

## Socialinių - emocinių įgūdžių ugdymo programa

# Kimochis<sup>®</sup>

social and emotional learning



Tai Japonijoje sukurta ikimokyklinio ugdymo programa, kurios pagrindas yra emocinių ir socialinių įgūdžių ugdymas. Šiuos įgūdžius padeda lavinti programai priklausantys, savo charakterį turintys, Kimochi personažai. Įrodyta, kad emocinių įgūdžių lavinimas ankstyvojoje vaikystėje padeda vaikams tapti atakingais, rūpestingais, o vėliau, veiksmingai besimokančiais ar dirbančiais suaugusiais. Emociškai raštingi vaikai, sėkmingiau įsitraukia į grupę, ilgiau puoselėja draugystę, pirmi inicijuoja pokalbį, yra dėmesingesni, lengviau įveikia sunkumus, sprendžia konfliktus.

Pagrindinis programos **tikslas**, kad ugdytiniai, pasitelkę Kimochi personažus, gebėtų jausmus ir emocijas išreikšti pozityviu būdu.

### **Uždaviniai:**

- Gebėjimas atpažinti ir valdyti emocijas.
- Rūpestis kitais.
- Pozityvių santykių kūrimas.

### **Personažai**

Pirmus metus ugdytiniai supažindinami su penkiais skirtingais personažais. Jeigu programą pavyksta įgyvendinti sėkmingai, ir jei grupės sudėtis nepasikeitė - antrus metus galima pridėti dar du personažus (Roželę ir Dobilėlį). Kimochi personažai- iš esmės minkšti žaislai, tačiau šie žaislai, turi jausmus. Su kiekvienu personažu į pamokėlę atkeliauja ir jam būdingi jausmukai. Personažai siekia ugdyti pasitikėjimą savimi, emocijas ir savigarbą.



**Balandė Meilė** - visiems Kimočiams yra tarsi mama. Ji labai miela ir rūpestinga. Balandė Meilė apkabina ir priglaudžia kiekvieną, kuriam tuo metu norisi šilumos ar jaučiasi vienišas. Taip pat ji mielai kartu pasidžiaugs už kitų laimėjimus, o jei ir nepasiseks, vis tiek išliks viltinga. Šis personažas išsiskiria išmintimi ir gebėjimu spręsti sunkumus. Ji sugeba užglaistyti net kebliausius konfliktus taip, kad visi liktų laimingi ir išmoktų kažko naujo.



**Debesėlis** - dažnai būna nenuspėjamas – jo nuotaikos labai dažnai keičiasi, tai jis liūdnas, tai jis piktas, tai vėl laimingas. Dėl tai dažnai besikeičiančios nuotaikos Debesėlis patenka į nemalonias situacijas, kuomet susipyksta su draugais. Debesėlis taip elgias netyčia – jam tiesiog sunku valdyti savo jausmus. Svarbiausia, kad jis tikrai stengiasi, o draugai jį besąlygiškai myli.



**Lipšniakojė** - iš visų personažų labiausiai išsiskiria savo plačia šypsena ir žaismingumu. Ji kartais netgi nesukontroliuoja savo draugiškumo ir jį išreiškia per šiurkščiai. Ji nori tik gero, bet dar turi išmokti gerbti kitų ribas. Kai tau liūdna, gali pasikliauti, kad Lipšniakojė tave apkabins.



**Vikšrelis** - labai atidus ir atsargus personažas. Jo kišenėlėje nuolat svečiuojasi tokie jausmai, kaip laimingas, atstumtas ir drąsus. Jis tikrai įgudęs kalbėtojas ir labai protingas, mokantis išaiškinti kiekvieną dalyką iki smulkmenų. Tačiau jis labai bijo pokyčių, todėl tikras įšūkis būti vikšreliu, kuris taip ir norėtų juo likti ir niekada nepavirsti drugeliu. Tai personažas, kuris paskutinis išbando naujoves. Vikšrelis turi sparnelius, kai jis yra drovus arba išsigandęs – jo sparneliai pasislepia. Jis pats geriausias mokytojas, kuris moko ugdytinius siekti savo tikslų ir būti drąsiems.



**Katė** - mėgsta tvarką namuose ir mielai pasikviečia draugus į svečius atsigerti arbatos. Katė yra tikra lyderė. Ji dažniausiai yra labai atsakinga, bet kartais ima visiems nurodinėti ir kartais užgauna kitų jausmus. Šiaip Katė beveik visada žino, ko, kada ir kodėl nori. Tačiau šis personažas kupinas staigmenų ir kartais gali pasirodyti dygus, nors išties yra švelnus ir minkštaširdis. Kai Katė kažką užgauna, ji naudoja savo gydančius pleistrus, kurie yra tarsi atsiprašymas.

## Jausmai



Kimochių pasaulyje jausmai – tai mažos pagalvėlės, kur vienoje pagalvėlės pusėje nupiešta veido išraiška būdinga šiam jausmui, o kitoje – parašyta koks tai jausmas. Visi Kimochi personažai savyje turi kišenėles, kurias talpina, vieną ar kitą jiems būdingą, jausmą.

## Namai

Kimochi personažai gyvena – medyje. Iš ten atkeliauja pas vaikus, o pabendravę su jais, vėl grįžta į savo pasaulį. Tačiau Lipšniakojai reikia vandens, todėl ji gyvena maudykloje, o štai vikšrelis – meškauogių krūme, bet kartais nusileidžia į maudyklą. Kadangi Kimochiai gyvena visi kartu, jie mokosi suderinti savo skirtumus, nuotaikas ir pomėgius. Viso to moko ir vaikus. Į ugdymo įstaigą irgi susirenka skirtingi vaikai su savo galiomis, poreikiais ir gebėjimu bendrauti, jie irgi turi išmokti viso to ką jau moka ir Kimochi personažai.

Pamokėlių metu kuriami tarsi maži spektakliukai, kur naudojant Kimochi personažus vaikai mokosi, kaip kilus įtampai valdyti balso intonaciją, kokia būna kūno kalba vienoje ar kitoje situacijoje, kaip parinkti tinkamus žodžius ar bendrauti pozityviai. Per žaidimą vaikai pažįsta jausmų pasaulį, ugdo savikontrolę, vis labiau pasitiki savimi, geba rasti sprendimą įvairiose situacijose, išmoksta nusiraminti. Kimochi programoje naudojami tam tikri raktai. Kiekvienas personažas moko skirtingų dalykų, tokių, kurių jiems sekėsi išmokti sunkiausiai. Pavyzdžiui – greitai užsiplieskianti Katė – moko kalbėti ramiu balsu, išsiblaškęs Lipšniakojė – moko sutelkti dėmesį.