.

.....

.....

.....

2. Parašyk, kas tau trukdo sėkmingai bendrauti.

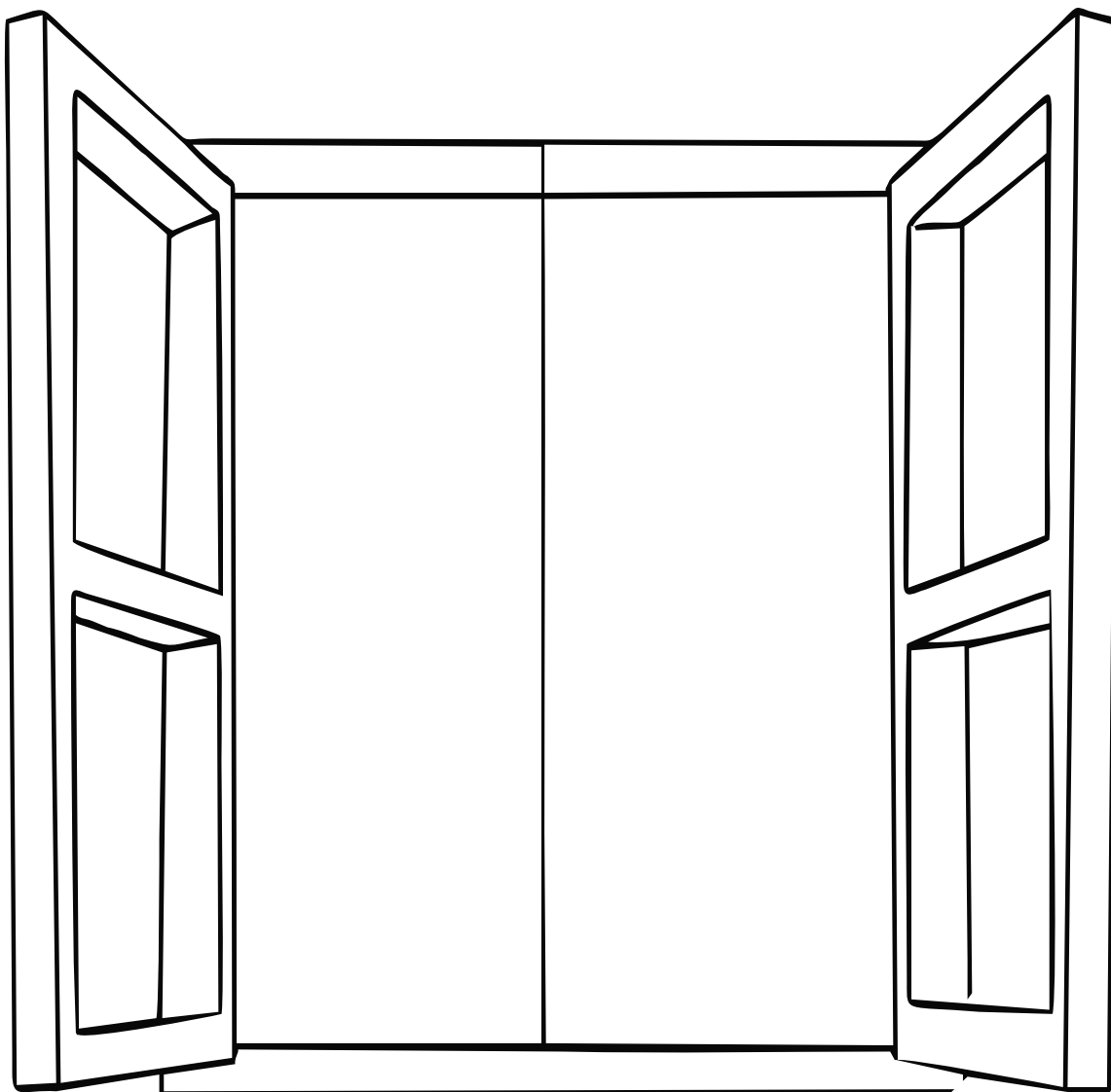
.....

.....

.....

- **Užduoties lapas:** „Įtakos langas“

Lango viršuje parašykite savo vardą, o į langą surašykite viską, kas Jūsų nuomone, Jus gyvenime įtakoja t.y. dešinėje pusėje surašykite asmenis, kairėje - įvykius.



- **Užduoties lapas:** „Konfliktų priežastys“

GYVYBINIAI POREIKIAI – TAI DALYKAI, KURIŲ REIKIA IŠGYVENIMUI, KAIP ANTAI MAISTAS, VANDUO, ORAS.

SKIRTINGOS VERTYBĖS BŪDINGOS SKIRTINGŲ ĮSITIKINIMŲ, PASAULĖŽIŪRŲ, RELIGIJŲ ŽMONĖMS. DĖL ŠIŲ PRIEŽASČIŲ KYLANTYS KONFLIKTAI LABAI SUNKIAI SPRENDŽIAMAI, NES VERTYBĖS PRAKTIŠKAI NEKINTA ARBA KINTA LABAI LĖTAI.

SKIRTINGAS SUVOKIMAS – TAI SKIRTINGA NUOMONĖ APIE TĄ PATĮ DALYKĄ.

SKIRTINGI INTERESAI – KAI ŽMONĖMS RŪPI SKIRTINGI DALYKAI. TOKIŲ KONFLIKTŲ MŪSŲ GYVENIME YRA YPAČ DAUG.

RIBOTI IŠTEKLIAI REIŠKIA RIBOTĄ KO NORS KIEKĮ.

PSICHOLOGINIAI POREIKIAI YRA TAI, KO MUMS REIKIA, KAD JAUSTUMĖTĖS ESA GABŪS, SVARBŪS, SVEIKI, KITŲ PRIPAŽĪSTAMI.

• **Užduoties lapas:** „Lauros dilema“

Laurai 21 m., o levai - 15 m. Jos yra seserys. Jos niekada nesutarė, nuolat pešėsi ir bardavosi. Laurai atrodo, kad jai tėvai niekada neduodavo tiek laisvės, kai ji buvo 15 metų, kaip dabar jos sesuo, ir kad tėvai yra gerokai atlaidesni levai. Leva gali grįžti namo, kada nori, jos niekada neklausinėja apie draugus, nekontroliuoja kur ir su kuo ji eina. Tačiau leva pavydi Laurai, kadangi ši dirba ir yra finansiškai nepriklausoma. Abi seserys mano, kad kitą tėvai myli labiau negu ją. Vieną vakarą, eidama namo iš darbo, Laura pastebėjo leva su grupe draugų bandančią apvogti mašiną, pastatytą neapšviestame kiemo kampe. Kai leva pamatė Laurą, ėmė maldauti nepapasakoti tėvams. „Aš pasakysiu jiems, - sako Laura. – Aš noriu, kad jie sužinotų, ką jų mylimoji dukrelė veikia laisvalaikio“. Leva šaukia ir verkia: „Jeigu tu pasakysi jiems, aš iš karto pabėgsiu iš namų. Man jau bloga nuo to, kad tu kišiesi į mano gyvenimą. Aš rasiu kur apsistoti. Tai daug geriau nei grįžti namo ir klausytis tavo skundimo“.

Kaip Laura turėtų pasielgti?

1 sprendimas

.....

.....

2 sprendimas

.....

.....

3 sprendimas

.....

.....

4 sprendimas

(-)

(+)

5 sprendimas

(-)

(+)

Geriausias sprendimas

- **Užduoties lapas:** „Sprendimo priėmimo modelis“

Problema/klausimas

Alternatyvos	Kokia nauda	Kokie trūkumai/ sunkumai	+/-

Geriausia alternatyva:

Artimiausi žingsniai, kuriuos turiu padaryti įgyvendinant sprendimą:

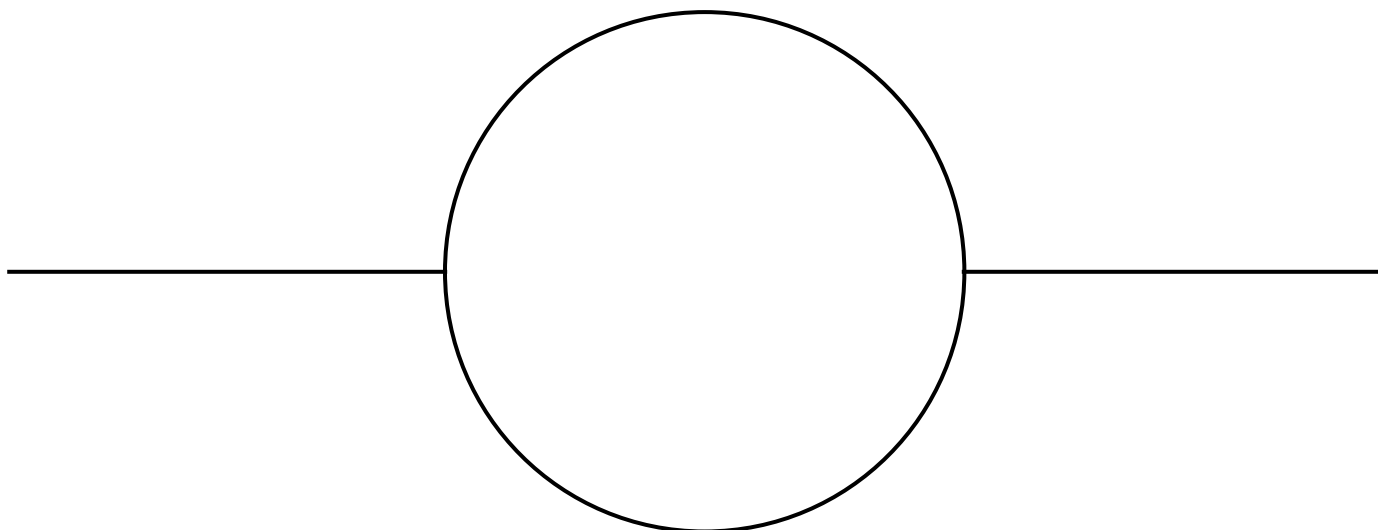
- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

• **Užduoties lapas:** „Sprendimo priėmimo stiliai“

Įvertinkite procentais, kiek kiekvienas iš šių sprendimo stilių yra būdingas jums.

Sprendimo priėmimo stilius	Sprendimo priėmimo stiliaus aprašymas	Atitikimas jūsų asmeniniam sprendimų priėmimo stiliui (procentais)
Priklausomas	<i>Priimdamas sprendimus labiau pasitiki kitais nei savimi. Mano, kad kiti geriau žino, ko jis/ji nori ar kas jam/jai geriau tinka.</i>	
Išsigandęs	<i>Bijo priimti sprendimą, nerimauja dėl sprendimo pasekmių.</i>	
Logiškas	<i>Priima sprendimą tik iki galo apsvaustęs visas alternatyvas ir pasekmes.</i>	
Impulsyvus	<i>Priima sprendimus neapsvarstęs visų galimų alternatyvų.</i>	
Atidėliojantis	<i>Ilgai nagrinėja alternatyvas ir susirenka labai daug informacijos, bet nežino, kas jam/jai tinkamiausia arba jam/jai tiesiog sunku pasirinkti.</i>	
Emocionalus	<i>Nagrinėja galimus pasirinkimus ir priima sprendimus atsižvelgdamas į savo jausmus ir tai kas jam/jai yra svarbu.</i>	

- **Užduoties lapas:** „Noriu keisti...“



- **Žaidimas: „Pasitikėjimas“**

Žaidimą sudaro 9 kortelės su nebaigtais sakiniais apie pasitikėjimą. Žaidimo panaudojimo instrukcija pateikta užduoties „Pasitikėjimas“ apraše (Veiklos modelis judesio ir padėties negalią turintiems jaunuoliams).

Aš manau, kad pasitikėjimas – tai.....

Aš pasitikiu žmonėmis, kurie....

Aš nepasitikiu žmonėmis, kurie...

Kokie žodžiais taip pat reiškia pasitikėjimą...

Kodėl galima pasitikėti tavimi...

Pasitikėti savimi tai

Kai žmogus nepasitiki savimi tai...

Kai žmogus nepasitiki kitais tai...

Besąlygiškai negalima žmonėmis pasitikėti situacijose...



MODULIS 2.

ĮGŪDŽIŲ LAVINIMAS, SIEKIANT PAŽINTI SAVO EMOCIJŲ RAIŠKĄ

• **Užduoties lapas: „Pojūčiai“**

REGĖJIMO ĮVERTINIMAS

- Esu jautrus spalvų harmonijai ir disharmonijai.
- Žinau visų savo draugų akių spalvą.
- Bent vieną kartą per dieną žvelgiu į tolimą dangaus horizontą arba į dangų virš galvos.
- Puikiai sugebu apibūdinti regėtą vaizdą.
- Man patinka piešti ir raizgyti ornamentus.
- Bičiuliai mane apibūdintų kaip budrų.
- Esu jautrus subtiliems apšvietimo pokyčiams.
- Vaizduotėje galiu kuo tiksliausiai nupiešti anksčiau matytą vaizdą

KLAUSOS ĮVERTINIMAS

- Draugai mane apibūdina kaip gerą klausytoją.
- Esu jautrus triukšmui.
- Galiu išgirsti, jei kas nors dainuodamas nepataiko į taktą.
- Moku dainuoti pagal taktą.
- Reguliariai klausausi džiaz ar klasikinės muzikos.
- Klausydamasis muzikos galiu atskirti pagrindinę melodiją.
- Gerai žinau, kam skirtas kiekvienas mano stereogrotuvo mygtukas ir sugebu išgirsti skirtumą, jeigu kurį atitinkamai pasuku.
- Man patinka tylą.
- Sugebu pajusti subtilius savo pašnekovo balso tono, tembro ar bangavimo pokyčius.

UOSLĖS ĮVERTINIMAS

- Turiu mėgiamą aromatą.
- Kvapai stipriai veikia mano emocijas –kartais į gera, kartais į bloga.
- Galiu atpažinti draugus iš kvapo.
- Žinau, kaip naudotis aromatais, kad jie vienaip ar kitaip darytų įtaką mano nuotaikai.
- Galiu patikimai spręsti apie maisto ar vyno kokybę iš jo kvapo.
- Pamatęs ką tik nuskintas gėles paprastai keletą akimirkų uostau jų kvapą.

SKONIO ĮVERTINIMAS

- Galiu pajusti šviežio maisto „šviežumą“.
- Man patinka įvairiais būdais gaminti valgį.
- Ieškau neįprastų skonio pojūčių.
- Valgydamas patiekalą galiu išskirti atskirų prieskonių ar pagardų aromatus.
- Esu geras virėjas.
- Man patinka prie valgio derinti vynus.
- Valgau sąmoningai, stengdamasis kuo geriau pajusti maisto skonį.
- Vengiu pasenusio maisto.
- Stengiuosi nevalgyti paskubomis.
- Man patinka dalyvauti vyno ir maisto degustacijose.

LIETIMO ĮVERTINIMAS

- Sugebu pajusti kasdien mane supančių daiktų paviršius – kėdžių, sofų ir net automobilio sėdynių, ant kurių sėdžiu.
- Esu jautrus dėvimo drabužio medžiagos kokybei.
- Man patinka liesti ir būti liečiamam.
- Draugai sako, kad puikiai moku apkabinti.
- Išmanau, kaip klausytis rankomis.
- Kai ką nors liečiu, tai galiu pasakyti, kad ji arba jis yra įsitempęs ar atsipalaidavęs.

SINESTEZIJOS ĮVERTINIMAS

- (Sinestezija pojūčių harmonija, pojūčių susiliejimas)
- Man patinka vieną jutimą apibūdinti kitų jutimų sąvokomis.
 - Intuityviai jaučiu, kurios spalvos šaltos, o kurios šiltos.
 - Į meno kūrinį reaguojau visa esybe.
 - Žinau, kokį vaidmenį sinestezija vaidino didžiųjų menininkų ir mokslininkų mąstyme.
 - Galiu pajusti, kurie iš šių garsų – oooooiaaaa, zip-zip- zip, ni-ni-ni-ni-ni – atitinka šias formas: ~, AAA , vvvvv.

• **Užduoties lapas:** *H. Radauskas „Vakaras“*

Vakaras. Nereikia nieko,
Tik sėdėti ir žiūrėti,
Kaip ta saulė mus palieka,
Ir lyg vakaras žerėtų.

Ir matyt, kaip upėj gluosnis
Atsispindi ir lanka,
Ir kaip žemę ima glostyt
Šilto vakaro ranka.

Ir girdėt ties galva skrendant
Nepažįstamus paukščius,
Ir matyt į naktį brendant
Kažką murmančius medžius.

Taip sėdėti ir žiūrėti
Be jokios, jokios minties
Ir jau nieko nenorėti
Nieko, nieko, net mirties.

- **Užduoties lapas:** Vaidybinės interpretacijos pagal Just. Marcinkevičiaus eilėraštį „Vakaras toksai, kad...“

Vakaras toksai, kad nėra kur dėtis:

Ir toksai net neišreiškiamas pilnumas.

Ir lengvumas, mėlynas kaip dūmas,

Ir toli, labai toli girdėtis.

(vaikai žiūri pro langą)

Vaikai (*sužavėti.*) - Krinta sniegas iš rojaus

- Tai bent gražumėlis,

- Paukščių Taką matau!

- Vidunaktis!

- Pilnatis užtekėjo!

- Kokia vaiski mėnesiena!

- **Užduoties lapas:** Vaidybinė interpretacija pagal Just. Marcinkevičius eilėraštį „Ten sniego dabar sulig vartais...“

Veikėjai: Skaitovė, Vaikai - I, II, III, Mama, Senelis, Močiutė.

Skaitovė - Radio teatras. Girdėsite Justino Marcinkevičiaus eilėraščio vaidybinę interpretaciją.

Veiksmas vyksta Lietuvos kaime, vienkiemyje. Tais laikais pirkioje dar nebuvo elektros.

Žiemos vidurys. Vėlyvas rytas. Pusto. Šeima, kaip visada, užsiima savo buitiniiais darbais – mama ir močiutė verda pietus, senelis ilsisi, tėvas eketę kerta, maži vaikai žiopso pro langą.

Senelis (pažiūrėjęs pro langą) - Jau sniego dabar sulig vartais.

Mama (virdama pietus, taip pat dirsteli pro langą) - Stogai varvekliais nukarę.

Vaikas I - (nustemba, staiga pro langą pamatęs tėvą lauke) - Tėvas eketę kerta.

Vaikas II - (susidomėjęs, žiūri, kas vyksta tvarte) - Girdo avj ir karvę.

Močiutė (bambėdama) - Visą dieną pusto ir pusto. Greit nuo sniego stogai ims lūžt.

Vaikas III - (mažiausias tik ką atbėgęs prie lango žavisi) - Kiek daug sniego.

Senelis - (žiovaudamas) - Kaip noriu miego.

Močiutė - (priekaištuoja) - Pusto ir pusto.

Mama - (abejingai) – Tegu.

- **Užduoties lapas:** Dvi ištraukos – „Jaunystė“ - iš draminės kompozicijos „Netikėk, kad Grožis miršta“, parengtos pagal M.K. Čiurlionio laiškus

I ištrauka

Joninės. Vidunaktis. Muzika. Paslaptinga atmosfera. Konstantinas sėdi namo atviroje verandoje. Gaivus vėjelis kedena jo plaukus. Jis susitelkęs savy, klauso muzikos.

Pasirodo mistinė būtybė – Ari.

Ari - Joninės... Vainikai Nemunu plaukia.... Einam.

Konstantinas – Kur?

Ari – Prie Nemuno... (*Abu ateina prie Nemuno ir prisėda ant aukšto kranto*) Ta naktis tava, ar girdi mažyti? Klausyk... Klausyk atidžiai... Sulaikyk kvapą ir klausyk... Girdi, kaip tyliai kalba žvaigždės?

Konstantinas – Girdžiu.

Ari - Vidunakty taip tyku, kad girdi kaip lapas ar žiedelis ant lapelių kraunas... Girdi?

Konstantinas – Girdžiu... (*Tolumoje vėl pasigirsta liaudies daina*) Vėl ...Girdi?

Ari – Girdžiu.

Konstantinas – Gražiai.

Ari – Vaike, aš visuomet trokštu, kad būtum žmogus toks, kaip aš suprantu, tai yra žmogus, kuris viską jaučia, supranta ir siekia tiesos, gėrio, grožio. Žmogus turi savo dvasią ir myli ją. Žmogaus dvasia yra jo dievas. Žmogaus dvasia yra pasaulio valdovė. Žmogaus dvasia yra pasaulio grožis. Žmogaus dvasia yra pasaulio dvasia.

II ištrauka

Žiūrėkit. Tarp snieguotų kalnų viršūnių, kalnų bemaž siekiančių dangų, stovi žmogus. Prie jo kojų debesys pridengė visą žemę. Ten apačioje – sąmyšis, triukšmas, vapėjimas... O čia – tyla. Aplink baltos, nuostabios karūnos, nuostabiai didingos, nuostabiai gražios - iš opalų ir perlų, iš topazo ir malachito, iš kristalų ir deimantų. Nuostabiai stebuklingos didžiulės karūnos, o tarp jų stovi žmogus. Stovi ir žiūri plačiai atmerktomis akimis. Žiūri ir laukia. Pažadėjo jis, kad saulei tekant, užsiplieskus karūnoms, spalvų chaoso ir spindulių šokio valandą uždainuos saulei himną. Himną Saulei.

- **Užduoties lapas:** Ištrauka "Vidudienis..." iš inscenizacijos „Žiemos pokštai“

- *(džiaugiasi)* Vidudienis!!!
- *(džiaugiasi)* Saulė išlindo!!!
- *(džiaugiasi)* Tirpsta sniegas!!!
- *(šaukia staiga pamatęs pro langą vaikus)* – Kaimelis pilnas vaikų!!!
- *(džiaugiasi)* – Atšilo!!!...Staiga atšilo!!!
- Tegu.

Visi vaikai skuba rengtis ir bėga į kiemą.

- **Užduoties lapas:** J. Degutytė „Kiekviename iš mūsų – atskiras pasaulis...“

Kiekviename iš mūsų – atskiras pasaulis
Kiekviename iš mūsų – būna durų nelieštų...
Todėl, gal kelyje ir nepažūsi,
Kol pilnas turtų dar neatrastų.

Gal dar neapėjai visų kertelių,
Gal savo gelmių tu dar nepažįsti?
Gal ir nerastum niekad tikro kelio,
Jeigu užuovėjoje saugotum jaunystę.

Tai bėk, tai bėk į patį žygio srautą.
Svarbiausios durys gal neatveriamos vėjo?
Kiekviename iš mūsų – didelis pasaulis,
Kurio, galbūt – dar viso neapėjom...

- **Užduoties lapas:** Vaidmenų žaidimas „Dialogas. PONAS – TARNAS; TARNAS – PONAS“

Dialogo eiga Nr.	Ponas	Tarnas
1.	Taip	Ne
2.	Taip	Ne
3.	Taip	Ne
4.	Taip	Ne
5.	Taip	Ne.
6.	Taip	Ne.
7.	Taip	Ne.
8.	Taip	Ne.

• **Užduoties lapas:** Ištrauka iš T. Gabbe pasakos „Krištolinė kurpaitė“

Diktorius - Radio teatras. Girdėsite ištrauką iš T. Gabbe pasakos „Krištolinė kurpaitė“

Skamba muzika

Pasakotoja - Karaliaus rūmų salėje vyksta pokylis. Švenčiama princo gimimo diena.

Šiandien jam sukako 23 metai. Suvažiavo daugybė svečių iš viso krašto. Ėjo paskalos, kad šio pokylio metu princas išsirinks sau sužadėtinę, nes į rūmus buvo sukviestos visos karalystės merginos. Atvažiavo ir pamotė su dukromis. Pats įkarštis. Svečiai linksminasi – skamba daug muzikos ir juoko. Netikėtai į salę įeina žavi dama. Ji tokia puiki, kad pamotė su dukromis net neįtaria, jog čia Pelenė. Princas prieina prie Pelenės, lenkiasi.

Princas – Aš laimingas, matydamas jus savo namuose. Leiskite pakviesti jus šokti.

Pasakotoja - Pelenė lenkiasi ir paduoda jam ranką. Jie šoka.

I dvariškis – (*susižavėjęs*) Kaip ji puikiai šoka!

II dvariškis – Tiesiog skraidyte skraidite!

Pamotė – Mergaitės, ko surūgot?... Šypsokitės ...Šypsokitės.

Žavotė – (*pavydžiai*) Princas šoka tik su ja.

Hortenzija – Jis žiūri tik į ją.

Juokdarys – Ei broluži, žiūrėk, kad tavo dama neiškristų, laikyk ją tvirčiau.

Princas - (*Pelenei*) Jūs atvažiavote į pokylį vienut viena? Negi neturite giminių ir draugų?

Pelenė – Giminių turiu, draugų ne. O, aš pamiršau, nuo vakar vakaro atsirado vienas draugas.

Princas – Nuo šio vakaro jūs turėsite du draugus, jeigu leisite man vadintis jūsų draugu.. Galima bus ryt rytą jus aplankyti?

Pelenė – Jūs nerasite manęs.

Princas – Aš išvaikščiosiu visą miestą, visas pilis, visus namus.

Pelenė – Bet jums į galvą neateis pažvelgti ten, kur aš būsiu.

Princas – Negalimas daiktas

Pelenė – Galimas. Šianakt aš pati savęs nepažįstu. Bet jau vėlu. Man metas namo.

Princas – Namo? Taip anksti? Argi čia nelinksma?

Pelenė – Man dar niekad nebuvo taip linksma, kaip šianakt. Bet prašau, neužlaikykite manęs. Aš turiu skubėti.

Princas – Ne, aš jokių būdu jūsų nepaleisiu. Aš užrakinsiu visas duris, visus vartus...

Pelenė – Ak, jei jūs linkite man gera, leiskite man išeiti!

Princas – Vieną šokį!

Pelenė – Na, paskutinį!..

Pasakotoja - Princas ir Pelenė šoka. Tuo tarpu laikrodis muša dvylika. Išgirdusi dūžius, Pelenė ištraukia savo rankas ir princo rankų ir išbėga.



MODULIS 3.
SĖKMINGA KARJERA IR INTEGRACIJA Į DARBO RINKĄ

- **Užduoties lapas:** „Interesai ir pomėgiai“

Eil. Nr.	DVIDEŠIMT VEIKLŲ, KURIOS MAN PATINKA			
	Veiklos pavadinimas	Veiklos rūšis		
		<i>Ž – darbas su žmonėmis</i>	<i>I – darbas su informacija ir idėjomis</i>	<i>M – darbas su mašinomis ir įrankiais</i>
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				

• **Užduoties lapas: „Interesų tyrimas“**

	1.	2.	3.	4.	5.	6.
A	Mechaninių daiktų remontas	Mokslinio projekto įgyvendinimas	Piešimas, spalvinimas ar eskizo darymas	Savanoriškas, labdaringas darbas	Savas verslas	Darbas su biuro įranga
B	Medžio apdirbimo pamoka	Žvaigždžių tyrinėjimas per teleskopą	Baldų modeliavimas/projektavimas	Pagalba kitiems sprendžiant jų asmenines problemas	Verslo žurnalų ar straipsnių skaitymas	Kompiuterizuota verslo duomenų analizė
C	Auto-mechanikos pamoka	Mokslinės problemos sprendimas	Fotografavimas	Sociologijos straipsnių ir knygų skaitymas	Mokytis sėkmingo verslo strategijos	Inventorizuoti atsargas ir prekes
D	Darbas ne patalpose	Nusikaltimo tyrimas	Meno kurso lankymas	Slaugytojo darbas	Lyderystė grupėje siekiant tikslo	Komercinės matematikos pamoka
E	Motorinių mašinų ar įrangos valdymas	Mokslinių knygų ar žurnalų skaitymas	Vaidinimas spektaklyje (pantomima)	Žmonių gydymas	Grupės vadovo darbas	Darbas biure
F	Daiktų konstravimas	Darbas, kuriame reikia daug mąstyti	Drabužių dizainas	Kitų asmenų mokymas ar informavimas	Kitų atliekamo darbo priežiūra	Verslo laiško rašymas
G	Individualus darbas	Mikroskopo naudojimas	Interjero dizainas	Grupinės diskusijos vedimas	Bendravimas su svarbiais žmonėmis	Naudojimas kompiuteriu
H	Gyvūnų dresūra	Sudėtingų skaičiavimų atlikimas	Darbas su talentingu dailininku, skulptoriumi, rašytoju	Dalyvavimas komandinio sporto žaidime	Galimybė laimėti apdovanojimą už lyderystę ar pardavimus	Tikslus duomenų registravimas
I	Palapinės statymas	Mokslinių teorijų supratimas	Meno parodų lankymas	Pagalba kitiems sprendžiant ginčą	Idėjos sklidimas ar populiarinimas	Atsakomybė už detales
J	Mechaninių galvosūkių sprendimas	Formulių interpretacija	Amatininko darbas	Dalyvavimas susirinkime	Pardavimai	Spausdinimas arba programinės spausdinimo įrangos naudojimas
K	Darbas sode	Naujos studijų srities atradimas	Darbas vadovaujantis savo taisyklėmis	Kalbėjimasis su žmonėmis	Didelės atsakomybės prisiėmimas	Darbas su skaičiais
L	Projekto skaitymas	Kompiuterių panaudojimas	Galimybė naudotis vaizduote siekiant sukurti ką nors originalaus	Darbas su jaunais žmonėmis	Dalyvavimas politinėje kampanijoje	Galimybė būti labai organizuotu žmogumi
M	Dalyvavimas sportiniame žaidime	Laboratorinių eksperimentų atlikimas	Apsakymų ar poezijos rašymas	Veiklos planavimas ir priežiūra	Žmonių įtikinėjimas, kad jie elgtųsi taip, kaip jums atrodo	Veiklos atlikimo sistemos kūrimas ir veiklos atlikimas laikantis šios sistemos
	R	I	A	S	E	C
Iš viso						

• **Užduoties lapas:** „Interesų tipai ir jų ypatumai“

R – REALISTINIS.

Pirmenybę teikia veiklai, apimančiai tikslus, tvarkingas arba metodiškas objektų, įrankių, įrangos arba gyvūnų valdymą. Turi fizinio darbo, mechaniko, elektriko, žemės ūkio, techniko gebėjimų. Save laiko praktišku ir konservatyviu, turinčiu techninių, sportinių, bet ne socialinių įgūdžių. Vertina tai, kas konkrečiu ir apčiuopiama, pavyzdžiui, materialų atlyginimą už pasiekimus. Vengia kontaktų su žmonėmis.

I - TYRINĖTOJAS.

Teikia pirmenybę veiklai, kuriai būdingas stebėjimas, simboliškumas, sistemingas ir kūrybiškas fizinių, biologinių ir kultūros reiškinių tyrinėjimas. Turi gabumų mokslui ir matematikai. Save laiko turinčiu mokslininko sugebėjimų intelektualiu, skeptišku, analitišku, neturinčiu vadovavimo įgūdžių, vertina mokslą, žinias ir jų plėtojimą. Vengia vaidmenų, kuriems reikalingos įtikinėtojo arba prekiautojo savybės.

A - MENINIS.

Pirmenybę teikia neapibrėžtai, laisvai nesisteminei veiklai, apimančiai meno formų arba objektų kūrimą. Turi meninės kalbos, dailės, muzikos, aktorinių arba rašytojo gabumų, tačiau neturi klerko arba verslininko įgūdžių. Save laiko originaliu, išraiškingu, nestandartišku, nepriklausomu. Vertina kūrybinę raišką. Vengia rutinos ir prisitaikymo.

S - SOCIALINIS.

Teikia pirmenybę veiklai, susijusiai su pagalba kitiems, mokymu, gydymu, švietimu arba ugdymu. Sugeba bendrauti, tačiau stokoja fizinio arba techninio darbo įgūdžių. Save laiko empatišku, kantriu, paslaugiu, suprantančiu kitus, sugebančiu mokyti, bet neturinčiu gabumų techniniam ir moksliniam darbui. Vertina etinę, socialinę, visuomeninę veiklą. Vengia mechaniško ir techninio darbo.

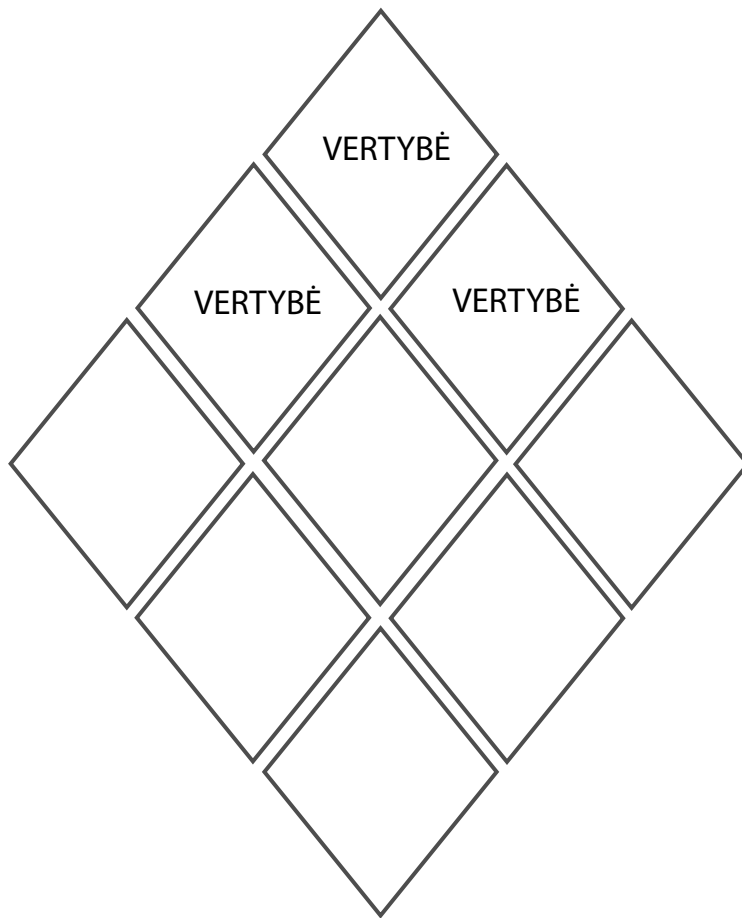
E - VADOVAS.

Teikia pirmenybę vadovavimui, įtikinėjimui. Turi vadovavimo, bendravimo ir įtikinėjimo gabumų. Stokoja gabumų moksliniam darbui. Save suvokia kaip populiarų, visuomenišką, pasitikintį savimi, agresyvų, turintį vadovavimo ir iškalbos gabumų, bet neturintį mokslininko sugebėjimų. Vertina materialinę ir socialinę padėtį. Vengia mokslinių ir intelektinių temų.

C - TRADICINIS.

Mėgsta veiklą, apimančią tvarkos, šablonų, standartų nustatymą ir palaikymą, pavyzdžiui, dokumentų, duomenų tvarkymą, verslo dokumentų ir duomenų apdorojimo įrangos valdymą. Pasižymi kanceliariniais skaičiavimo ir sisteminio verslo įgūdžiais, stokoja meninių gebėjimų. Save laiko prisitaikančiu, tvarkingu, turinčiu kanceliarinių ir skaičiavimo gabumų. Vertina ekonominius ir komercinius pasiekimus, valdžią. Vengia neapibrėžtos ir nestruktūruotos veiklos.

• **Užduoties lapas:** „Vertybių deimantas“

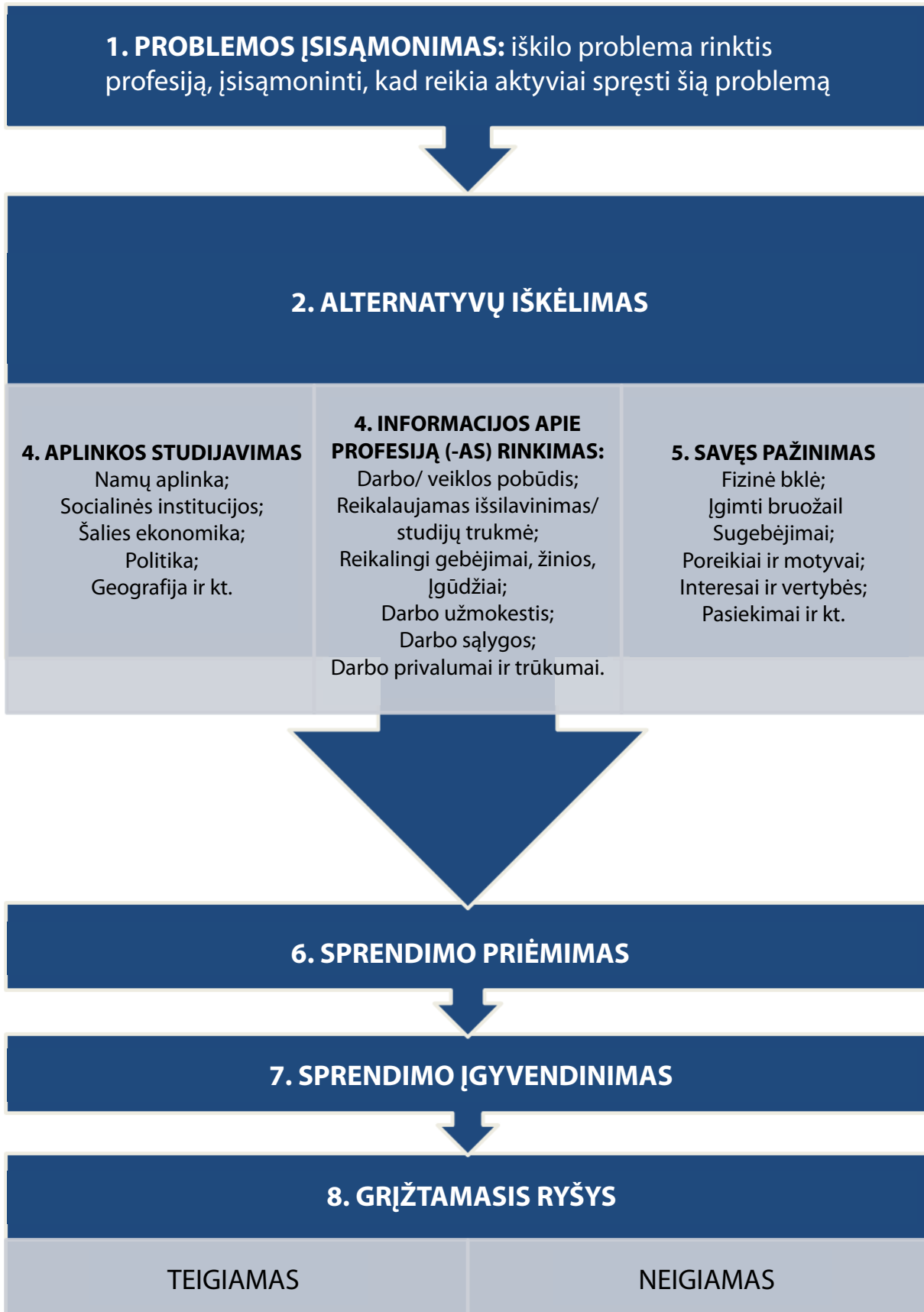


Svarbiausia vertybė



Mažiausiai svarbi vertybė

- **Užduoties lapas:** „Profesijos pasirinkimo modelis“



• **Užduoties lapas:** „Profesinės veiklos ir alternatyvų analizė“

Profesija 1: _____

PROFESIJA		AŠ
Kokias pareigas galėčiau užimti, įgijęs šią profesiją?		Kaip ši profesija, užimamos pareigos ir atliekamos užduotys siejasi su mano interesais, pomėgiais, hobi?
Kokios veiklos bus dažniausios, dirbant šį darbą?		
Ką turi sugebėti darbuotojas, norėdamas gerai atlikti tokius darbus?		Kokius turiu gebėjimus, reikalingus šiai profesijai?

PROFESIJA		AŠ	
Kokio išsilavinimo reikia, norint atlikti šį darbą?		Kokie yra didžiausi mano pasiekimai mokykloje, galintys praversti šiai profesijai?	
Kokios asmeninės savybės svarbios, norint tinkamai atlikti šį darbą?		Kokias turiu asmenines savybes, kurios reikalingos šiai profesijai?	
Kokios yra fizinės darbo sąlygos?		Kaip ši profesija siejasi su mano fizinėmis galimybėmis atlikti reikiamas užduotis?	
Kokios yra šios profesijos perspektyvos?		Kaip mano gyvenimo tikslai siejasi su šia profesija?	

Profesija 2: _____

PROFESIJA		AŠ	
Kokias pareigas galėčiau užimti, įgijęs šią profesiją?		Kaip ši profesija, užimamos pareigos ir atliekamos užduotys siejasi su mano interesais, pomėgiais, hobi?	
Kokios veiklos bus dažniausios, dirbant šį darbą?			
Ką turi sugebėti darbuotojas, norėdamas gerai atlikti tokius darbus?		Kokius turiu gebėjimus, reikalingus šiai profesijai?	
Kokio išsilavinimo reikia, norint atlikti šį darbą?		Kokie yra didžiausi mano pasiekimai mokykloje, galintys praversti šiai profesijai?	

PROFESIJA		AŠ	
Kokios asmeninės savybės svarbios, norint tinkamai atlikti šį darbą?		Kokias turiu asmenines savybes, kurios reikalingos šiai profesijai?	
Kokios yra fizinės darbo sąlygos?		Kaip ši profesija siejasi su mano fizinėmis galimybėmis atlikti reikiamas užduotis?	
Kokios yra šios profesijos perspektyvos?		Kaip mano gyvenimo tikslai siejasi su šia profesija?	

Profesija 3: _____

PROFESIJA		AŠ	
Kokias pareigas galėčiau užimti, įgijęs šią profesiją?		Kaip ši profesija, užimamos pareigos ir atliekamos užduotys siejasi su mano interesais, pomėgiais, hobi?	
Kokios veiklos bus dažniausios, dirbant šį darbą?			
Ką turi sugebėti darbuotojas, norėdamas gerai atlikti tokius darbus?		Kokius turiu gebėjimus, reikalingus šiai profesijai?	

PROFESIJA		AŠ	
Kokio išsilavinimo reikia, norint atlikti šį darbą?		Kokie yra mano didžiausi pasiekimai mokykloje, galintys praversti šiai profesijai?	
Kokios asmeninės savybės svarbios, norint tinkamai - atlikti šį darbą?		Kokias turiu asmenines savybes, kurios reikalingos šiai profesijai?	
Kokios yra fizinės darbo sąlygos?		Kaip ši profesija siejasi su mano fizinėmis galimybėmis atlikti reikiamas užduotis?	

• **Užduoties lapas:** „Mano pasirinkimas“

	Pirmas pasirinkimas _____	Antras pasirinkimas _____	Trečias pasirinkimas _____
Interesai			
Pasirinkimas dirbti (su informacija, žmonėmis, daiktais)			
Sugebėjimai, įgūdžiai			
Darbo vertybės			
SUMA			

Išanalizavęs (-usi) galimas pasirinkimo alternatyvas, nusprendžiau rinktis:

.....

.....

.....

.....

• **Užduoties lapas:** „Individualus veiksmų planas“

Užrašykite savo tikslą. Ką ir kada ketinate atlikti?

Mano tikslas

Aš susidariau tokį tikslo siekimo planą. Surašiau kokius ir kada turiu atlikti žingsnius.

ŽINGSNIS	KADA
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	

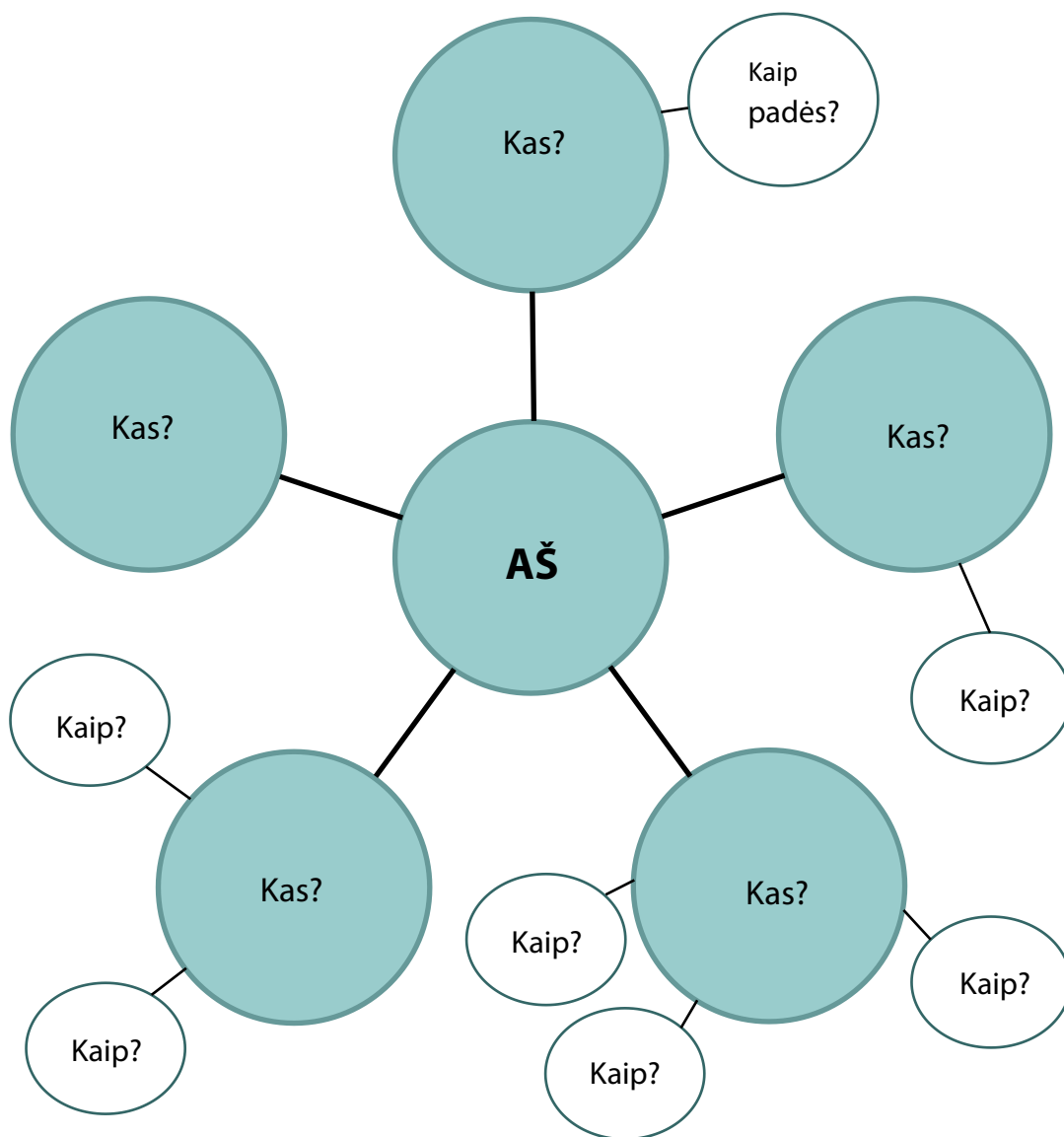
Aš supratau, kad tai yra mano planas, kurį turiu įvykdyti, peržiūrėti ir reguliariai atnaujinti.

Parašas _____

Data _____

Data _____

• **Užduoties lapas: „Sjungininkai“**



© 2010 VŠĮ JAUNIMO KARJEROS CENTRAS

 **SPAUDOS** DEPARTAMENTAS