

**Suaugusiųjų
švietimo
iniciatyvos
Kėdainiuose –
2022**



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022

Kėdainiai, 2022

TURINYS

IŽANGA	4
<i>Irma Žukienė</i> , Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centro lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja metodininkė	
Žinios turi būti pateiktos ne tik susistemintai, bet ir šiuolaikiškai	5
<i>Gina Kauklienė</i> , Kėdainių dailės mokyklos projektų vadovė	
Inovatyvios kūrybinės dirbtuvės	7
<i>Rima Zakšauskaitė</i> , Kėdainių kalbų mokyklos anglų kalbos mokytoja metodininkė; <i>Dalia Kasteckaitė</i> , Kėdainių kalbų mokyklos direktoriaus pavaduotoja ugdymui	
Kalbų mokykloje smagu mokytis kalbų	11
<i>Jūratė Vaitonienė</i> , Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto direktorė; <i>Sigita Vievesienė</i> , Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto lektorė	
Harmonija TAU	13
<i>Daiva Burinskytė-Valdmonė</i> , Kėdainių kultūros centro projektų vadovė	
Kėdainių kultūros centro programa „Mokymų ciklas „Mes – bendruomenė“	18
<i>Danutė Šilkaitienė</i> , Kėdainių rajono motinystės mokyklos direktorė	
Sveikatos stiprinimo praktikumas mamai ir mažyliui	20
<i>Ramunė Ūsė</i> , Asociacijos „Savirealizacijos erdvė“ lektorė, psichologė	
Neformaliojo suaugusiųjų švietimo programa „Deivės grožio studija“	24
<i>Gražina Jedemskienė</i> , Senojo Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto rektorė	
Senjorai mokosi, sportuoja, kuria, savanoriauja ir dalinasi patirtimi su jaunimu	26
<i>Ingrida Neliupšienė</i> , Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos direktorė; <i>Jurgita Sinickienė</i> , Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos socialinė pedagogė	
Motyvuotos komandos dalis – stipri asmenybė 2	29
<i>Jūratė Atkočiūnienė</i> , Kėdainių krašto muziejaus kultūrinių renginių organizatorė Tradicinių amatų centre Arnetų name	
Bendrystė – puiki galimybė iš naujo pažinti senuosius amatus	31
<i>Greta Stundžienė</i> , Kėdainių lopšelio-darželio „Puriena“ mokytoja metodininkė	
Mąstymo įpročių“ metodo taikymas – efektyvaus ugdymo pagrindas	36

Leidinyi parengtas įgyvendinant Kėdainių rajono savivaldybės neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi 2021–2023 m. veiksmų planą, pagal Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centro projektą „MOKYMASIS BENDRADARBIUJANT 2022“.

Leidinį sudarė Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centro projekto „MOKYMASIS BENDRADARBIUJANT 2022“ įgyvendinimo grupė. Kai kurių straipsnių medžiaga buvo pristatyta 2022-11-21 Suaugusiųjų mokymosi savaitės „Mokymosi siluetai“ atidarymo metu vykusioje patirties sklaidos konferencijoje „Bendruomenės iniciatyvos skirtingų grupių socialinei integracijai – patirtis ir perspektyvos“ Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centre.

Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras neatsako už straipsniuose išsakytas mintis – autentišką autorių nuomonę. Nuotraukos leidinyje publikuojamos turint jas pateikusią asmenų sutikimą.

IŽANGA

Judumas, lankstumas, darbas lokaliai ir veikimas globaliai – gali būti vertinamas kaip šiuolaikinio ugdymo iššūkis... (Stanfordo profesoriaus Michael Shanks išsakytas „moto“)

Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras (SJMC) yra Kėdainių rajono savivaldybės neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi 2021–2023 m. veiksmų plano įgyvendinimo koordinatorius ir tradiciškai organizuoja Suaugusiųjų mokymosi savaitės renginius, telkdamas įvairias besimokančias bendruomenes bendrai veiklai, koordinuoja suaugusiųjų neformaliojo švietimo ir tęstinio mokymosi projektus Kėdainių rajono savivaldybėje. Kėdainių SJMC misija – teikti įvairiapusiškas formaliojo ir neformaliojo švietimo paslaugas; tenkinti vaikų, jaunimo ir suaugusiųjų ugdymosi, profesinio tobulėjimo ir saviraiškos poreikius; suteikti galimybes mokantis visą gyvenimą įgyti kompetencijų, įgalinančių tapti aktyviais visuomenės nariais. Rengiant ir įgyvendinant neformaliojo suaugusiųjų švietimo programas, Kėdainių SJMC siekia plėtoti visų organizacijų, dirbančių neformaliojo suaugusiųjų švietimo srityje, bendradarbiavimo, veiklos viešinimo ir dalijimosi patirtimi galimybes.

Šiame leidinyje pristatomos 2022 metais Kėdainiuose įgyvendintos suaugusiųjų švietimo iniciatyvos. Patirtimi pasidalijo nuolatiniai neformaliojo suaugusiųjų švietimo veiklos partneriai: Kėdainių Trečiojo amžiaus universitetas, Kėdainių švietimo pagalbos tarnyba, Kėdainių kultūros centras, Kėdainių dailės mokykla, Kėdainių rajono motinystės mokykla, Kėdainių kalbų mokykla, Asociacija „Savirealizacijos erdvė“, Senasis Kėdainių trečiojo amžiaus universitetas, Kėdainių krašto muziejus, Kėdainių lopšelio-darželio „Puriena“.

Džiaugiamės gražiu bendravimu ir bendradarbiavimu.

*Jūratė Vaitonienė,
Kėdainių SJMC Neformaliojo suaugusiųjų švietimo skyriaus vedėja*

Žinios turi būti pateiktos ne tik susistemintai, bet ir šiuolaikiškai

Irma Žukienė,

Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centro lietuvių kalbos ir literatūros mokytoja metodininkė

Lietuvių kalbos ir literatūros mokymas Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centro Suaugusiųjų skyriuje vyksta per įvairias patirtis. Dažnam, o ypač vyresnio amžiaus žmogui, „prisijaukinti“ programinį kūrinį, analizuoti ir vertinti rašytojo biografiją bei asmenybę, kai jo gyvenimo laikotarpis siekia net XVI amžių, nėra lengva. O ir rašybos ar skyrybos taisyklių mokymasis, kai rašto kultūra jau nusistovėjusi, neįdomi, net nuobodi. Dėl to stengiuosi lietuvių kalbą ir literatūrą pateikti kitaip, įdomiai, dar niekada nebandytais būdais. Viena iš priemonių – Suaugusiųjų švietimo savaitė, kai galime organizuoti įvairius susitikimus. Esu suorganizavusi susitikimus su žymiais aktoriais, kuriuos mano mokiniai vos ne kasdien mato per televiziją. Tai jų pamėgti žmonės. Tokie susitikimai sulaukia didžiulio susidomėjimo, nes aktoriai ne tik pasakoja apie savo gyvenimą, kūrybinį kelią, bet su jais būtinai aptariame jų mėgstamą literatūrą, kalbame apie kūrinius, kurie virto filmo ar spektaklio scenarijumi. Tuos kūrinius tenka skaityti III – IV gimnazijos klasių mokiniams, besiruošiantiems laikyti lietuvių kalbos ir literatūros brandos egzaminą. Visi aktoriai, besimokydami Teatro ir muzikos akademijoje, perskaitė daugybę knygų, turi savo nuomonę ir apie programinius kūrinius. Pvz.: Andrius Bialobžeskis iki šiol puikiai skaito poeziją, o Ramūnas Cicėnas ir Marius Jampolskis vaidino filmuose, susijusiuose su Centre nagrinėjamais autoriais. Taigi tokie susitikimai – tai motyvacinė žinutė Suaugusiųjų skyriaus mokiniams.

Kasmet Centre organizuojamos lietuvių kalbos dienos. Į įvairias veiklas įsitraukia ir Suaugusiųjų skyriaus mokiniai. Jie mielai dalyvauja interaktyviose veiklose rašytojų jubiliejams paminėti, noriai dirba grupėse, kuria pristatymus, drąsiai „išlaisvina“ savo kūrybiškumą. Nemažai Centro mokinių yra gana raštingi. Organizuotame diktanto konkurse, kuriame dalyvavo visi norintys Centro bendruomenės nariai, dar kartą prisiminėme lietuvių literatūros klasikę Šatrijos Raganą ir pagal jos apsakymą „Dėl ko tavęs čia nėra“ rašėme diktantą. Pačia raštingiausia mokine pripažinta III A gimnazijos klasės mokinė Julija Banevičienė. Moteris padarė vos vieną klaidą!

Juodas darbas laukia per grupines konsultacijas. Bet ir čia norisi kažko naujo, nepatirto. Pirma reakcija, paprašius pasiimti telefoną, visada būna netikėtumas. Vėliau atsiranda susidomėjimas, nes, pasirodo, mokytis tiek kalbos, tiek literatūros, galima ne tik vartant vadovėlį, skaitant mokytojos paruoštas pateiktis, bet ir dirbant su išmaniosiomis programėlėmis. Tiek vertinimui, tiek įsivertinimui ruošiantis egzaminui labai padeda užduočių bankas www.egzaminatorius.lt. Tarpiniam įsivertinimui, kai norime išsiaiškinti, ar pasiektas konsultacijos tikslas, naudojame programėles: quizizz.com, kahoot.com, classdojo.com, www.slido.com. Įvairios teorinės medžiagos mokymuisi padeda quizlet.com. Puikiai išnaudojama ir išmanioji lenta.

Suaugusiųjų švietimas yra toks pat svarbus kaip ir jaunų žmonių, besimokančių gimnazijose. Jei žmogus grįžo į švietimo sistemą, kad įgytų išsilavinimą, žinios turi būti pateiktos ne tik aiškiai, glaustai, susistemintai, bet ir šiuolaikiškai.

mokymosi siluetai



2022 lapkričio 21–25
SUAUGUSIŲJŲ MOKYMO SI
SAVAITĖ



Inovatyvios kūrybinės dirbtuvės

*Gina Kauklienė,
Kėdainių dailės mokyklos projektų vadovė*

Kėdainių dailės mokykla kasmet vykdo Neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi programas. 2022 metų projektas yra tęstinis „Inovatyvių kūrybinių dirbtuvių“ projektas, kuris 2021 m. sulaukė didelio susidomėjimo. Programa apjungia kelias skirtingas meno sričių kūrybines, edukacines dirbtuves. Projekto dalyviai turėjo galimybę susipažinti su skirtingomis dailės technikomis, skaitmeninių technologijų panaudojimo galimybėmis tekstilėje, keramikoje ir praktiškai tai išbandyti. Džiaugiamės galėję projekto dalyvius skatinti improvizuoti, interpretuoti, eksperimentuoti. Suteiktos žinios apie skaitmeninių technologijų naudojimą pritaikytos praktiškai kuriant kūrybinius darbus.

Projekto metu atliktos trys skirtingos veiklos: kompiuterinės grafikos teorinis ir praktinis užsiėmimas, „Skaitmeninių technologijų pritaikymas keramikoje“ ir „Skaitmeninių technologijų pritaikymas tekstilėje“ praktiniai užsiėmimai.

Kompiuterinės grafikos užsiėmimo metu projekto dalyviai susipažino su Corel Draw ir Corel Photo-Paint programomis. Naudodami šias programas išmoko koreguoti nuotraukas, kurti ornamentus, maketuoti paveikslėlius, kuriuos vėliau panaudojo tekstilės ir keramikos praktiniuose užsiėmimuose.

Keramikos užsiėmimų metu, dalyviai naudodami keramikai skirtus dažus ir foto dekolinį popierių, ant kurio buvo atspausdintas jų pačių kompiuterinės grafikos užsiėmimo metu sukurtas paveikslėlis, dekoravo keramikos plyteles, lėkšteles, puodelius ir kitus keramikos gaminius. Taip pat jau dekoruotus gaminius papildė piešiniais, naudodami specialius keramikos rašiklius.

Projekto dalyviai išmoko dekoruoti tekstilinius maišelius ir kitus tekstilės gaminius, panaudodami kompiuterinės grafikos užsiėmimo metu pačių sukurtus paveikslėlius, atspausdintus ant „transfer“ popieriaus. Taip pat išbandė naują priemonę, kai paveikslėlis, atspausdintas paprastu lazeriniu spausdintuvu, perkeliamas ant tekstilės gaminio naudojant perkėlimo tirpalą, vėliau užfiksuojamas specialia, tekstilei skirta priemone bei užtvirtinamas lygintuvu. Šiuo būdu dalyviams pavyko subtiliai perkelti ant tekstilės ir odos savo sukurtus ar atrastus paveikslėlius.

Kėdainių dailės mokyklos „Mini“ galerijoje surengtas projekto uždarymas. Jo metu surengta projekto dalyvių kūrybinių darbų paroda ir pristatytos projekto metu įgyvendintos veiklos.

Visi projekte dalyvavę dalyviai jautėsi patenkinti projektu, džiaugėsi turėję galimybę susipažinti ir praktiškai išbandyti projekto metu siūlomas veiklas, siekė tobulėti atlikdami praktines užduotis. Projekto dalyvių nuomone kūrybinė veikla juos išlaisvina, padrąsina, didina savivertės jausmą. Kitas labai svarbus dalykas – teigiamos emocijos, kurias dalyviai patiria veiklų metu ir išsineša į savo kasdienybę.

Meninė veikla padeda žmogui keisti požiūrį į save, atrasti naujus gebėjimus, labiau pasitikėti savimi.

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Kalbų mokykloje smagu mokytis kalbų

Rima Zakšauskaitė,

Kėdainių kalbų mokyklos anglų kalbos mokytoja metodininkė;

Dalia Kasteckaitė,

Kėdainių kalbų mokyklos direktoriaus pavaduotoja ugdymui

Mokytis kalbų visada įdomu: atrandi naują, kitokį pasaulį, įgyji kalbinės patirties. Kartu tai ir nemenkas iššūkis, kurį priėmus reikia atsiduoti nuosekliam darbui, prisijaukinant kalbą po truputį. Neverta tikėti „stebuklingais“ kursais, siūlančiais išmokti kalbą per savaitę. Kalbų mokymasis reikalauja didelės kantrybės ir valios. Kai kuriems tenka įveikti baimę kalbėti, o kartais ir prisijaukinti naujas technologijas.

Kalbų mokykloje jau ne vienerius metus anglų, ispanų, rusų, prancūzų ir vokiečių kalbų mokosi ne tik vaikai, bet ir suaugusieji. Šiomet susibūrė italų kalbos besimokančiųjų grupė, lietuvių kalbos mokome nuo karo Ukrainoje pabėgusius ukrainiečius. Kartą per savaitę, po darbo, žmonės lanko pamokas, per kurias tobulina bendravimo užsienio kalba įgūdžius, plečia kasdieniame gyvenime vartojamą žodyną, susipažįsta su pagrindinėmis gramatikos taisyklėmis, mokosi žiūrėdami filmus, klausydamiesi įrašų, atlikdami įvairias kalbines užduotis.

Kalbų mokykloje mokytojai kartu su mokiniais kuria aktualų ir prasmingą, jų poreikiams ir talentams atvirą, integralų, įtraukiantį ugdymo turinį, skatinantį savivaldį mokymąsi. Ugdymas grindžiamas mokinio ir mokytojo sąveika, mokantis drauge ir vieniems iš kitų, kuriant bendras prasmes, skatinant dialogišką ir tyrinėjantį ugdymąsi.

Dažnai pamokos laiko būna per mažai: mokymo medžiagą tenka kartoti ir namuose, kad neužsimirštų. Atlikdami testus, suaugusiųjų programų dalyviai turi galimybę įsivertinti savo mokymosi pažangą.

Kalbų mokyklos mokytojai nuolat skatina mokymosi motyvaciją, ieško naujų ir įdomių kalbos mokymo (si) būdų ir formų.

2022 m. dalyvavome suaugusiųjų mokymosi savaitėje ir savo mokiniams siūlėme daug įvairių veiklų: su anglų kalbos programos dalyviais parengėme nuotraukų koliažą „Can you guess where I am?“/ „Spėk, kur aš esu?“. Projektinės veiklos metu kiekvienas klausytojas atsinešė vieną ar kelias nuotraukas iš jiems labiausiai įstrigusios kelionės, parengė trumpą pasakojimą apie šalį, o iš pasakojimo bandė atspėti, kokia tai šalis. Vėliau dalinosi savo kelionių įspūdžiais, patarimais anglų kalba. Veikla buvo labai motyvuojanti, plečianti akiratį, suteikianti galimybę tobulinti anglų kalbos žinias ir įgūdžius.

Kitos grupės klausytojai dalyvavo virtualioje kelionėje po užsienio miestą. Smagu buvo dalintis patirtimi, stebėti matytus vaizdus, prisiminti gražiausias kelionių akimirkas.

Per prancūzų kalbos pamokas klausytojai kartu su mokytoja dalyvavo jauno božolė vyno degustacijos šventėje Grėjaus name. Pamokoje buvo mokomasi ne tik žodyno, bet kalbama apie vyno vartojimo kultūrą, vynuogių auginimo ypatumus ir kita.

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022

Visus ispanų kalbos dalyvius labai sudomino kūrybinės dirbtuvės ir relaksacija „Mylėkime ir lepinkime save“. Praktinių užsiėmimų metu ir klausydamiesi paskaitos apie darbo ir poilsio derinimą, ispanų kalbos grupių klausytojai geriau pažino save, praturtino žodyną.

Suaugusiųjų mokymosi savaitė „Mokymosi siluetai“ – puikus būdas atsiskleisti kiekvienam, pajusti užsienio kalbos grožį ir patirti malonumo jausmą, kai supranti, kad mokaisi sau.

Keletas suaugusiųjų programų dalyvių, besimokančių anglų kalbos, pasidalino mintimis apie mokymąsi Kalbų mokykloje:

„Niekada nesakyk niekada... Mokydamasi vidurinėje mokykloje sakydavau, kad mums niekada nereikės anglų kalbos, nebus kur jos pritaikyti, ir nenorėjau mokytis... O dabar? Pasaulis plačiai atvėrė duris ir laukia... Tik sudėtinga... Nemoki žodžio – nežinai kelio... Ir dabar Kalbų mokykloje mokausi anglų kalbos. Džiaugiuosi, kad turime tokią galimybę. Ačiū mūsų šauniai Mokytojai Rimai Zakšauskaitei už kantrybę“.

„Labai džiaugiuosi, kad pasirinkau Kalbų mokyklą. Anglų kalbos pamokos pas mokytoją Rimą intensyvios, išsamios ir labai naudingos. Tikrai mokslus tęsiu ir toliau“.

„Smagu, kai pradėdi suprasti dainų žodžius, šiek tiek pokalbių filme. Pačiai kalbėti labai sunku, nes, kol mintyse sudėlioji taisyklingą sakinį, užtrunka. Kiekvieną pamoką duodi sau pažadą pasimokyti stropiau, bet kasdieninė rutina trukdo tai įgyvendinti. Ačiū mokytojai už kantrybę“.

„Mokytis niekada ne vėlu. Mokslo šaknys karčios, o vaisiai saldūs“.

Kalbų mokykla 2022 m. savo mokiniams siūlo labai įvairias ir įtraukiančias užsienio kalbų programas. Pradėję mokytis tik anglų kalbos, šiame jau turime septynias neformaliojo suaugusiųjų švietimo programas, pagal kurias užsienio kalbų mokosi 150 rajono gyventojų.

2022 m. labai išpopuliarėjo įvairaus lygio anglų kalbos programos (103 dalyviai). Nemažas skaičius kėdainiečių renkasi mokytis ispanų kalbos (30 klausytojų), šiame pirmą kartą surinkome italų kalbos mokinių (14 dalyvių) grupę. Mokykloje mokome ir rusų (11 dalyvių), vokiečių bei prancūzų kalbų.

Smagu mokytis vieniems iš kitų ir visiems drauge!

Harmonija TAU

*Jūratė Vaitonienė,
Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto direktorė;*

*Sigita Vievesienė,
Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto lektorė*

Programos aktualumas ir paskirtis

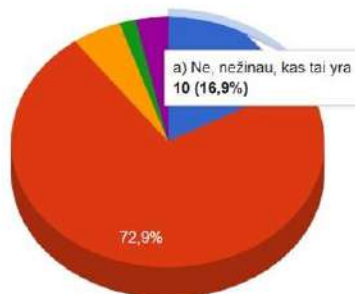
- ▶ Pandemijos laikotarpiu visuomenė susiduria ne tik su sveikatos ar ekonominiais sunkumais, bet ir su psichosocialiniais iššūkiais. Jau dabar pastebima, kad emocinius sunkumus išgyvena pažeidžiamos asmenų grupės - vieniši senjorai, neįgalieji.
- ▶ Mokslo įrodyta, kad muzikos terapija, kaip viena iš meno terapijos sričių, skirta imunitetui stiprinti, nuovargiui šalinti bei darbingumui grąžinti.
- ▶ Programa skirta brandaus amžiaus žmonėms, norintiems rasti savyje dvasinę harmoniją bei atgauti psichologinį ir fizinį balansą.
- ▶ Programoje numatoma organizuoti muzikos terapijos užsiėmimus senjorams. Ji skirta visiems, kurie nori sustiprinti psichikos sveikatą, tobulinti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžius, ir taip užsitikrinti kokybiškesnį gyvenimą bei gerovę.

Situacijos vertinimas

2021 m. atlikus Trečiojo amžiaus universiteto klausytojų ir kitų brandaus amžiaus asmenų apklausą, paaiškėjo, kad didesnė dalis senjorų yra girdėję apie muzikos terapiją. Ir nors jiems buvo sudėtinga apibūdinti, kas tai yra, tačiau beveik visi vieningai pripažino, kad „su muzika gyventi lengviau“ ir ji daro teigiamą įtaką gyvenimo kokybei.

Ar esate girdėję apie muzikos terapiją?

- a) Ne, nežinau, kas tai yra
- b) Taip, esu apie tai girdėjęs
- c) Taip, apie tai nemažai išmanau, esu išbandęs
- d) Taip, manau, jog tai nesąmonė
- Neatsakė į klausimą



Kas yra muzikos terapija?

- ▶ Muzikos terapija įvardijama kaip joje dalyvaujančių visapusiškos sveikatos, gyvenimo kokybės gerinimas įvairios muzikinės veiklos bei jos metu užsimezgsusių tarpusavio santykių pagalba.
- ▶ Muzikos terapija apima ne tik ugdymo, bet ir psichologinius, socialinius, terapinius tikslus (saviraišką, pasitikėjimą, dvasinę harmoniją). Ji orientuota į kūrybos procesą, kur visai nebūtini meniniai įgūdžiai ar talentas. Svarbią reikšmę įgyja buvimas grupėje, bendravimas ir bendradarbiavimas.



Muzikos terapijos sritys ir jų taikymas

- ▶ **Medicininė muzikos terapija** - muzika, garsai, vibroakustika yra taikoma fizinių ligų bei negalavimų gydymui ir naudojama gydymo įstaigose, sanatorijose, reabilitacijos, skausmo klinikose.
- ▶ **Psichoterapinė muzikos terapija** apibūdinama kaip sveikatinimo procesas, kuomet muzika terapeuto pagalba yra naudojama kaip mediumas padedantis klientui patirti išvalgas suvokiant savo poreikius, jausmus ir mintis, problemas - aplinkinį pasaulį ir savo egzistenciją jame.
- ▶ **Ugdomoji muzikos terapija** taikoma specialiųjų poreikių asmenų ugdymo ir ugdymosi procese - realizuojant jų poreikius ir galimybes bei koreguojant sutrikimus.
- ▶ **REKREACINĖ MUZIKOS TERAPIJA** taikoma siekiant padėti dalyviams pajusti džiaugsmą, užsimiršti, įsitraukti į socialinę kultūrinę veiklą. **Būtent ši forma buvo naudojama projekto „Harmonija TAU“ kontekste.**

Programos tikslas ir uždaviniai

TIKSLAS

Tikslas - suteikti senjorams muzikos terapijos praktinių žinių ir įgūdžių, sprendžiant psichosocialines problemas.



UŽDAVINIAI

1. Organizuoti muzikos terapijos užsiėmimus senjorams, padedant rasti savyje dvasinę harmoniją.
2. Sudaryti tinkamas sąlygas bendrauti ir bendradarbiauti grupėje, mokantis atsipalaiduoti muzikos pagalba.
3. Pristatyti programos metu įgytą patirtį Suaugusiųjų švietimo savaitės metu.

Rekreacinės muzikos terapijos programos įgyvendinimo planas

1. Parengti mokymų programą (rugsėjo mėn.)
2. Surinkti dalyvių grupę (rugsėjo mėn.).
3. Organizuoti 18-20 val. praktinius mokymus (spalio - gruodžio mėn.).
4. Pristatyti įgyvendinamą veiklą (lapkričio mėn.).



Rekreacinės muzikos terapijos užsiėmimų pagrindinės sritys, priemonės ir metodai

- ▶ Užsiėmimuose, atsižvelgiant į surinktos dalyvių grupės poreikį, **taikomos įvairios priemonės:**
 - Muzikos klausymas - tai galimybė užpildyti savo sielos tuštumą.
 - Muzikinė, vokalinė, teminė improvizacija - galimybė išreikšti save, emocijas, jausmus.
 - Bendras muzikavimas - tai dalyvavimas gyvenimo tėkmėje. Tai galimybė, kuri leidžia būti ir tapti Kūrėjais.
 - Dalijimasis savo patirtimi ir naujų patyrimų priėmimas.
- ▶ Muzikos terapijos užsiėmimų metu į pagalbą pasitelkiamos kvėpavimo technikos, teatrinės išraiškos.
- ▶ Kūrybinės veiklos pristatymas bendruomenėse, socialinių ryšių bendruomenėje plėtojimas.

PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

1. Nuo rugsėjo mėn. vyksta rekreacinės muzikos terapijos užsiėmimai 15 dalyvių grupei.
2. Mokymus veda režisierė, muzikinių grupių vadovė **Aldona Sasnauskienė.**



Nauda mokymų dalyviams ir pridėtinė vertė

- Daugelio krizių akivaizdoje senjorai sugebėjo rasti savyje dvasinę harmoniją, pajusti džiaugsmą, užsimiršti, įsitraukti į socialinę kultūrinę veiklą.
- Užsiėmimuose dalyviai turėjo galimybę bendrauti su bendraminčiais, pasidalinti patirtimi, tobulinti bendradarbiavimo grupėje ir saviraiškos įgūdžius.
- Po užsiėmimų grupės dalyviai aktyviai mezgė kontaktus su vietos bendruomenėmis, dalyvavo jų organizuojamuose susitikimuose, pristatė savo kūrybines iniciatyvas, padidino socialinę integraciją.



Su muzika - gyventi smagiau!

- Kėdainių trečiojo amžiaus universitetas

2022



Kėdainių kultūros centro programa „Mokymų ciklas „Mes – bendruomenė“

*Daiva Burinskytė-Valdmonė,
Kėdainių kultūros centro projektų vadovė*

Kultūrinis darbas dėl savo specifikos yra itin dinamiškas. Jį dirbdami darbuotojai patiria stiprų tiek išorinių, tiek vidinių veiksnių poveikį. Kėdainių kultūros centro darbuotojai per pastaruosius 2 metus patyrė itin daug streso dėl veiksnių dariusių ir tebedarančių didžiulę įtaką kultūrinei veiklai, nes kultūrinis sektorius yra labai jautrus ir paliečiamas vienas iš pirmųjų globaliu mastu.

Išoriniai veiksniai labai jautriai palietę kultūros sektoriaus darbuotojus buvo „Covid-19“ pandemija ir karas Ukrainoje. Labai svarbūs vidiniai veiksniai paveikę Kėdainių kultūros centro darbuotojų psichoemocinę būseną, tai Kėdainių kultūros centro pastato rekonstrukcija, Kėdainių kultūros centro direktoriaus ir dalies kolektyvo pasikeitimas, pareigybių perskirstymas.

Programos „Mokymų ciklas „Mes – bendruomenė“ tikslas – gilinant psichologines žinias, gerinti Kėdainių kultūros centro darbuotojų komandos formavimo, komandinio darbo įgūdžius ir psichoemocinę būseną.

Programos metu nuo rugsėjo 22 d. iki gruodžio 13 d. Kėdainių kultūros centro darbuotojams vyko psichologinių žinių gilavimo mokymai, dailės ir teatro terapijų bei relaksacijos užsiėmimai.

Teatro ir dailės terapijų metu programos dalyviai buvo supažindinti su teatro ir dailės terapijų sąvokomis ir metodais, sužinojo teatro bei dailės terapijų ir edukacijų panašumus ir skirtumus, užsiėmė grupine teatro terapijos veikla.

Relaksacijos užsiėmimų metu dalyviai buvo supažindinti su streso valdymo būdais ir relaksacijos metodais, juos išbandė.

Psichologinių žinių gilavimo mokymų metu programoje dalyvavę Kėdainių kultūros centro darbuotojai buvo supažindinti su sąmoningo bendravimo principais, emocijų, jausmų ir nuotaikų skirtumais, bei jų įtaka bendravimui, pykčio emocijos poveikiu, jo žala ir nauda bendrai savijautai, išmoko praktiškai taikyti pykčio valdymo būdus. Programos dalyviai sužinojo apie nerimo ir baimės žalą bendravimui su kitais žmonėmis bei žmogaus emociniam fonui, nerimo ir baimės valdymo būdus, realistiško savęs vertinimo svarbą bendravimui su kitais žmonėmis. Dalyviai gavo žinių apie aukšto ir žemo savigarbos lygio fizinei ir psichologinei sveikatai įtaką, apie savigarbos ugdymo metodų taikymo būdus bei apie savęs tobulinimo plano kūrimo metodus ir struktūrą. Taip pat susipažino su konfliktų atsiradimo priežastimis, jų tipais, konflikto sprendimo strategijomis, išmoko jomis veiksmingai naudotis.

Kiekvieno užsiėmimo pabaigoje vyko programos dalyvių refleksija, patys dalyviai vertino veiklų efektyvumą. Mokymų ciklo „Mes – bendruomenė“ metu dėl įgytų naujų žinių, gebėjimų ir efektyvaus jų panaudojimo pagerėjo darbuotojų komandos formavimo ir komandinio darbo įgūdžiai, psichoemocinė būseną, padidėjo pasitikėjimas savimi ir darbo našumas, sumažėjo patiriamas streso lygis.

Programą finansavo Kėdainių suaugusiųjų ir jaunimo mokymo centras.

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Sveikatos stiprinimo praktikumas mamai ir mažyliui

*Danutė Šilkaitienė,
Kėdainių rajono motinystės mokyklos direktorė*



Tikslas – užtikrinti mažyliams auginančioms mamoms / šeimoms fizinio aktyvumo – mankštos pratybų organizavimą ir informacijos sklaidą.

Uždaviniai:

- Organizuoti fizinio aktyvumo – mankštos pratybas mamoms / šeimoms kartu su mažyiais.
- Pagaminti ir platinti Motinystės mokyklos atributiką (raktų pakabukai, stoveliai, rašikliai su Motinystės mokyklos logotipu).



Programos aktualumas

- Eilę metų Kėdainių rajono motinystės mokyklos veikla buvo finansuojama iš Kėdainių rajono savivaldybės biudžeto lėšų, tačiau paskutinius du metus dėl susiklosčiusios epidemiologinės situacijos finansavimo negavo.
- 2022 metai vėl buvo rengta programa „Sveikos gyvenimo pradžios skatinimas“ ir finansuota iš sveikatos rėmimo fondo lėšų, tačiau ji buvo skirta tik būsimiesiems tėveliams.

Programos aktualumas

- Kėdainių rajono mažyliams auginantiems tėvams trūksta bendravimo galimybių, mamos turi mažai galimybių mankštintis, stiprinti tiek fizinę, tiek emocinę sveikatą.
- Trūksta informacijos sklaidos apie Kėdainių rajono motinystės mokyklos veiklą, ji nėra tinkamai viešinama. Dalomųjų priemonių - atributikos gamyba ir platinimas – viena iš priemonių, užtikrinanti informacijos sklaidą apie Motinystės mokyklos veiklą.

Fizinio aktyvumo – mankštos pratybos

- Padeda mamoms sustiprėti, atgauti energiją, pasitikėjimą savimi ir susigrąžinti buvusias kūno linijas;
- bendra veikla su vaikučiu naudinga abiem pusėms - mama tampa stipresnė, jai lengviau prižiūrėti kūdikį, vaikutis tyrinėja naują aplinką, patiria naujų įspūdžių.
- Tai neįkainojamas laikas kartu!



- Užsiėmimų metu mamos buvo supažindintos su įvairiais pratimais, kuriuos galima rinktis priklausomai nuo mamos fizinio pajėgumo bei mažylio amžiaus.
- Atliekant pratimus skirtus mamoms, vaikus galima naudoti kaip papildomą svorį.
- Galimi pratimai: pritūpimai, įtūpstai į priekį, atgal, į šonus, atsigulus ant nugaros - pratimai dubens dugnui, sėdmenims (dubens pakėlimas), pilvo presui (kojų kėlimas, žirklės, atvedimai į šonus, susirietimai gulint it t.t.), įstrižiniams raumenims (pasisukimai į šonus), nugarai ir pan.

- Praktinių užsiėmimų metu buvo nuolat pabrėžiama, kad jei nepavyksta ar kyla nemalonūs pojūčiai – neverskite savęs, mankšta pirmiausia turėtų teikti malonumą ir geras emocijas.



Programos dalyvėms buvo pristatomi ir pratimai vaikams, naudojant didelius mankštos kamuolius.

- **Aptartos pagrindinės taisyklės:**
- Pirmosios kamuolio pamokos turėtų trukti ne ilgiau kaip 5 minutes.
- Laikui bėgant, trukmę galima padidinti iki 20 minučių.
- Pratimus ir judesius rekomenduojama atlikti labai lėtai, neišgąsdinti mažylio.
- Jei vaikas verkia, būtina nutraukti gimnastiką ir duoti jam laiko nusiraminti.
- Kiekvieno pratimo metu būtina kūdikį laikyti už nugaros, pilvo ar kojų.
- Niekada nepalikti vaiko ant kamuolio be priežiūros!

Mokomieji masažo užsiėmimai

- stiprina kūdikių imunitetą;
- pagerina kraujotaką;
- normalizuoja raumenų tonusą;
- skatina mažylio psichomotorinį vystymąsi;
- sumažina suirzimą;
- gerina virškinimą;
- padeda kontroliuoti pilvo diegliukus...

- Todėl susitikimus papildėme masažo pamokėle...



Atributikos gamyba

- Iš programos lėšų pagaminta ir platinama Motinystės mokyklos atributika (raktų pakabukai, stoveliai, rašikliai ir kt. su Motinystės mokyklos logotipu);
- minėtos priemonės užtikrina informacijos sklaidą apie Motinystės mokyklos veiklą.

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022

- Kadangi Motinystės mokykla nuolat bendradarbiauja su įvairiomis firmomis, programos dalyviai buvo pradžiuginti „Marmaluzi“, „Nestle“ dovanėlėmis ir įvairia metodine literatūra.



Ačiū už dėmesį!



Neformaliojo suaugusiųjų švietimo programa „Deivės grožio studija“

Ramunė Ūsė,

Asociacijos „Savirealizacijos erdvė“ lektorė, psichologė

Iniciatyvos veikloms pagrįsti pasitelktas Pasaulinė sveikatos organizacijos psichikos sveikatos apibrėžimas – tai emocinės ir psichologinės gerovės būseną, kurioje asmuo gali išnaudoti savo kognityvinius ir emocinius gebėjimus, funkcionuoti visuomenėje, patenkinti savo kasdienes poreikius, užmegzti pasitenkinimą teikiančius ir brandžius santykius su kitais žmonėmis.

Moksliniais tyrimais nustatyta, jog moterų psichikos sveikata priklauso nuo gyvenimo būdo ir savo patirties integravimo, požiūrio į save pačias ir į kitus, atliekamų funkcijų.

Programos aktualumą taip pat grindžia stebimas reiškinys, kad moterys, patiriančios psichosocialinių sunkumų ir vengiančios lankytis psichologo kabinete, noriai išsipasakoja grožio paslaugas teikiančioms specialistėms. Atsižvelgiant į šią tendenciją, grožio procedūrų atlikimo mokymų metu (kurias vedė patyrusios grožio specialistės – savanorės), susitikimuose dalyvavo ir psichologė praktikė - konstruktyviems pokalbiams moderuoti bei pozityviam psichologiniam grupės mikroklimatui kurti, fizinės sveikatos stiprinimo svarbai akcentuoti.

Iniciatyvos dalyvės teoriškai ir praktiškai mokėsi psichohigienos – atsipalaidavimo technikų, tinkamai ir saugiai prižiūrėti nagus, plauti, šukuoti ir formuoti plaukus, kaip namuose pasigaminti veido kaukes iš valgomų produktų ir masažuoti odą, susipažino su makiažo atlikimo technikomis ir sužinojo, kaip išsirinkti tinkamiausias priemones grožio procedūroms pagal poreikį. Mokymų lektorės – grožio specialistės įvykdė ir ugdymą karjerai pasidalindamos savo profesinėmis patirtimis, papasakodamos apie reikalingą išsilavinimą ir būtinas finansines investicijas sėkmingai darbinei veiklai.

Programoje „Deivės grožio studija“ suteiktos nemokamų mokymų ir priemonių naudojimo paslaugos stiprino mažiau galimybių turinčių kraštiečių gebėjimus rūpintis savimi ir sukūrė galimybę ugdytis šeimos narių slaugos ir pagalbos namuose kompetencijas, megzti naujus bendravimo ir bendradarbiavimo ryšius.



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Senjorai mokosi, sportuoja, kuria, savanoriauja ir dalinasi patirtimi su jaunimu

Gražina Jedemskienė,

Senojo Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto rektorė

Jau penkioliktus metus Senojo Kėdainių trečiojo amžiaus universiteto, įkurto 2019 birželį (nuo 2008 metų kovo 13 d. veikusio kaip Medardo Čoboto Kauno apskrities filialo Kėdainių Humanitarinių ir socialinių mokslų fakultetas) pagrindiniai tikslai ir uždaviniai - užtikrinti geresnę vyresniojo amžiaus žmonių gyvenimo kokybę bei skatinti nuolatinio lavinimosi poreikį, visokeriopai remti pagyvenusių žmonių geresnę socialinę integraciją į visuomenę, jų galimybių realizavimą ir aktyvų dalyvavimą visuomenės nuomonės formavimo ir sprendimų priėmimo procesuose, tirti ir propaguoti vyresniojo amžiaus žmonių kultūrinę ir visuomeninę patirtį, skatinti bendradarbiavimą tarp kartų, organizuoti paskaitas, konferencijas, seminarus, kursus, susitikimus su Lietuvos ir užsienio šalių specialistais, visuomenės veikėjais, kultūros, mokslo, meno atstovais, aktyviais bendruomenės nariais, organizuoti priemones, stiprinančias dvasinę ir fizinę sveikatą, palaikančias socialinį aktyvumą, gerinančias TAU klausytojų gyvenimo kokybę.

Kasmet universitete vykdomi Kėdainių rajono savivaldybės finansuojami projektai, tokie, kaip 2019 metais „Besilavinantis senjoras – sveikesnė integruota visuomenė – 3“, 2020 metais - „Vyresniojo amžiaus žmonių į(si)traukimas į bendruomenės gyvenimą“, 2021 m. - „Vyresniojo amžiaus žmonių į(si)traukimas į bendruomenės gyvenimą- II“, sukviečia Kėdainių miesto ir rajono vyresnio amžiaus žmones į anglų, vokiečių, prancūzų kalbų, siuvimo kursus, vokalinio ansamblio studiją „Šerkšnė“, į susitikimus su rašytojais, poetais, paskaitas psichologijos, istorijos, politikos, sveikos gyvensenos temomis, 2020-2022 metais Nordplus projektas „Amžius- ne kliūtis II“ – į skaitmeninio, teisinio raštingumo, genealoginio medžio kūrimo mokymus. Projekto metu sukurta mokomoji medžiaga leidžia organizuoti 10 įvairių seminarų, mokymų.

Bendradarbiaujant su Kėdainių rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuru nuo 2020 metų rudens, o ypač šiais metais universitetui vykdant Kėdainių rajono savivaldybės finansuojamą projektą „65+ amžiaus žmonių nelaimingų atsitikimų ir traumų prevencija“ klausytojai turėjo galimybę nemokamai mankštintis baseine, ant kilimėlio, lankyti jau ketvirtus metus universitete veikiančią linijinių šokių studiją „Smilga“. Šių metų rugsėjo 23 – čiają studijos šokėjos dalyvavo MČTAU organizuotame tarptautiniame senjorų šokių festivalyje „Šokių pynė“.

Nuo 2019-12-20, kaip M. Čiuželio labdaros ir paramos fondo partneriai, dalyvaujame projekte „SIDABRINĖ LINIJA“ KĖDAINIUOSE: pagalba senjorų, neįgaliųjų ir pabėgėlių integracijai į visuomenės gyvenimą“. Šiuo metu net virš 30 savanorių, Senojo Kėdainių TAU klausytojų, viena kartą savaitėje sutartu laiku telefonu bendrauja su vienišais bendraminčiais senoliais.

2021 metų kovą tapus Nacionalinės trečiojo amžiaus universitetų asociacijos (NTAUA) nariais, o ypač šių metų vasarą MČTAU pakvietus į partnerius projekte „Senjorai savanoriauja ir dalinasi patirtimi su jaunimu“ Senojo Kėdainių TAU klausytojų veiklos ir pažinčių ratas dar labiau išsiplėtė. Pastaruoju metu jie ne tik patys savanoriauja, bet ir aktyviai bendradarbiauja, dalinasi patirtimi su Kėdainių profesinio

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022

rengimo centro mokiniais bei mokytojais, Medardo Čoboto, Kauno, Trakų trečiojo amžiaus universitetų klausytojais, šių miestų gimnazijų mokiniais, Kauno Kolpingo kolegijos studentais. Vienas iš projekto dalyvių susitikimų lapkričio 18-tą dieną vyko Kėdainių PRC.

2022 metų suaugusiųjų mokymosi savaitės „Mokymosi siluetai!“ metu Senojo Kėdainių TAU klausytojai rinkosi ne tik į įprastus užsiėmimus. Lapkričio 22-trąją Kėdainių rajono etnologės Reginos Lukminienės knygos „Kėdainių krašto tautosaka: kraštotyros užrašai“ pristatyme dalyvaujant Kėdainių kultūros centro folkloro ansambliui „Jorija“, prisiminė mums Kėdainių krašto papročius, dainas, šokius, išgirdo įdomių pasakojimų, liudijimų. Įdomią bei naudingą edukaciją „Maistas ir gėrimai be atliekų“ universiteto klausytojoms naujai įrengtoje modernioje mokomojoje virtuvėje pravedė Kėdainių PRC profesijos mokytojai A. Alminienė, Ž. Noreikienė, I. Šlikienė, D. Biriukas.

Senojo Kėdainių TAU klausytojų nuomone, jei nemokame džiaugtis senatvės teikiamais privalumais, tenka taikstyti su jos trūkumais. Todėl dažnai sau primename: „Senjorai, nedejuokim, stokime, veikime, eikime, plėskime TAU ratą, dalinkimės savo patirtimi, šiluma, būkime pavyzdžiu vaikams, anūkams, mokykimės ir iš jų, kurkime sveiką ir tvarią Lietuvą“.



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Motyvuotos komandos dalis – stipri asmenybė 2

*Ingrida Neliupšienė,
Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos direktorė;*

*Jurgita Sinickienė,
Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos socialinė pedagogė*

Švietimo sistema išgyvena didelių pokyčių laikotarpį, kurių įgyvendinimas sukelia didelę įtampą ir reikalauja daug energijos. Pedagogai turi pakelti didelį emocinį krūvį ir kartu gebėti efektyviai dirbti. Įtemptas darbas, stresas, didelė atsakomybė, laiko trūkumas, ribotos galimybės gauti kokybiškas paslaugas turi įtakos šių asmenų fizinei ir psichikos sveikatai. Neskirdami pakankamai laiko sau pedagogai taip pat patiria profesinį perdegimą. Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos misija yra teikti pagalbą pedagogams visomis kryptimis. Todėl mes esame neabejingi sunkumams, su kuriais susiduria pedagogai.

Projektas „Motyvuotos komandos dalis – stipri asmenybė 2“ yra 2021 m. projekto tęstinumas. Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos darbuotojai dalyvavo mokymuose ir praktiniuose užsiėmimuose bei sėkmingai formavo stiprią, puikius profesinius įgūdžius turinčią ir motyvuotą komandą. Šiuo projektu siekėme toliau plėtoti veiklas, kurios padėtų stiprinti ne tik Kėdainių švietimo pagalbos tarnybos darbuotojų, bet ir mokytojų, dirbančių Kėdainių rajono švietimo įstaigose, asmeninę motyvaciją, tarpusavio bendravimą bei bendradarbiavimą sprendžiant sunkumus ir mokyti įvairių saviugdų būdų bei juos taikyti praktikoje.

Kėdainių švietimo pagalbos tarnyboje veikia 27 metodiniai būreliai, aktyviai vyksta įvairūs renginiai. Per mokslo metus vidutiniškai suorganizuojama apie 100 kvalifikacijos renginių (seminarai, paskaitos, kursai, edukacinės išvykos ir kt.), betarpiškai bendraujama su pedagogais, koordinuojančiais jų veiklas. Todėl projekto veiklos buvo organizuotos metodinių būrelių pirmininkams.

Projekto dalyviams pasiūlėme įvairias praktines veiklas. Kūrybinė veikla padėjo susiburti, nugalėti baimes bei stereotipus, išbandyti save naujose veiklose. Atsipalaidavimo pratybos bei užsiėmimai praplėtė dalyvių pažintį su streso įveikos būdais, kurių dalyviai nebuvo išbandę iki šiol.

Projekto veiklos sustiprino metodinių būrelių komandas, motyvavo būrelių pirmininkus bendro tikslo ir rezultatų siekimui. Dalyvaujant projekto veiklose atsirado glaudesnis ryšys tarp pedagogų dirbančių įvairiose rajono ugdymo įstaigose, prasiplėtė bendradarbiavimo galimybės. Projekto metu išbandytos saviugdų praktikos padidino psichologinį atsparumą ir sumažino emocinį išsekimą, išmoktas technikas dalyviai ir toliau taikys savo darbe bei asmeniniame gyvenime, dalinsis patirtimi su kolegomis. Nuolat taikant saviugdų praktikas gerėja pedagogų psichologinė būseną ir mažėja emocinis išsekimas.

Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Bendrystė – puiki galimybė iš naujo pažinti senuosius amatus

Jūratė Atkočiūnienė,

Kėdainių krašto muziejaus kultūrinių renginių organizatorė Tradicinių amatų centre Arnetų name

2022 metų rugsėjo-lapkričio mėnesiais Kėdainių krašto muziejus įgyvendino neformaliojo suaugusiųjų švietimo ir tęstinio mokymosi programą „Bendrystė – puiki galimybė naujai pažinti senuosius amatus“, finansuojamą Kėdainių rajono savivaldybės biudžeto lėšomis, kuriam buvo skirta 600 Eur.



Programos teikėjas:

Kėdainių krašto muziejus.

Programą rengė:

Kėdainių krašto muziejaus Tradicinių amatų centro Arnetų name kultūrinių renginių organizatorė Jūratė Atkočiūnienė, veltinių vėlimo amato meistrė.



Programos vykdytojai: 3 Kėdainių krašto muziejaus darbuotojai, 2 lektoriai, sertifikuoti tautinio paveldo tradicinių produktų amatininkai, kurie perėmė, išsaugojo ir populiarina tautinio paveldo tradicijas.



Daugiau nei trejus metus Kėdainių krašto muziejaus Tradicinių amatų centre Arnetų name vykdomas renginių ciklas „Kėdainių krašto bendruomenės“, kur pristatomi rankdarbiai, amatai, kulinarinis paveldas, meninė programa.



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Programos tikslas

Programos tikslas buvo įtraukti Kėdainių rajono bendruomenių narius į tautinio paveldo puoselėjimą, siekiant išsaugoti tradicinius amatus.



Senųjų amatų puoselėtojai

- Gendrūta Kauneckienė, sertifikuota tautinio paveldo tradicinių produktų riešinių mezgimo amatininkė iš Rascinių.
- Giedrė Pupšienė, sertifikuota tautinio paveldo tradicinių produktų vilnos vėlimo amatininkė iš Vilniaus.



Pažintis su tradiciniais amatais.



1 dalis „Riešinių mezgimas“



Gendrūta Kauneckienė supažindino su riešinių mezgimo istorija Lietuvoje, raštais, būdingais atskiriems regionams.



Parodė Josvainių valsčiaus, Pilsupių kaime užfiksuotas riešines, kurių raštai sukomponuoti iš rombų, gyvybės medelių ir žvaigždučių.



Pasidalino tradiciniais raštais, mokė karoliukų suvėrimo subtilybių



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022



Pamokė taisyklingai išmegzti akis, skaityti šemą ir pagal duotą raštą įmegzti karoliukus.



Paiškinu kodėl reikia tvirtai megzti ir kaip numezgtus gražiai susiūti.



Darbo rezultatai



2 dalis „Tradicinės kepurės vėlimas“



Amatininkė Giedrė Pupšienė pasakojo apie veltinio atsiradimą Lietuvoje.



Pristatė savo darbų parodą



Supažindino su veltinio panaudojimo galimybėmis.



Suaugusiųjų švietimo iniciatyvos Kėdainiuose – 2022

Pasakojo apie naudojamą medžiagą tekstūrai išgauti, parodė tinkamiausias vėlimui avių vilnas ir mokė velti tradicinę kepurę.



Darbo eiga



Mokėsi ant formos tolygiai dėlioti vilną keliais sluoksniais iš abiejų pusių, drėkino, muilavo ir palaipsniui apvėlė..



Galiausiai suformuotą kepurę suvėlė iki reikiamo dydžio, užtempė, ant medinės formos, pavėlė reikiamose vietose.





Rezultatas



Mokymų dalyviai buvo mokomi ir vertinami nuolat. Kiekvieno amato specialistas vertino pagal savo amato kriterijus, įsivertino ir patys dalyviai.



Programa „**Bendrystė – puiki galimybė naujai pažinti senuosius amatus**“ Kėdainių krašto bendruomenių amatų puoselėtojams, rankdarbių entuziastams buvo labai naudinga.

Programos įgyvendinimo metu pavyko pasiekti užsibrėžtus tikslus - savo rankomis sukurti tradicinius gaminius. Visi programos dalyviai liko labai patenkinti savo darbo rezultatais, kūrė planus, kaip šią patirtį panaudos artimoje aplinkoje ir tikino su nekantrumu laukiantys kitų senuosius amatus reprezentuojančių edukacinių užsiėmimų.

Dėkoju už dėmesį bei pasitikėjimą vykdant tradicinius amatus puoselėjančius projektus



Mąstymo įpročių“ metodo taikymas – efektyvaus ugdymo pagrindas

Greta Stundžienė,
Kėdainių lopšelio-darželio „Puriena“ mokytoja metodininkė

KAS, JEIGU?

KAS JEIGU, VIENĄ DIENĄ NEBELIKTŲ MOKYTOJŲ?

PANAŠUMAI

KOKIE PANAŠUMAI YRA TARP VAIKŲ IR SUAUGUSIŲJŲ?

ATVIRKŠČIAI

IŠVARDINKITE 5 DAIKTUS, KURIŲ ŠIUO METU ŠIOJE ERDVĖJE NĖRA

Kas yra „Mąstymo mokykla“?

Profesorius Bob Burden apibūdina Mąstymo mokyklą kaip:

„Švietimo bendruomenę, kurioje visi nariai yra bendrai įsipareigoję reguliariai ir kruopščiai apgalvoti viską, kas vyksta. Tai skirta tiek ugdytiniais, tiek visai ugdymo įstaigos bendruomenei, besimokantiems mąstyti refleksyviai, kritiškai, kūrybingai, panaudoti šiuos įgūdžius bei metodus kartu kuriant prasmingą ugdymo programą ir su ja susijusias veiklas. Sėkmingi rezultatai atsispindės įvairiuose vaikų gebėjimuose, parodančiuose įgūdžius mokytis savarankiškai arba bendradarbiaujant, aukštą pasiekimų lygį ir malonumą bei pasitenkinimą mokantis. (Burden, 2006)

„Mąstymo mokyklos“ metodo tikslai

- Ugdyti vaikų aukštesniojo lygio mąstymo įgūdžius;
- Išmokyti vaikus mokytis, t.y. išmokyti efektyvių veikiančių mąstymo ir elgesio strategijų (naudotis mąstymo žemėlapiais, De Bono kepurėmis, mąstymo raktais, mąstymo įpročiais), kurios padeda savarankiškai apdoroti informaciją bei operuoti ja įvairiais mąstymo lygiais, siekiant efektyviai „įveikti“ užduotis;
- Paruošti vaikus, kad jie „žinotų, ką daryti, kai nežino, ką daryti“, t. y. pasinaudoti mąstymo ir mokymosi priemonėmis bei būdais;
- Ugdyti nuolat savarankiškai besimokančias asmenybes, t. y. diegti nuostatas, kad mokytis gali būti įdomu ir vertinga.
- Mokytiis reflektuoti savo mokymąsi, t. y. žinoti, ko siekia išmokyti (žinoti mokymosi tikslus) bei įsivertinti, kas sekasi, kas sekasi sunkiau, ko norėtų išmokyti dar.

APIE VYKDOMĄ PROJEKTĄ...

PROJEKTO TIKSLAS: plėsti žinias apie „Mąstymo įpročių“ metodo taikymą ikimokyklinėse įstaigose, kuris padėtų sąmoningai, vieningai ir veiksmingai ugdyti vaikų mokymosi mokytiis kompetenciją

PROJEKTO TRUKMĖ: 2022-09-01 iki 2022-12-20

„Mąstymo mokyklos“ metodas akcentuoja mokymąsi per vaizdą ir vaizdinius simbolius: *mąstymo žemėlapiai, mąstymo raktai, De Bono kepurės, mąstymo įpročiai, Bloom taksonomijos piramidė.*

MĄSTYMO ŽEMĖLAPIAI

APSKRITIMO ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Nurodyti kontekstą. 2. Pasakyti viką, kas žinoma. 3. Medžiaga.	BURBULO ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Stabdomi nusidriusę 5 papūrai. 2. Apibūdinti nuolytius, sąvokas, įvairius ir kt.
DVIGUBO BURBULO ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Pagrindinis turinys. 2. Apibūdinimas, skaitiniai. 3. Diferencijavimas.	MEDŽIO ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Medžiaga. 2. Sukurti žodį. 3. Supaprastinti.
RĖMELIŲ ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Sukurti rėmelį. 2. Nurodyti duotąją. 3. Parodyti kompoziciją.	SEKOS ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Išdėlioti žodžių tvarką. 2. Atskirti nuokį. 3. Paaiškinti, kas vyko toliau.
PIRMAJIS - PASEKMĖS ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Nurodyti aplinkybes. 2. Apibūdinti pasekmes. 3. Nurodyti.	TILTO ŽEMĖLAPIS Raktiniai mąstymo žodžiai: 1. Nurodyti žodžių vektoriaus. 2. Pateikti analogiją. 3. Pasikeičia simbolis.

Galima pasirinkti šios etaiduma: **mąstymo įpročius:**

- impulsiyvumo valdymas;
- nuoširdų ir empatišką klausymąsi;
- mąstymo lankstumą;
- mąstymą apie savo mąstymą;
- tieskano siekimą;
- klauimų kelimą ir problemų suvokimą;
- turimų žinių taikymą naujoje situacijoje;
- aiškių ir tikslių mąstymų bei bendravimą;
- chocmerą, struktūrinį naudojimą visus pojūčius;
- kūrybą, įsivaizdavimą, inovacijas;
- reagavimą su nuostaba ir pagarba;
- atsakingą rizikavimą;
- humoro supratimą;
- mąstymą drauge;
- atvirumą nuolatiniams mokymams;

PROJEKTO ĮGYVENDINIMAS

1 UŽDAVINYS: *gilinti Kėdainių lopšelio-darželio „Puriena“ pedagogų žinias apie „Mąstymo įpročių“ taikymą ugdymo procese bei efektyviausius savęs kaip lyderių pažinimo, lyderiško vadovavimo bei kiekvieno komandos nario skatinimo tapti lyderiu, būdus.*



Refleksijos, gerosios patirties sklaida



PROJEKTO ĮGYVENDINIMAS

2 UŽDAVINYS: *supažindinti Kėdainių lopšelio-darželio „Puriena“ ugdytinių tėvus su „Mąstymo įpročių“ metodo taikymo privalumais ir ilgalaike nauda jų vaikams.*



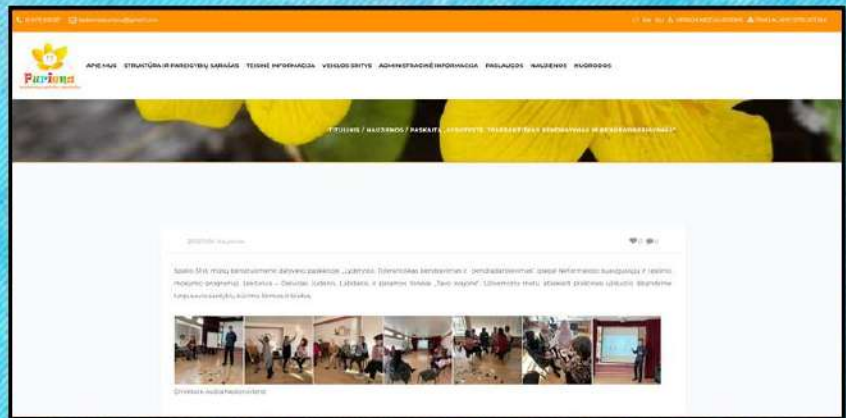
PROJEKTO ĮGYVENDINIMAS

3 UŽDAVINYS: pristatyti „Mąstymo įpročių“ metodo taikymo galimybes Kėdainių miesto ir rajono ikimokyklinių įstaigų pedagogams.



PROJEKTO ĮGYVENDINIMAS

4 UŽDAVINYS: *programos veiklų viešinimas ir rezultatų pristatymas šiuolaikiniais efektyviais masinio informavimo kanalais – internetiniame įstaigos tinklapyje, socialiniuose tinkluose.*



Ką dar įgyvendinsime?

2022 m. gruodžio mėnesį turėsime kūrybines dirbtuves įstaigos pedagogams ir ugdytinių tėvams „Kūrybiškumo galia“.

