



VJG TK Ugdymo grupės veiklos ataskaita 2025/2026 m.

Ugdymo grupės vadovė: Lina Meškauskienė.

Ugdymo grupės nariai: Roberta Behrens, Laura Sirvydienė, Greta Bruzgienė, Gediminas Lisauskas, Jonas Zaronkis, Ieva Sakalauskaitė - Čapkauskienė, Eglė Adlienė, Vilija Jankutė - Kopūstė, Olga Petroševičienė, Indrė Levickienė, Andrius Ramanauskas.

Pagrindinės veiklos

1. Priklausomybių prevencija:

- Susitarimai klasėse
- Ekranų kultūros projektas „Išjunk ekraną, įjunk gyvenimą“

2. Kitos veiklos

- Išvykų bankas
- Pagalba VJG administracijai kitais klausimais

5-7 klasių tėvų ir vaikų susitarimai

Pagrindinis tikslas - klasių tėvų bendruomenių bendrų susitarimų inicijavimas, sudarymas ir laikymasis.

Susitarimai klasėse: susitarimus turi 8 klasės (5b, 5c, 5d, 6a, 6b, 7a, 7b ir 7c) ir 3 (pradinė) klasė.

Veiklos:

2025 m. lapkričio 19 d. 5-7 klasėms vyko Ainos Pakeltės nuotolinė paskaita „Geroji praktika – tėvų susitarimai klasėje“.

Aina Pakeltė – 7b klasės mokinio mama, integruotos kūno ir judesio terapijos (IBMT) terapeutė ir edukatorė.

Paskaitoje dalyvavo apie 60 dalyvių.

Po paskaitos 5-7 klasių tėvams buvo parengta ir išsiųsta atmintinė „Klasės tėvų susitarimai“ ir paskaitos pristatymas (įrašas ir skaidrės).

2025 m. lapkričio mėn. TK klasių atstovai klasių susirinkimų metu pristatė klasių ir vaikų susitarimus, išsirinko klasių atstovus.

2026 m. vasario 24 d. vyko TK atstovų ir klasių atstovų susitikimas. Dalyvavo 7 klasių atstovai.

Sukūrėme gaires ir veiksmų modelį, skatinantį klases pasirengti susitarimus. Dalijimasis patirtimi, įžvalgomis ir iššūkiams padėjo tobulinti jų įgyvendinimą klasėse. Daug dėmesio skyrėme individualioms ir bendroms klasių atstovų konsultacijoms - susitikimams, gerosios praktikos sklaidai bei nuolatinei komunikacijai el. paštu ir telefonu.

Tėvų atsiliepimai: dėkojo vien už tėvų susitikimus vaikams aktualiais klausimais; svarbu gyvas susitikimas - jeigu jau įvyksta pirmas klasės tėvų susitikimas, toliau bendravimas vyksta sklandžiai.

IŠJUNK
EKRANA

IŠJUNK
GYVENIMĄ

Ekranų kultūros projektas „Išjunk ekraną, įjunk gyvenimą“

Planet Youth programa

Vykdo Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuras

2025 m. spalio mėn. pateikta atmintinė tėvams ir video medžiaga apie išmaniųjų technologijų poveikį vaikams:

- (1) „Smartphone Free Childhood US“ socialine reklama „What happens when we give kids a smartphone“;
- (2) Dr. Alok M. Kanojia, JAV psichiatro ir psichikos sveikatos koučingo įmonės „Healthy Gamer“ steigėjo, interviu ištrauka apie tai, kad ryte tikrinant telefoną išnaudojamas dienos dopamino „rezervas“.

VšĮ Skaitmeninės etikos centro edukacija mokiniams (4-10 kl., laikas: 2025 m. lapkričio mėn. - 2026 m. sausio mėn.)

Apimtis: 3 akademinų valandų užsiėmimai kiekvienai klasei atskirai (viso 24 klasėms).

2026 m. vasario 11 d. ir balandžio 22 d. VšĮ Skaitmeninės etikos centro paskaitos tėvams.

Lektorės: Rasa Jauniškienė, Renata Gaudinskaitė

Paskaitose buvo pristatyta VJG 4-10 kl. Vilniaus jėzuitų gimnazijos mokinių skaitmeninių įpročių situacija bei pagrindinės ekranų naudojimo rizikos ir iššūkiai.

2026 m. gegužės 12 d. VJG naujienlaiškyje pasidalinta VšĮ Skaitmeninės etikos centro rekomendacijomis tėvams apie saugų ir sąmoningą ekranų naudojimą, vaikų skaitmeninių įpročių atpažinimą ir prevenciją, praktinius įrankius ir šaltinius šeimoms, kt.

IŠJUNK
EKRANA

IJUNK
GYVENIMĄ

Ekranų kultūros projektas „Išjunk ekraną, įjunk gyvenimą“

Tavo Mokyklos Parlamento veiklos

- ✓ Sukurtas projekto logotipas.
- ✓ Įdomių faktų skelbimas TMP socialiniuose tinkluose ir mokyklos ekranuose:

IŠJUNK
EKRANA

IJUNK
GYVENIMĄ

PRARASTI **15** GYVENIMO METŲ

VIDUTINIS PAAUGLYS **15%**
GYVENIMO TRUKMĖS
IŠNAUDOJA „SCROLLINIMU“

PADĖK TELEFONĄ



IŠJUNK
EKRANA

IJUNK
GYVENIMĄ

TYRIMAI RODO, KAD...

VIEN TELFONO BUVIMAS ANT STALO
SUMAŽINA KONCENTRACIJĄ

TODĖL MOKOMĖS PRASČIAU, KAI
TELEFONAS ŠALIA

PADĖK TELEFONĄ



IŠJUNK
EKRANA

IJUNK
GYVENIMĄ

MAŽIAU LAIKO LAUKE NEI **KALINIAI**

3 IŠ 4 PAAUGLIŲ LAUKE
PRALEIDŽIA
MAŽIAU NEI 60 MIN PER DIENĄ
neįskaitant kelio namo ar į
mokyklą

PADĖK TELEFONĄ



Siūlymai kitiems mokslo metams

- 1. Teikti pagalbą dėl 5-7 kl. tėvų ir vaikų susitarimų** (skatinti susitarimų sudarymą, dalintis patirtimi bei spręsti iššūkius, mokslo metų pabaigoje aptarti rezultatus ir tolesnius veiksmus). Svarstymui:
 - (1) įtraukti pradines klases;
 - (2) pirmuose tėvų susirinkimuose paprašyti auklėtojų pristatyti susitarimų projektą ir išsirinkti klasės susitarimų kuratorių.
- 2. Tęsti Ekranų kultūros projektą „Išjunk ekraną, įjunk gyvenimą“**, aktyviau įtraukiant TMP ir visą bendruomenę:
 - Paskaitos ir edukacijos mokiniams (miego svarba; kaip mažinti ekranų laiką, kt.);
 - Mokinių veiklos (informacijos sklaida klasėse, socialiniuose tinkluose, gimnazijoje);
 - Valgykloje be telefonų;
 - Ekranų laiko (screen time) konkursas tarp klasių;
 - Kitos veiklos: nespalvotas ekranas, išsitynimasis vienos programėlės savaitei/mėnesiui, diena be telefono.
- 3. Spręsti dėl Atsakingo naudojimosi asmeniniais mobiliaisiais įrenginiais tvarkos aprašo atnaujinimo.**
- 4. Tęsti Išvykų banko pildymą.**