

2016 m. vasaris

Pasaulė

Geriausias gimnazijos laikraštis, nes kol kas vienintelis!

Socialinio emocinio ugdymo aktualizavimas

Nuo 2015 m. rudens gimnazijoje pradėta vykdyti socialinio emocinio ugdymo (toliau – SEU) programa.

SEU – tai procesas, apimantis žinių, nuostatų ir įsitikinimų formavimą, ir ugdymą. Jo metu jauni žmonės mokomi reikalingiausių dalykų: savimonės (sugebėti atpažinti ir valdyti emocijas, suvokti savo gabumus, poreikius ir vertybes ir pan.), socialinio sąmoningumo (gebėti suprasti ir pripažinti socialinę įvairovę, būti empatiškiems ir jausti pagarbą kitiems ir pan.), savitvartos (gebėti valdyti emocijas ir elgesį, gebėti išsikelti tikslus ir nuosekliai jų siekti ir pan.), bendravimo įgūdžių (gebėti dirbti komandoje, užmegzti santykius, padėti sau ir kitiems, valdyti ir veiksmingai spręsti konfliktus ir pan.), atsakingo sprendimų priėmimo (gebėti išvelgti problemą, analizuoti situaciją ir priimti teisingus sprendimus, suprasti savo asmeninę, socialinę ir moralinę atsakomybę).

SEU programa unikali ir tuo, kad įtraukia į ugdymo

procesą ir tiesiogiai su ugdymu nesusijusias įmones, įstaigas ir organizacijas, skatina socialinę atsakomybę, telkia ne tik gimnazijos, bet ir vietos bendruomenę. Bendradarbiaudami mokiniai gali įgyvendinti įvairius pagalbos projektus bendruomenėje, kurie skatina kūrybiškumą, empatiją, savanorystę ir mokymąsi tarnaujant. Todėl tikimės, kad dalyvavimas šioje programoje

sustiprins mokinių socialines ir emocines kompetencijas, kurios bus jaunų žmonių sėkmės pamatas ne tik mokykloje, bet ir tolimesnėje veikloje, siekiant būti produktyviais darbuotojais bei aktyviais piliečiais.

*Socialinė pedagogė Rosita Jankauskaitė
Psichologė Rūta Lukošienė*

Gimnazistams karjera rūpi

„Vaivorykštės“ gimnazijoje stengiantis padėti mokiniams geriau pažinti, iširti savo poreikius pirmą kartą organizuota Karjeros diena. Vasario 5 d. gimnazistams pasiūlyta dalyvauti įvairiose saviugdos

veiklose: išvyka į Studijų mugę, į Klaipėdos profesines mokyklas, „Vaivorykštėje“ organizuotos paskaitos – susitikimai. Mokiniai bendravo su Klaipėdos teritorinės darbo biržos Jaunimo darbo centro skyriaus vyresniąja specialiste Indre Linkevičiene (pokalbio tema „Kaip nesuklysti pasirenkant profesiją?“, proto mūšis „Ar gerai pažįsti profesijas?“), su psichologe, KU dėstytoja Gabija Čeledinaite („Savanorystė – kvailystė ar geriausia mokykla?“), su Viešosios policijos skyriaus Prevencijos poskyrio vyresniąja specialiste Diana Pipiriene („Policijos veikla iš arčiau“), su tinklalapio „Mano Gargždai“ projektų vadove Agota Kundrotaite („Studijos ir darbas komunikacijos srityje“), susitiko su Lietuvos jūrų muziejaus mokslininkais.

*Emilija Eringytė, III kl. gimnazistė
Nuotraukos Barboros Dotienės*





Šimtadienyje netrūko geros nuotaikos

Gargždų kultūros centre vyksta daug gražių bei prasmingų renginių. Jau pati aplinka tarsi įpareigoja išskirtinumui. Matyt, dėl šių priežasčių Gargždų „Vaivorykštės“ trečiokai gimnazistai ir „įsiprašė“ į centrą - organizavo grandiozinį metų renginį, ypač abiturientų laukiamą šventę Šimtadienį.

Susijaudinę, bet linksmi į salę susirinko Gargždų „Vaivorykštės“ gimnazijos ketvirtokai, jų tėvai, mokytojai, svečiai. Šiais metais renginys pavadintas „Gargždų „Vaivorykštės“ gimnazijos XX apdovanojimai“. Gerą nuotaiką salėje kūrė rodomi vaizdai iš slapto mokinių gyvenimo už mokyklos ribų bei įdomi trečiųjų paruošta programa. Visus sužavėjo merginų bei poriniai šokiai, dainos. Prie renginio prisidėjo ir patys ketvirtokai: kiekviena klasė parengė ne tik vaizdo medžiagą, pristatančią jų klasę, bet ir pasirodymą. Abiturientams buvo įteikti apdovanojimai už įvairias veiklas ir savybes.

Apdovanojimas „Meniškos sielos“ įteiktas Gintarei Ilginytei, Tomui Cirtautui ir mokyklos teatro „Ištaško“ aktoriams bei vadovei Rasai Rusteikienei. XX laidos „universaliausiu“ išrinktas Ignas Jurgutis, iškalbingiausiais paskelbti Vilius Lukošius, Ani Albertjan ir Emilija Valkauskaitė. „Valgyklos ištikimiausiomis“ nominuotos Linora Ruškytė, Neringa Veličkaitė ir Aušrinė Burbaitė. XX laidos draugiškiausiųjų apdovanojimą pelnė Gabija Mukauskaitė ir Rugilė Dirvonškytė, Mantas Jonikas, Mantas Škirman, Domas Kerpė ir Julius Mažeikis. Versliausiais pripažinti burbulinio futbolo pramogą siūlantys Laurynas Alekna ir Povilas Kelbauskis. „XX laidos protingiausi“ – Andrius Girdžius, Paulius Riauka ir Laurynas Gerdauskis.

Apdovanojimas „XX laidos grožis ir protas“ skirtas Gelminai Kudelko, o nominacija „Metų draugų draugas“ atiteko Kristijonui Karnauskui. Taip pat už aktyvią veiklą, organizuotumą ir puikiai atliekamas prezidento pareigas padėka įteikta Povilui Kelbauskiui. „Metų svarbiausiomis“ pripažintos abiturientų klasių vadovės Jurga Venckauskienė, Inga Ulonienė, Raimonda Mankevičienė, Verutė Nekrevičiūtė, Giedrė Poškienė ir Aldona Matulaitienė. Ant scenos pakilę nominantai turėjo įrodyti, kad yra verti apdovanojimo. Tam buvo parengtos specialios užduotys, kurias visiems pasisekė įveikti.

Renginyje netrūko sveikinimų, linkėjimų, padėkų. Kalbas sakė gimnazijos mokinių prezidentas Povilas Kelbauskis ir direktorė Irena Pintverytė, buvo pasveikintos

abiturientų ir trečiųjų auklėtojos, padėkota Gargždų kultūros centro direktorei Birutei Oželienei.

*Rugilė Petruokaitė, IIf klasės gimnazistė
Nuotraukos Gintauto Našlėno*



JEI NORITE MOKYTIS, PRIVALOTE

Žvaliai sėsti prie mokymosi. Susidaryti planą, kaip jūs norite paskirstyti savo laiką. Mokytis reguliariai. Nagrinėti medžiagą mažomis dalimis, o ne visą iš karto. Pasirinkti darbui ramią, gerai apšviestą vietą. Kai kuriuos skyrius susikaupus perskaityti po kelis kartus ir tik tada pradėti rimtesnę mokymąsi.

JEI NORITE IŠMOKTI, BŪTINA: tikėti sėkme, kuri yra varomoji jėga (tai atlygis už įdėtą darbą); turėti mokymosi motyvus (mokymosi motyvų yra labai daug ir priklauso nuo kiekvieno iš mūsų).

DU SVARBŪS NURODYMAI, KAIP TEISINGAI MOKYTIS:

Mokantis visada reikia stengtis išmoktąjį dalyką įsivaizduoti ir abstrakčiu pavidalu be jokių išorinių dirgiklių. Taigi atitrūkite nuo rašytinio pagrindo ir kelias akimirkas nukreipkite vidinį žvilgsnį į vaizdinių pasaulį.

Kai medžiaga kartojama, reikia stengtis tą daryti kitoje aplinkoje, kitaip nusiteikus ir kitu laiku.



Vasario 21-oji – Tarptautinė gimtosios kalbos diena

Vasario 21-ąją pasaulyje minima Tarptautinė gimtosios kalbos diena. Kiekvienam žmogui pati brangiausia yra jo Tėvynė, tauta ir, žinoma, gimtoji kalba. J.Jablonskis yra pasakęs: „Maža garbė svetimom kalbom kalbėti, didi gėda savos gerai nemokėti“. Kiekvienas žmogus, save laikantis patriotišku ir pilietišku, brangina gimtąją kalbą.

Mums, lietuviams, yra kuo didžiuotis. Juk lietuvių kalba – seniausia išlikusi indoeuropiečių kalba, panaši į klasikinę indų kalbą – sanskritą. Daugelis kalbų praeityje turėjo panašias vardažodžių linksniavimo galūnes, deja, nė viena jų neišsaugojo. Tik vienintelė lietuvių kalba. Nė vienoje pasaulio kalboje neberasime



Lietuvių kalbos dienos
VASARIO 16 D. – KOVO 11 D.

tokios žodžių linksniavimo gausybės, kaip mama – mamos, pelė – pelės, riestainis – riestainio, lėktuvas – lėktuvo, ausis – ausies, sūnus – sūnaus, vanduo – vandens, duktė – dukters...

Mūsų kalba labai archajiška. D.Dilytė mano, kad kai kurie žodžiai vartojami jau penkis ar net septynis tūkstančius metų. Ar žinome, jog žodžiams *akis, ašara, ausis, dantis, kraujas, širdis, brolis, duktė, avis, ožka, ugnis, šarka, šuo, javai, akmuo, aušra, diena, dūmai, jūra, laukas, migla, naktis, rasa, saulė, upė, vanduo, duona, durys* yra penki tūkstančiai metų?

Tad didžiuokimės savo gimtąja – lietuvių – kalba!

„Vaivorykštės“ gimnazijos lietuvių kalbos mokytoja Neringa Špukaitė – Mamasalijeva

Tėvų patirtis

Gimnazijos laikraščio skaitytojams norime suteikti progą išgirsti ir XIX laidos abituriento Roko Garbačiausko, „Vaivorykštės“ gimnaziją baigusio su pagyrimu, už valstybinius brandos egzaminus gavusio tris šimtukus, mamos Renatos Garbačiauskienės nuomonę apie tėvų ir vaikų bendrystės sėkmingumą.



Šiandien aš galvoju, kad svarbiausia vaikui reikia paaiškinti, kodėl jis to turi norėti kažką daryti. Ir kai jau jis pergalvoja ir pradeda norėti, jam visokeriopai padėti, skatinti. Kol vaikas nenori, daro ne dėl savęs, iš baimės, tai ir rezultatų nebūna. Ir tai turi būti daroma nuo pirmos klasės, nes jeigu atsiranda neišmokti dalykai (spragos), tai taip pat sunku pasiekti gerų rezultatų.

Sunku pasakyti, daug ar mažai laiko skyrėme Roko auklėjimui ir lavinimui. Skirtingais laikotarpiais skirtingai. Intervalas-15 metų, gana ilgas. Kai buvo mažesnis -daugiau laiko, kai paaugo - mažiau.

Prieš mokyklą jis 2 metus lankė šeštadieninę mokyklėlę. Sportuoti pradėjo 6 metų (lankė baseiną ir sambo, dziudo treniruotes), iki 12 metų sekmadieniais lankė dailės būrelį, nes šeštadieniais dažniausiai važiuodavo į varžybas. Papildomai mokėsi rusų kalbą (su korepetitorium), nes norėjo išmokti dar vieną užsienio kalbą. Mokykloje antra užsienio kalba buvo vokiečių.

Pradinėse klasėse iš sūnaus reikalavome, kad namų darbai būtų daromi iškart grįžus, kai grįždavome iš darbo, kartu aiškindavomės, kas buvo likę neišku. Vėliau (aukštesnėse klasėse) ateidavo pasiaiškinti tik konkrečių klausimų, kurie likdavo neiškūs po namų darbų. Padėdavome surasti informaciją knygose. Skaitė ir tebeskaito labai daug knygų, žurnalų („GEO“, „National geographic“, „Iliustruotas mokslas“).

Vaikus, kai buvo mažesni ir vėliau, visur kartu vežiojomės: daug keliavome Lietuvoje, į svečias šalis praplėsti akiračio, kalbos įgūdžius palavinti, kad nebijotų kalbėti angliškai, vokiškai ar rusiškai.

Abiems vaikams buvo nuolat kartojama, kad nesvarbu, kas beatsitiktų, pirmi žmonės, pas kuriuos jie turi ateiti, yra tėvai. Klausiti, kalbėtis, nesvarbu, kas tai būtų: „durnas“ ar „nepatogus“ klausimas. Rokas pagalbos paprašydavo ir visuomet ieškojome variantų, kaip geriau padaryti, kad visiems tiktų. Patarimų buitinais klausimais taip pat klausdavo, ypač kai mokėsi sau košes virti ar paprastus patiekalus pasidaryti. Vyresnėse klasėse dėl mokslų nei patarimų, nei pagalbos jau nebeprašė.

Kas rytą veždama į mokyklą vis primindavau, kad mokytis yra jo pagrindinis darbas, ir jis turi jį daryti gerai. Manau, kad sportas išugdė užsispyrimą, rezultato siekimą, drausmingumą. Pareigingumas jam buvo ugdomas nuo mažens. Kažkiek rezultatus nulemia gabumai ir darbas, darbas, darbas. Ir, be abejo, mokytojai, mokę Roką, kurie, matydami vaiko pastangas, nuoširdžiai dirbo su juo.

Reikia išugdyti vaikui norą išmokti, sužinoti kažką naujo, atėjus į mokyklą per pamokas dirbti, kad namie tik pakartoti reikėtų. Mokosi jisai sau, o ne mamai, mokytojui ar kažkam.

Nežinau, ar padėsiu kažkam, manau, mano pastebėjimai - senos ir paprastos tiesos, tik jas reikia ilgai ir nuolat kartoti, kad vaikas jas vis prisimintų.



Laiku atpažinkite peršalimo simptomus

Nors jau pavasarėja, vis dėlto išlieka pavojus peršalti. Peršalimas yra viršutinių kvėpavimo takų virusinė infekcija, apimanti nosies ertmę, gerklę ir gilesnius kvėpavimo takus.

Sloga (rinitas), kosulys, gerklės ir sąnarių skausmai – tai dažniausi peršalimo simptomai – ganėtinai varginantys, paprastai nepavojingi. Tačiau peršalimo negalima maišyti su tikru gripu!

Pirmasis peršalimo simptomas dažniausiai būna nosies perštėjimas, deginimas arba niežėjimas. Tada neilgai trukus prasideda vandeninga sloga ir dažnas čiaudėjimas. Dažnai atsiranda gerklės kutenimas su apsunkintu rijimu, galvos skausmai, kosulys, pakyla temperatūra, gali pasireikšti bendras organizmo negalavimas: silpnumas, negerumas, šaltkrėtis.

Įprastai peršalimas trunka 7-10 dienų, tai yra per tiek laiko išnyksta varginantys simptomai. Ligos trukmės paveikti neįmanoma, tačiau galima sušvelninti pasireiškiančius simptomus. Todėl parenkamas simptomatinis gydymas ir atitinkamais vaistais palengvinami peršalimo sukelti negalavimai: užsikimšusi nosis - gleivinės paburkimą mažinančiais vaistais, ilgai besilaikantis drėgnas kosulys - gleives skystinančiais ir atsikosėjimą gerinančiais vaistais.



Simptomai	Įprastinis peršalimas	Gripas
Karščiavimas	Nedažnai, (iki 38°C)	Dažnai, (virš 38°C)
Raumenų, kūno skausmas	Retai	Dažnai
Bendras negalavimas ir energijos stoka	Retai	Dažnai
Galvos skausmas	Dažnai	Dažnai
„Bėganti nosis“	Beveik visada	Dažnai, bet nežymiai
Čiaudėjimas	Beveik visada	Dažnai, bet nežymiai
Ašarojimas	Dažnai	Nežymus požymis
Gerklės perštėjimas	Beveik visada	Nežymus požymis
Kosulys	Dažnai	Dažnai

Linkėjimai būti stipriems ir užsigrūdinusiems!

*Parengė visuomenės sveikatos
priežiūros specialistė Rasa
Palionienė*

Kovo 24 d. 10 val. gimnazijos mokinių tėvai kviečiami dalyvauti šeimos santykių psichologo Vaido Arvasevičiaus seminare „Kaip pažinti vaikus?“

Gimnazijoje 2016 sausio – gruodžio mėn. bus vykdomas skaitymo skatinimo projektas „Skaitymo patirčių spalvos“.



Gimnazijos bendruomenė dėkoja visiems geranoriškiems žmonėms, pervedantiems 2 proc. gyventojų pajamų mokesčio. Pritarus Gimnazijos tarybai ir mokytojams, pinigų taupome. Esame sutaupe 4553 € 39 ct. Ačiū už Jūsų geranoriškumą. Tikimės, kad ir ateityje remsite gimnaziją.

Šiais metais, siekiant aktyvesnio bei atsakingesnio 2 proc. gyventojų pajamų mokesčio pervedimo rinkimo, priimtas naujas sprendimas dėl GPM 2% fondo lėšų surinkimo ir paskirstymo tvarkos. 2016 m. sausio 26 d. įvyko gimnazijos tarybos posėdis Nr. V-1, kuriame buvo priimta GPM 2% fondo lėšų surinkimo ir paskirstymo tvarka.

1. Įsteigti lėšų surinkimo fondą 2016 m.
2. 20% visų surinktų lėšų skirti priziniam fondui.
3. Prizinio fondo lėšų skirstymą pavesti gimnazijos tarybai.
4. Deklaracijų rinkimo tvarka:
 - 4.1. Deklaruojantieji 2% GPM internetu VMI patvirtintą deklaraciją atspausdina ir atneša klasės vadovui (-ei).
 - 4.2. Deklaruojantieji ne internetu iš VMI internetinio puslapio www.vmi.lt atspausdina deklaraciją (tinka tik originalas) ir ją užpildo tik vienu rašikliu (kitaip deklaracija bus nepatvirtinta).

4.3. Užpildytą deklaraciją mokinys atneša klasės vadovui (-ei), kuris (-i) perduoda ją gimnazijos buhalterei.
„Pasulės“ inf. nariai, mokytoja Zofija Vaitkuvienė

