

## Būk drąsi (-us) kaip astronautė (-as)



[https://www.freepik.com/free-photo/girl-superhero-cape\\_2209559.htm#query=brave%20girl&position=3](https://www.freepik.com/free-photo/girl-superhero-cape_2209559.htm#query=brave%20girl&position=3)

<b>AMŽIUS</b>	5–6 metai
<b>VERTYBĖS</b>	Drąsa, narsa
<b>PRIEMONĖS</b>	Astronautų, mėnulio ir žvaigždžių nuotraukos Gali būti papildomos kosminio laivo, kosmoso, ore sklandančio astronauto nuotraukos
<b>TRUKMĖ</b>	45 minutės
<b>GRUPĖS DYDIS</b>	Iki 25 vaikų
<b>TIKSLAI</b>	Taikant pasikeitimo vaidmenimis metodą skatinti vaikų drąsą ir gilinti drąsos suvokimą
<b>METODAI</b>	Pasakojimas, dialogas, stebėjimas
<b>AUTORIUS</b>	INNOVATION TRAINING CENTRE (Inovacijų mokymo centras)

### Autorių teisės

Medžiaga nekomerciniams tikslams gali būti naudojamos pagal „Creative Commons“ licenciją



### Atsisakymas

Šis projektas yra finansuojamas Europos Komisijos. Publikacijoje pateikiama autorių nuomonė, todėl Europos Komisija negali būti laikoma atsakinga už informaciją panaudotą šiame leidinyje.



## VEIKSMŲ PLANAS

Būti drąšiam – tai priimti naujus iššūkius, nepalūžti sudėtingose arba pavojingose situacijose. Drąsa gali padėti laikytis savo įsitikinimų, o jos trūkumas – sukelti, nerimą, baimę ar blogą nuotaiką.

### Amžiaus vertinimas

Vaikai nuo 5 iki 6 metų geba laikytis nurodymų, kad būtų paskatinti, išvengti bausmės ar patenkinti valdančio asmens norus. Jie yra emocionaliai priklausomi nuo tėvų ir mokytojų, trokšta patvirtinimo ir pritarimo. Tikriausiai dėl to jie tiki suaugusiais, atlieka tai, ko šie prašo. Jeigu suaugusieji parodo, kad jais negali pasitikėti, vaikai taip pat gali pradėti nepasitikėti. Jaunesnio amžiaus vaikai mokosi stebėdami aplinką. Būtent todėl labai svarbu skatinti drąsų elgesį. Pavyzdžiui, galima vaikams pateikti lengvas užduotis. Gali būti aptariama ši situacija. Mokytojas randa pinigus, ar jis juos pasilikty, ar ieškotų jų savininkų?



Padėkite vaikams išreikšti savo jausmus, aptarkite įvairias situacijas, diskutuokite apie sprendimo padarinius, įvertinkite rezultatus.

### 1 žingsnis

Perskaitykite istoriją apie mergaitę Mariją.

*Tolimoje šalyje, ten, kur beržynuose teka Tajo upė, gyveno ilgaplaukė mergaitė vardu Marija. Jau nuo ankstyvo amžiaus Marija norėjo pamatyti mėnulį ir žvaigždes.*

*Marija buvo labai išdykusi ir aktyvi. Vis dėlto kartais Marija būdavo labai tyli, gulėdavo ant žemės ir stebėdavo dangų, kuriame naktį matydavo mėnulį ir tūkstantį spindinčių žvaigždžių.*

*Marijos senelis kartą jai pasakė, kad debesys – tai putų ar medvilnės užuolaidos, už kurių mėnulis ir žvaigždės turi savo namus. Besišypsodama Marija žemu balsu tyliai tarė:*

*– Taip, gražusis mėnuli... Taip, gražiosios žvaigždės, nemirskėkite man, neberodykite man ženklų. Greitai, labai greitai aš jus aplankysiu!*

*Vieną dieną Marija vairuodama savo kosminį laivą, linksmi dainuodama ir besijuokdama įsiveržė į kosmosą.*

*Ji pamatė daugybę gražių dalykų: mėlynas jūras, žalius miškus, didingus kalnus ir upes... Didžioji Tajo upė jai ištarė:*

*– Viso gero!*

*Tačiau staiga, kai Marija buvo labai aukštai ir beveik galėjo paliesti žvaigždes, mergaitė iškrito iš lovos.*

*– Taip, teisingai supratote, – Marija sapnavo!*

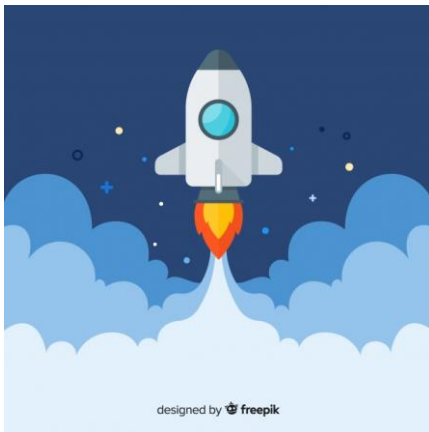




*Tuomet viskas išnyko ir Marija jautėsi labai nusivylusi.  
Marijos mama priėjo prie jos, paguldė į lovą ir tarė:  
– Kai tu užaugsi, tapsi astronaute, tačiau žinok, kad astronautai turi būti labai drąsūs.  
Miegok, mano mieloji! Rytoj mes pasikalbėsime apie drąsius žmones.*

Paklauskite vaikų, ar jiems patiko istorija. Pasiteiraukite, kaip jie mano, kodėl Marijos mama pasiūlė pasikalbėti apie drąsius žmones.

## 2 žingsnis



Šiame žingsnyje pakalbėkime apie tuos drąsius žmones, kurie priima drąsius sprendimus net ir tuomet, kai šiek tiek bijo.

Galite pradėti pateikdami astronautų pavyzdį. Iškeliauti į kosmosą – didelis iššūkis, todėl astronautai labai drąsus (parodykite astronautų nuotraukas), tirdami kosmosą jie rizikuoja savo gyvybe. Kai kurie iš jų netgi pabuvoja mėnulyje (parodykite jiems nuotraukas ar vaizdo įrašus, kaip žmogus įžengė į mėnulį).

Norėdami keliauti į kosmosą astronautai dėvi specialius drabužius. Jie privalo pasiimti deguonies, vandens ir maisto (parodykite kosminio laivo nuotrauką), todėl kad ten, kur jie keliauja, nėra nei deguonies, nei vandens, nei maisto. Tai labai pavojinga kelionė.

Norėdami išgyventi kosminiame laive, astronautai privalo treniruotis. Kai kosminis laivas palieka mūsų planetą, astronauta ima sklandyti ore kaip plunksnos (parodykite nuotrauką).

Prisiminkite, Marijos mama sakė, kad, jeigu ji nori tapti astronaute, privalo būti labai drąši. Tai tikra tiesa. Vis dėlto astronautų darbas yra labai įdomus, suteikiantis galimybę keliauti į kosmosą ir reikalingas. Būtent dėl astronautų darbo mes geriau suprantame kosmosą ir visą erdvę už mūsų planetos ribų!

Paklauskite vaikų.

Ar astronautai drąsūs? Kodėl?

Ar norėtumėte būti astronautu(-e)?

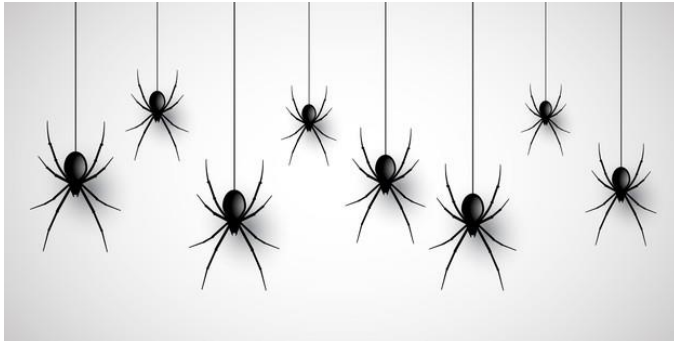
Kaip vadiname žmones, kurie priima iššūkius?





### 3 žingsnis

Dabar papasakokite vaikams apie savo baimes (vorus, tamsą, aukštį ar kt.) ir pakvieskite vaikus papasakoti apie savąsias.



**Ko jūs bijote?** (Sužinokite visų vaikų atsakymus į šį klausimą.)

**Ką jūs norėtumėte daryti, ko niekada nedarėte?** (pavyzdžiui, įkopti į kalną, slidinėti, suvalgyti egzotišką patiekalą ar kt.)

### 4 žingsnis

Pasakykite vaikams, kad kartais drąsa gali būti susijusi su tinkamai darbais. Įsivaizduokite, kad esate stovykloje ir vyresni vaikai pasiūlo pažiūrėti siaubo filmą (pavyzdžiui, filmą „Anabelė“, kuris yra skirtas vyresniems nei 13 metų vaikams).

Paklauskite vaikų.

Ar manote, kad pažiūrėti šį filmą būtų drąsus poelgis? Ar šis poelgis yra teisingas?

Pasakyti „ne“ yra vienas iš drąsiausių veiksmų, kurį žmogus gali atlikti. Pasakykite vaikams, kad yra trys klausimai, kurie gali padėti apsispręsti, kuris sprendimas yra teisingas.

Ar sulaužysiu svarbią taisyklę?

Ar kažkas gali būti užgautas?

Ar tai yra teisingas poelgis?

Pirmasis žingsnis yra nuspręsti, ar kažkas yra teisinga, ar ne.

Antrasis žingsnis yra įvertinti žalą. Sakyti „ne“ yra sudėtinga ir tik tuomet parodoma tikroji žmogaus drąsa.

Šioje situacijoje galimi tokie atsisakymo variantai.

Išeiti ir pasakyti, kad nori veikti kažką kita.

Pasiūlyti kitą veiklą (pavyzdžiui, žiūrėti kitą filmą).

Pasakyti, kad tėvai tau neleidžia žiūrėti tokių filmų.

Atsakyti, jog nė už ką neleisite sau šiandien nusižengti.

Pajuokauti (pavyzdžiui, neverta taip vargti, tėvai supyks).

**Taigi, jeigu jums pasiūlytų žiūrėti siaubo filmą, ką darytumėte?**



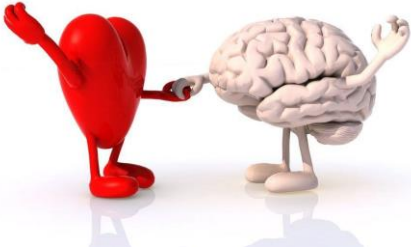


## VEIKLOS ĮVERTINIMAS

PASTEBĖTAS ELGESYS	TAIP	NE	KOMENTARAI
Vaikai klausydami istorijos atpažino drąsą			
Vaikai žino, kaip atpažinti savo baimes, ir nurodo veiklas, kurias nori atlikti			
Vaikai teisingai atsakė į trečios dalies klausimą (Ar žiūrėtumėte siaubo filmą?)			
Vaikams reikėjo pagalbos atsakant į klausimus			
Vaikai žinojo, ką atsakyti			

Aš išmokau, kad drąsa nebuvo baimės nebuvimas, o triumfas dėl jos. Drąsus žmogus yra ne tas, kuris nejaučia baimės, o tas, kuris ją nugali.

Nelson Mandela



**Patarimai mokytojams  
(savistaba)**

**Įkvėpkite. Susikoncentruokite į įkvėpimą ir iškvėpimą. Įkvėpkite per nosį, suskaičiuokite iki trijų ir iškvėpkite per burną. Kvėpavimas gali pagerinti emocinę būklę. Pabandykite kartą per valandą vieną minutę skirti savo kvėpavimui. Nustebsite, kai pasijusite geriau.**



Bendrai finansuojama pagal  
Europos Sąjungos programą  
„Erasmus+“



## Nuotraukų nuorodos:

Kosminis laivas: [https://www.freepik.com/free-vector/modern-spaceship-background-with-flat-deisgn\\_2788041.htm#page=1&query=spaceship&position=3](https://www.freepik.com/free-vector/modern-spaceship-background-with-flat-deisgn_2788041.htm#page=1&query=spaceship&position=3)

Astronautas: [https://www.freepik.com/free-vector/cute-astronaut-super-hero-cartoon-vector-icon-illustration-science-technology-icon\\_10411826.htm#page=1&query=astronaut&position=2](https://www.freepik.com/free-vector/cute-astronaut-super-hero-cartoon-vector-icon-illustration-science-technology-icon_10411826.htm#page=1&query=astronaut&position=2)

Mėnulis: [https://www.freepik.com/free-vector/night-landscape-background-with-big-moon\\_1084495.htm#page=1&query=moon&position=0](https://www.freepik.com/free-vector/night-landscape-background-with-big-moon_1084495.htm#page=1&query=moon&position=0)

Vorai: [https://www.freepik.com/free-vector/halloween-banner-design-with-hanging-spiders\\_10412422.htm#page=1&query=scary&position=33](https://www.freepik.com/free-vector/halloween-banner-design-with-hanging-spiders_10412422.htm#page=1&query=scary&position=33)

