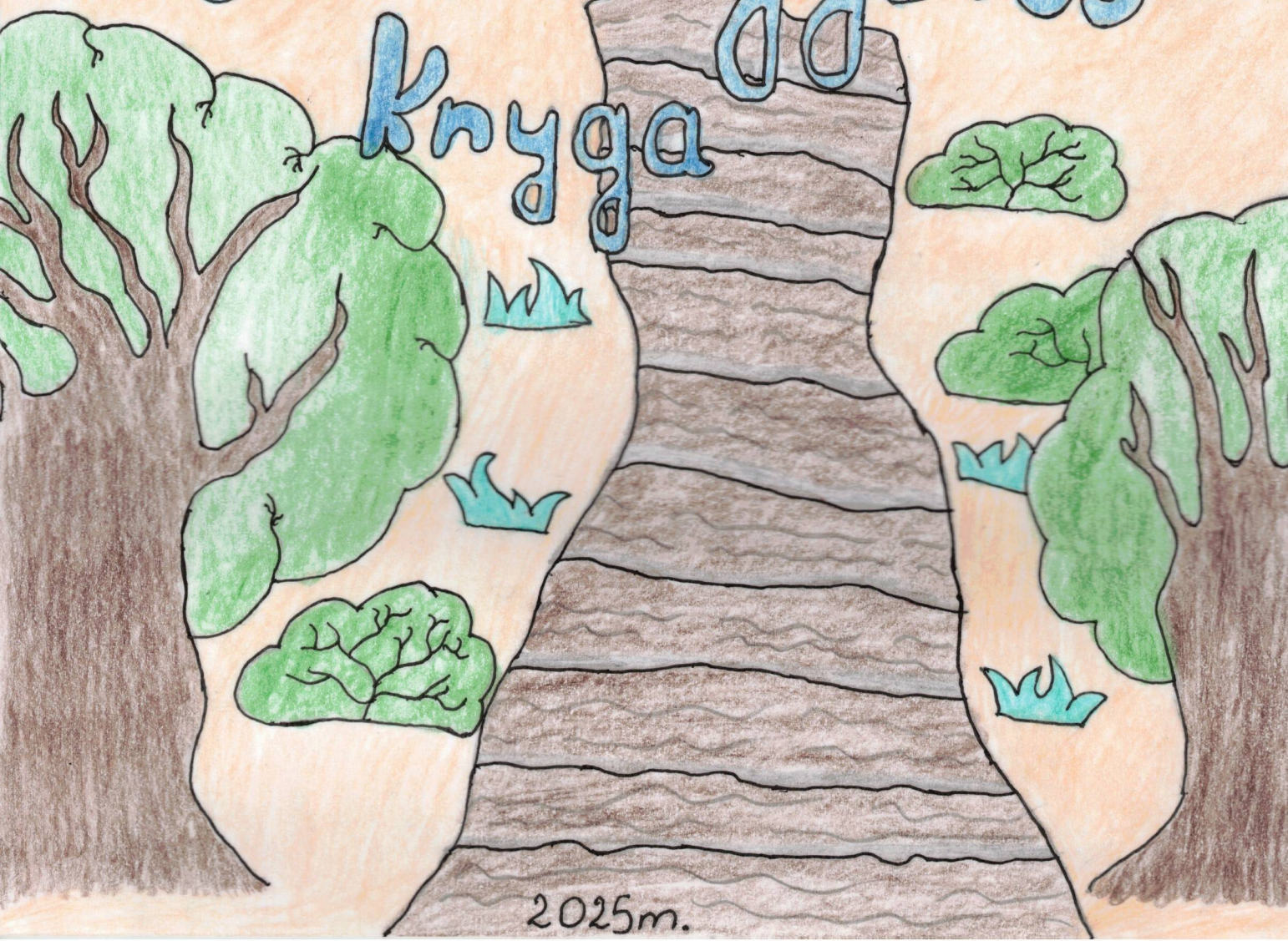


Panevėžio „Vyturio“ progimnazija



Draugystės knyga



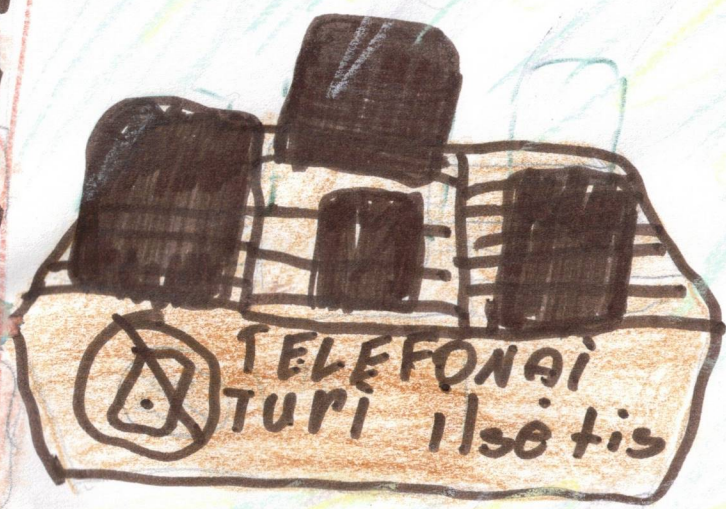
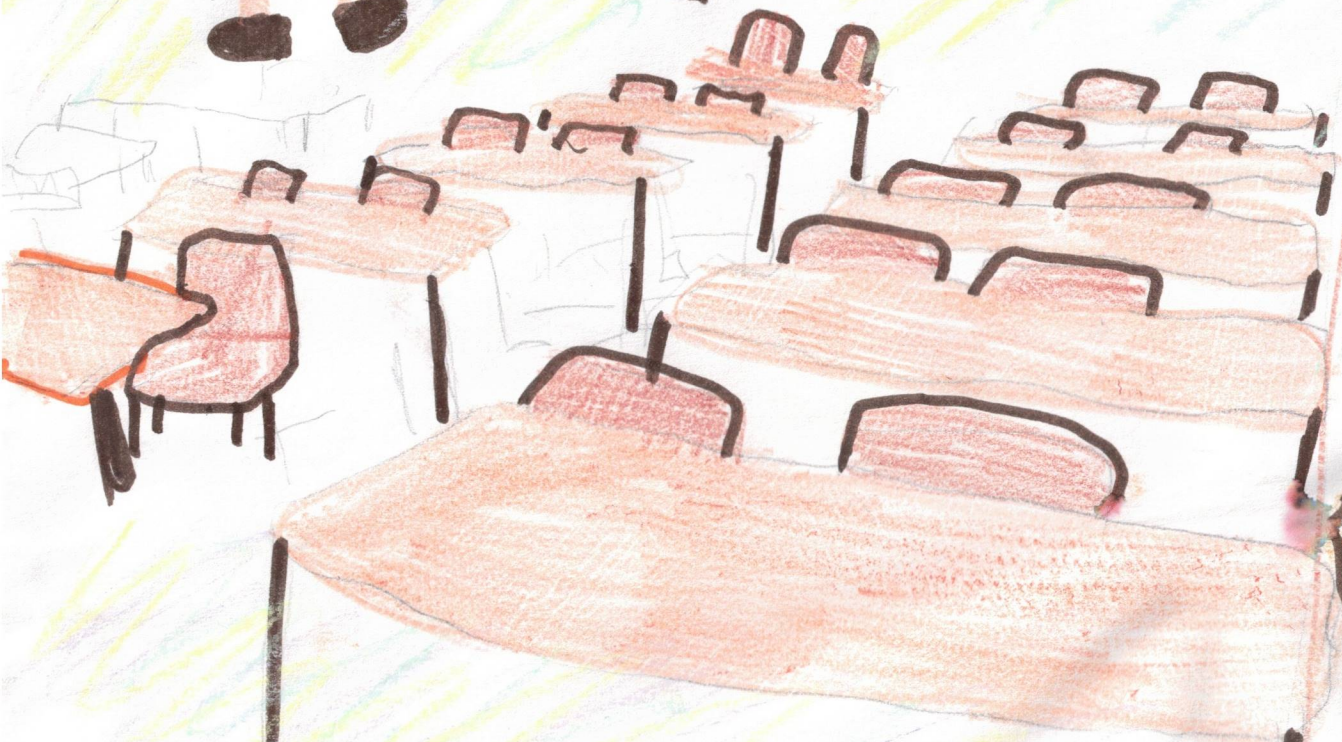
2025m.



KLASE JĀ
DANGVAI KU
NOPIRĒBU TELEFONAM

Gal tūri
koniā
ldeja
kaip juos
atitrakti
no
telefonā
?

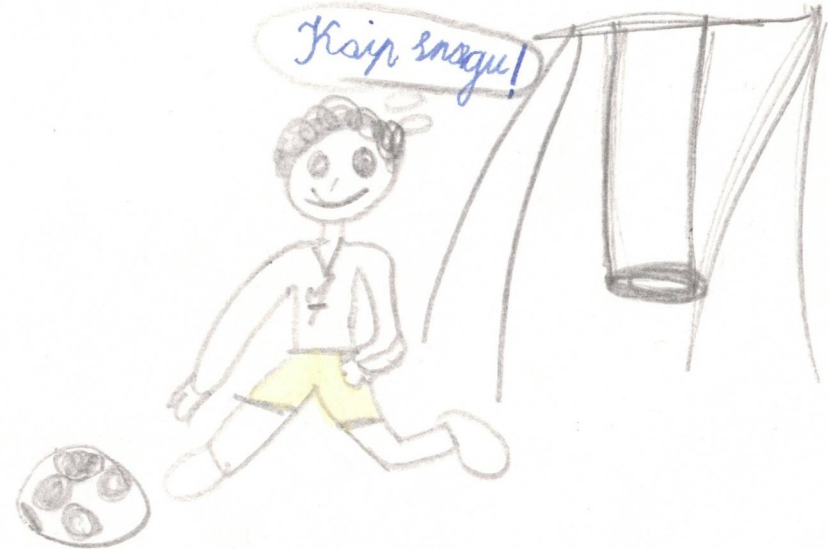
TAIP, TURIŅ
TOKIĀ VIENĀ IDĒJĀ
RĒIKIA NOPIRKTI
TELEFONAMS
dāžu te



TELEFONAI
TURI ILSĒTIS



Ma, tui atitiko?
An nari ru
muais pasaiti?





KABAS
AR VISKAS
GERAI?

NE
ASNET-
URIU
DRAUG

AR GALTO
BŪTI
TAVO
DRAUGU!



Niekas su
mani
nedraugauja

Kas
nutiko?

einam
pažais-
ti



Kaip miela
m mērgaites
susidraugavo

EI NAMI
zaisti!

LABAS

LABAS

LABAS AR
"NORI draugauti"

Taip

Taip



Draugystės receptas



Ko reikia:

- 2 šaukštų meilės
- 5 stiklinės širdies
- 15 gramų jautrumo
- žiupsnelis nuosirdumo
- 1 šaukštą šukuų
- 4 gramai paguodos
- 2 žiupsnelių džiaugsmo



Kaip visi kartu galime stiprin-
ti draugystę klaseje?

Galime rengti komandinius
žaidimus, veiklas. Nesirykšti dėl
nieko. Jei reikia pagalbos – padedame.

Tada galėtume
reikės pasakyti bent 5-10
sakinį apie klasę, kartu
su draugu ar viename. Draugai
išmėgdavę nesvarbi.

KOVAS 2025				
1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
12	13	14	15	16
17	18	19	20	21
22	23	24	25	26
27	28	29	30	31

Pasakyti bent
5-10 dalykų
apie klasę

DRAUGYSTĖ



5^B kl.

Kā galu padarīti, jei matau, kad iš draugo tyčiojasi?

- Sudrausminti to, kuris tyčiojasi.
- Pasakyti suaugusiems, kad vyksta patyčios.
- Stabdyti patyčias.
- Pasakyti: „Kaip tu jaustumėsi, jei iš tavęs tyčiojasi?“
- Paguosti ir nuraminti draugą.

STOP
Patyčioms

STOP

Baik
tyčiotis!

kokią tu
maža!!!

Ha!!!
Ha!!!

STOP
Patyčioms

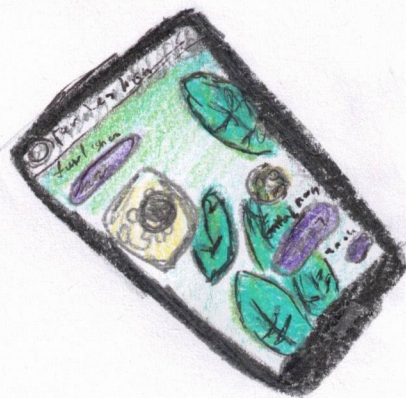
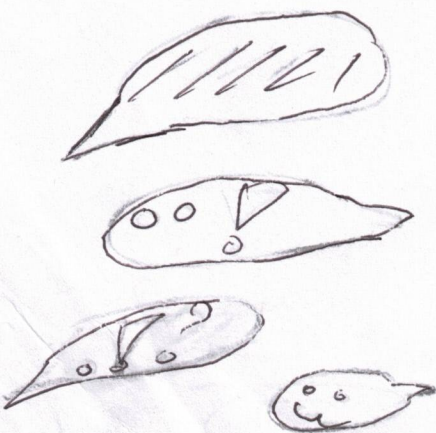


Ar internetiniai draugai yra tokie patys kaip realūs?



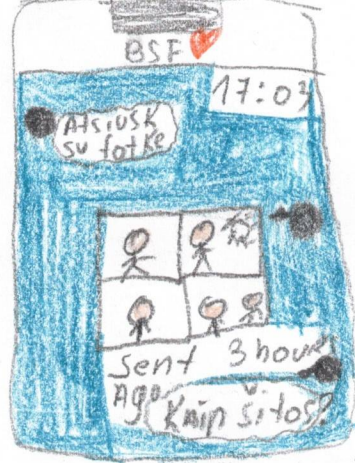
Internetiniai draugai gali atrodyti artimi, tačiau svarbu nepamiršti atsargumo. Virtualiame pasaulyje žmonės gali būti ne tokie, kokiais prisistato, o nuoširdumas ne visada tikras. Dalijantis asmenine informacija ar planuojant susitikimą, būtina įsitikinti, ar žmogumi galima pasitikėti. Tikri draugai – tie, kuriuos pažįstame realiame gyvenime, todėl geriausia neprarasti budrumo ir saugoti save.

Būk atsargus, ne visi tavo draugai.

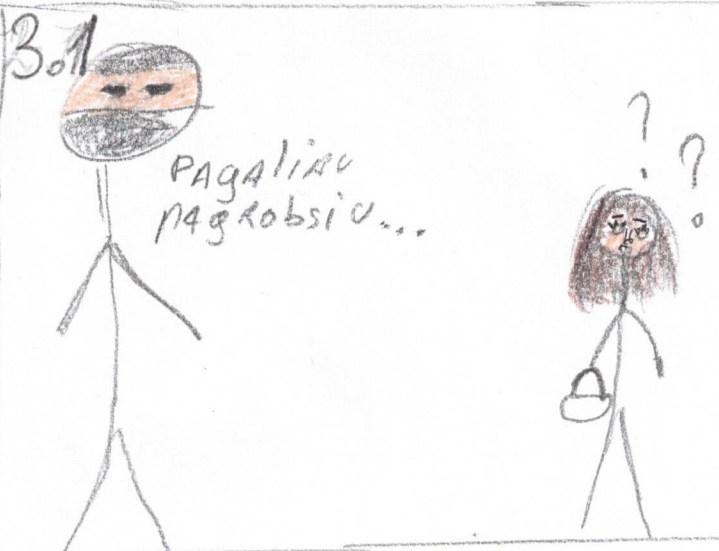


?





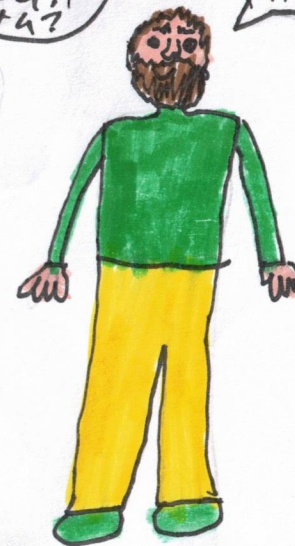
Po 4h.
Susitikimo vietoje.





Virtualiai žodžiai liejasi laisvai, tačiau susitikus gyvai staiga pritrūksta temų. Ekrane viskas atrodo paprasčiau, bet tikras bendravimas reikalauja daugiau - emocijų, reakcijų, bendros energijos. Ne visos internetinės draugystės išlaiko realybės išbandymą.





Internetiniai pokalbiai gali būti smagūs, tačiau tikri draugai yra tie, kurie šalia džiaugsme ir sunkumuose. Jie gali apkabinti, pajusti emocijas be žodžių ir kartu patirti nepamirštamą akimirkas. Niekas nepakeis gyvo bendravimo, tikro juoko ir nuoširdžių pokalbių akis į akį. Technologijos gali suartinti, bet tikri ryšiai stipriausi tada, kai draugai yra šalia realiame gyvenime.



Realie draugyste
nepakeis niekas!





Kartais internetiniai draugai tampa tokie pat artimi kaip ir tie, kuriuos sutinkame kasdien. Ilgą laiką bendraujant virtualiai, dalijantis mintimis ir palaikant vienas kitą, gali susiformuoti stiprus ryšys. Kai pagaliau ateina laikas susitikti realybėje, jaudulys virsta džiaugsmu - pokalbiai tęsiasi natūraliai, o bendros temos tik sustiprina draugystę. Toks susitikimas gali įrodyti, kad tikri santykiai gali prasidėti ir virtualioje erdvėje, svarbiausia - nuoširdumas ir pasitikėjimas.



Kaip pasakyti „atsiprašau“ ir priimti atsiprašymą?

Kaip pasakyti „atsiprašau“:

Pripažinkite klaidą. Svarbu pripažinti, kad
padarėte klaidą ar sukėlėte nuoskaudą.

Būkite nuoširdūs. Atsiprašyti reikia iš širdies,
ne formaliai.

Supraskite poveikį. Parodkite, kad suprantate, kaip
jūsų veiksmai paveikė kitą žmogų.

Pasiūlykite sprendimą. Siūlykite, kaip galite ištaisyti
situaciją ar elgtis ateityje, kad tai nepasikartotų.
Rāšykite atleidimo. Pabaigoje, paprašykite, kad jums
atleistu.



Kaip priimti atsiprašymą:

Klausykite atidžiai. Leiskite žmogui išsakyti savo
atsiprašymą, nepertraukite jį.

Įvertinkite nuoširdumą. Pagalvokite, ar atsiprašymas
yra nuoširdus ir ar asmuo supranta savo klaidą.

Apmąstykite. Prieš atsakydami, duokite sau laiko
pagalvoti.

Parodijate atleidimą. Jei esate pasiruošę, parodykite
kad atleidiate, ir pasakykite tai žodžiais.

īstvalyti klase

Pacīstinti temas
kai jos
nezupranta
!

svēlnoti ju
īukila, lēnes

Mupikšion naujēsi
knostrato
kamuolys.

Galēciāu
duoti parkvi klases
draugas neturcis.

Draugishkuma,
reatstunti, o priimti,
gerbti.

3 klase atrēs-
ti kņugu.

Kokius gerus darbus galiu padaryti klases draugams?

Pacīstinti
siems nezupranta
īducciu.

Biti draugisku.

Padaryti
edukacija

Sukunti "Kahhot"
īaidina kain
galima īverkti
patyici.

lā norēciāu, kač visi
gerai draugantū,
bet lē patyici.

Duosin daiktos
reatstuntis
draugas

īmorgarīstoti
īvīk hā karstus
mopytoci.

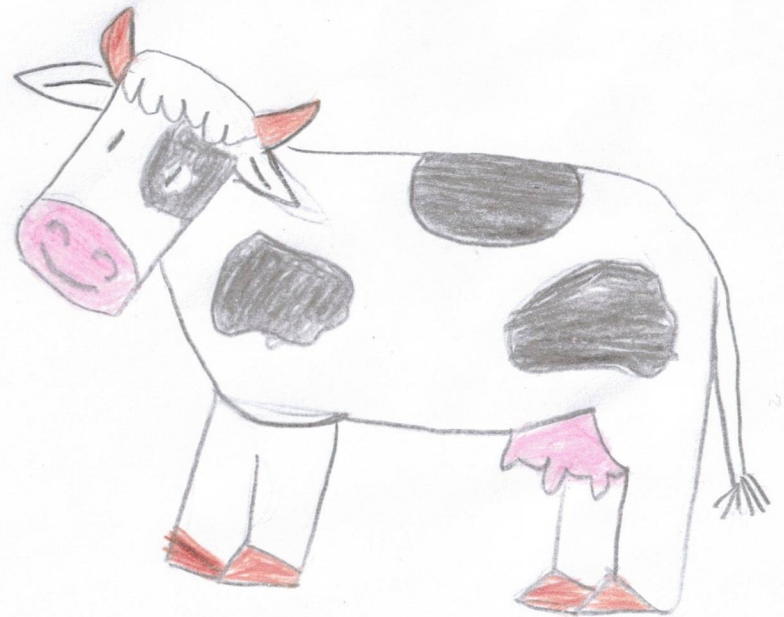
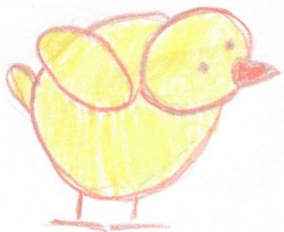
Priimti visus
nesvarbu kokie
jie gra.

Galēciāu padeti
jēms, kai rēkisa
pagalbos.

Kaip galiu padėti draugui, kuris patiria patyčias?



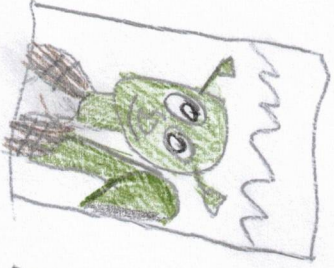
DRAUGYSTĖSU GYVŪNAIS



MA ZA D RAUS Y STES DOVA NA

3A

PERABINIA

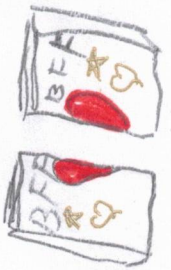


KARTIC

BUVIMAS

DEGUS

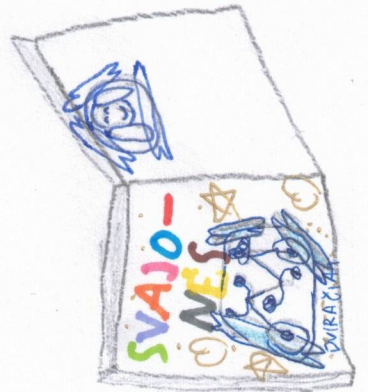
SOPUS
SOPUS
SOPUS
SOPUS
SOPUS



D RAUS BT

A P Q R B O N O M A S

LINKSMOS K SILTOSENCIDOS



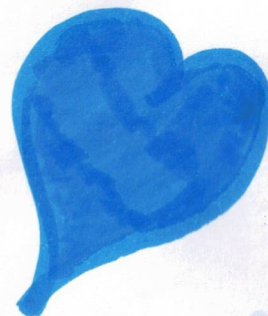
Radrasinimos

Sifrasos in fiber arafijos

Draugai kaip šeimā

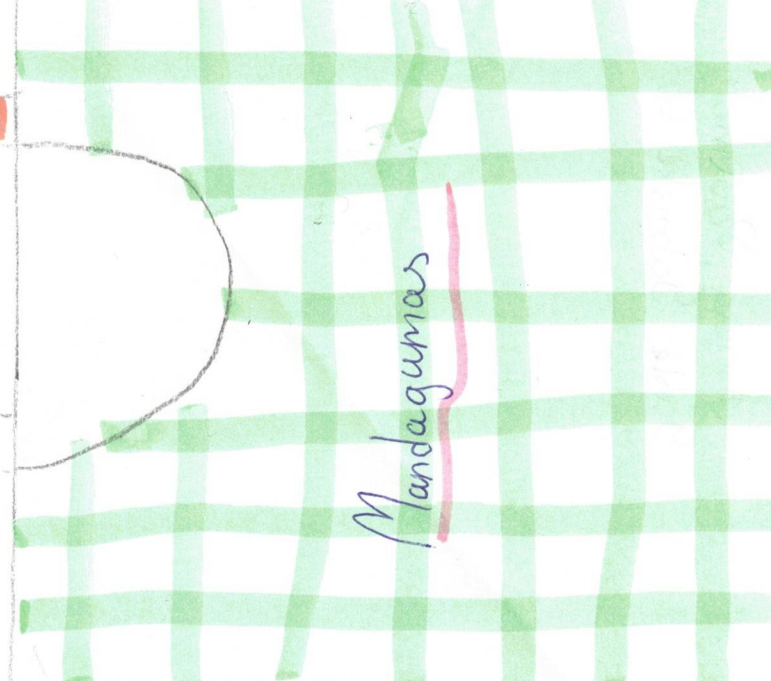
Draugai - kaip šeimā, jie širdy gyvena,
Jis žodis paduosina, ranka - nepaliekā.
Kai sunku - jie šalia, kai džiaugsmas - kartu,
Jis draugyste stipri, neisblės niekada

Jie juokiasi garsiai, jie verkia kartu,
Jis pety - tarsi uola, kai pascautis gmiūva.
Ne kvaupas mus sieja, bet širdies šiluma,
Draugai - tai šeimā, kur visad namai.





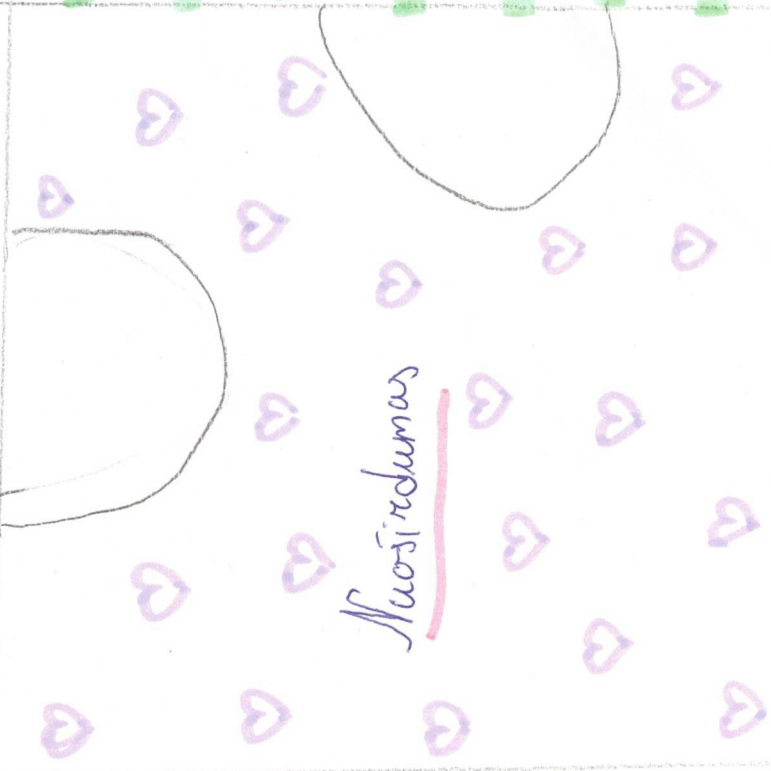
pagalba



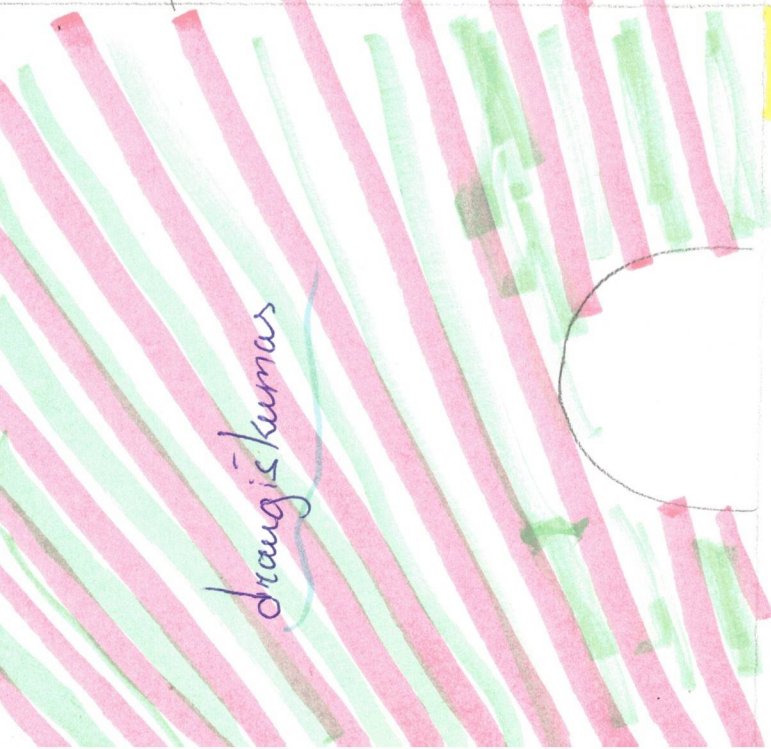
Mandagumas



atvirummas



Nuostirdumas



draugiskumas

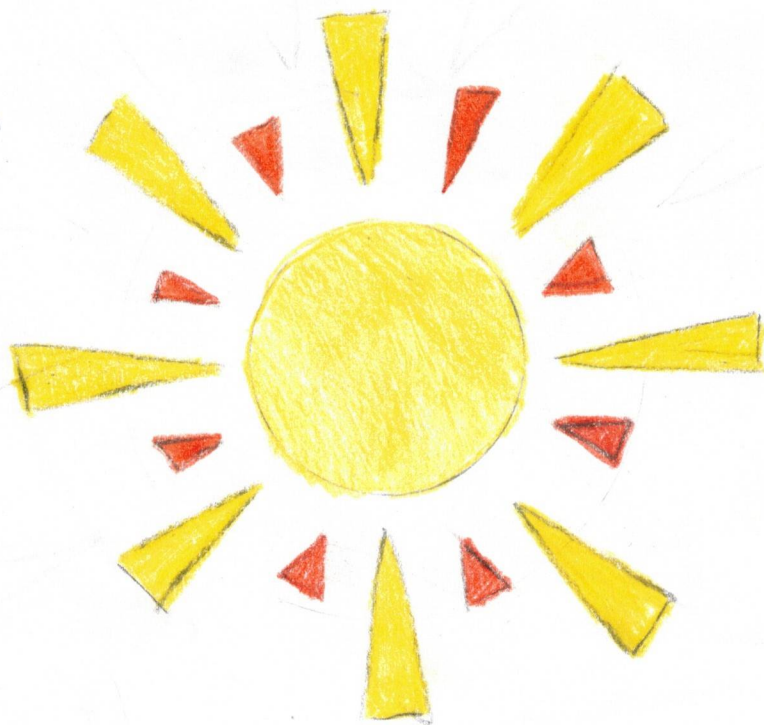


Pazitikejimas

Draugystės šiluma

Draugystė man - tai namai,
lyg žydinčių rožių laukai,
tai gerovė ir laimė,
jokia tikrai ne nelaimė.

Kai esame kartu,
niekas nebaisu,
keliausiu šiuo keliu,
su savo draugu.



Draugas rālia - kaip saulės šviesa,
 Kai tūtelna, kai draugystės - jės vieta.
 Juokas ir šokėliai, tylos akimirkos,
 Kujas net rūpesčiai vieta milkomis.



Kartu - turisi vejis laivėj vaiduoti,
 Kartu - turisi jūras bangas skaitinijam.
 Net jei lietus kartais barto dienas,
 Draugas sirdyje - siluma nesibaigs.

Tad branginkim draugas, kaip saulę danguj,
 Nes ję sirdyje visada šviesa gyvuojia.



Joranka - lyg atrama stija,
 Kai priminti gyvenime gali.
 Jis primins, kad rojisti verta,
 Kad kiekviena diena - nauja pradėcia.

Dalinimes draugystės, liūdes, laisim,
 Kartu visad atrasim šieit greit.
 Tad branginkim draugas, kaip saulę danguj,
 Ję sirdyse šviesa visad gyvuojia.



NEIS DAVIMAS
Lendrabrūny

Pagalba draugai
gauts tingusias
Draugavimas

Meile

Tiesa mąstydami
Draugias kasty
palankimas

Rikstio
15 LAIKIMAS

lendaradarbimam.
tilla, dziaugemas jermilgozimai
komandim darba, vuidirlimas.
Palaikimam, nuosirdumam, vucimimimam

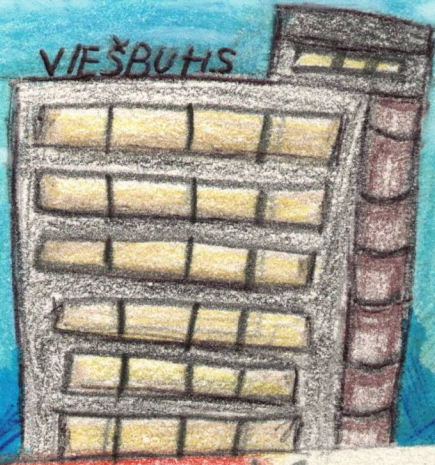
uinozante, gutarimam, palidalinimam
pajuokarimam, zaidimam, doocnomis.
Buvimam kortsu, Bendrarimam, ersimam



DRAUGYSTES

žemėlapis

VIEŠBUTIS



CENTRAS



LIDL



SKAISTAKALNIO
PARKAS



KULTŪROS IR
POILSIO
PARKAS



SYPSOKIS JR
PASAULIS SYPSO
TAU!



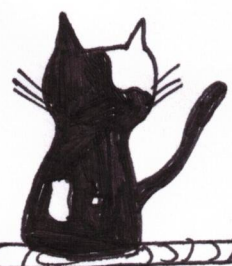
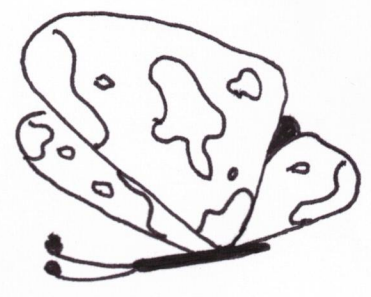
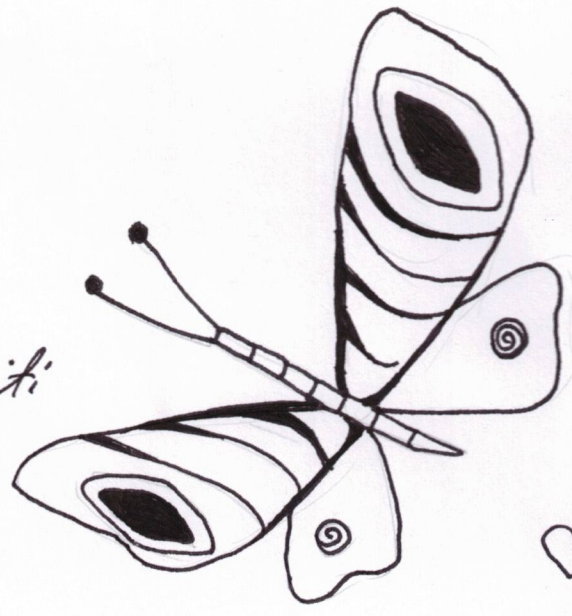
1. Žiemą Vasarą

2. Reikia draugą turėti

3. Mano draugai

4. Draugų daina

5. Draugystės Laužas



DIENA

SU

DRAUGU



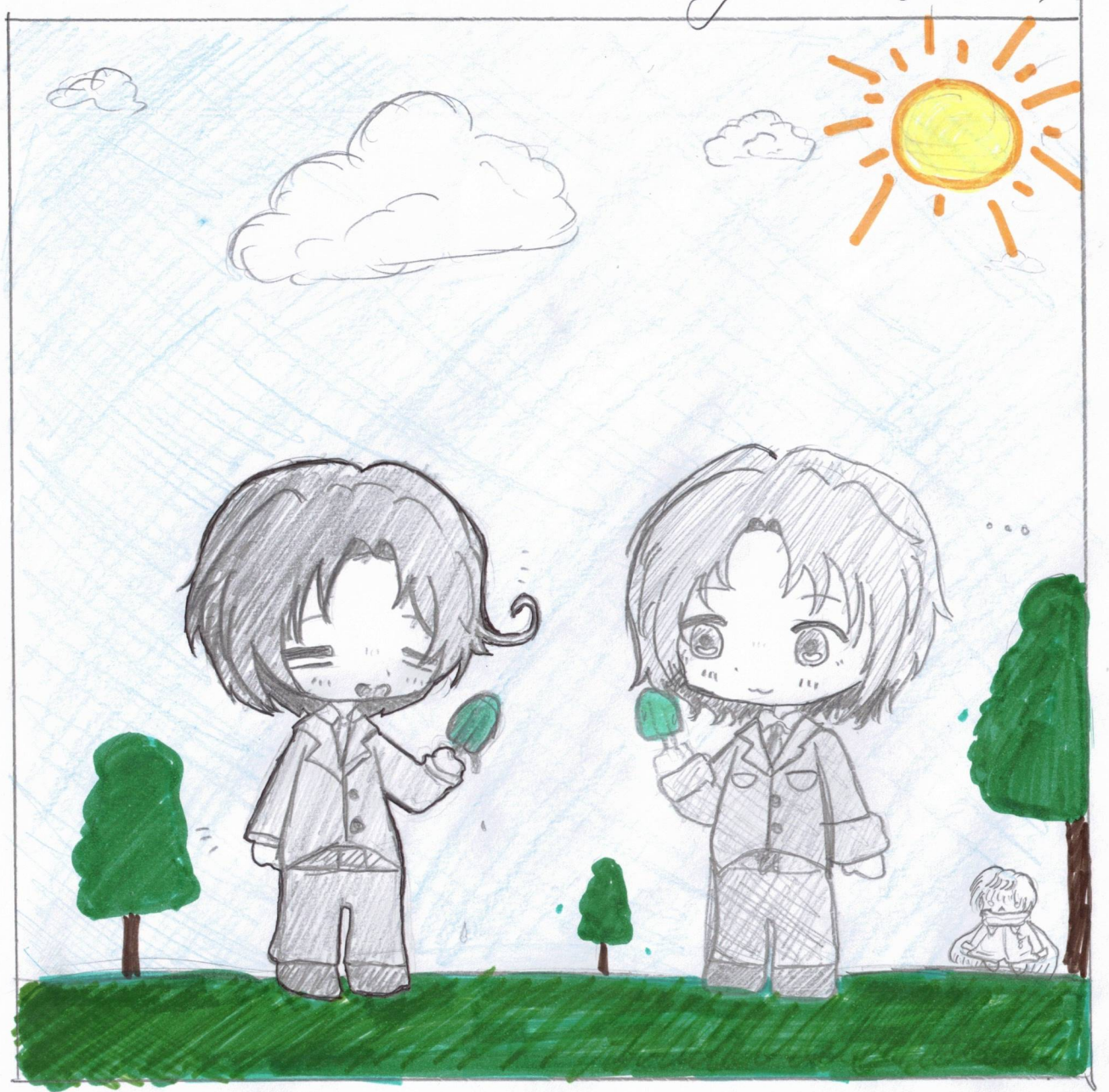
DIENA SU DRAUGU!



GERIAUSIA DIENA SU DRAUGU!

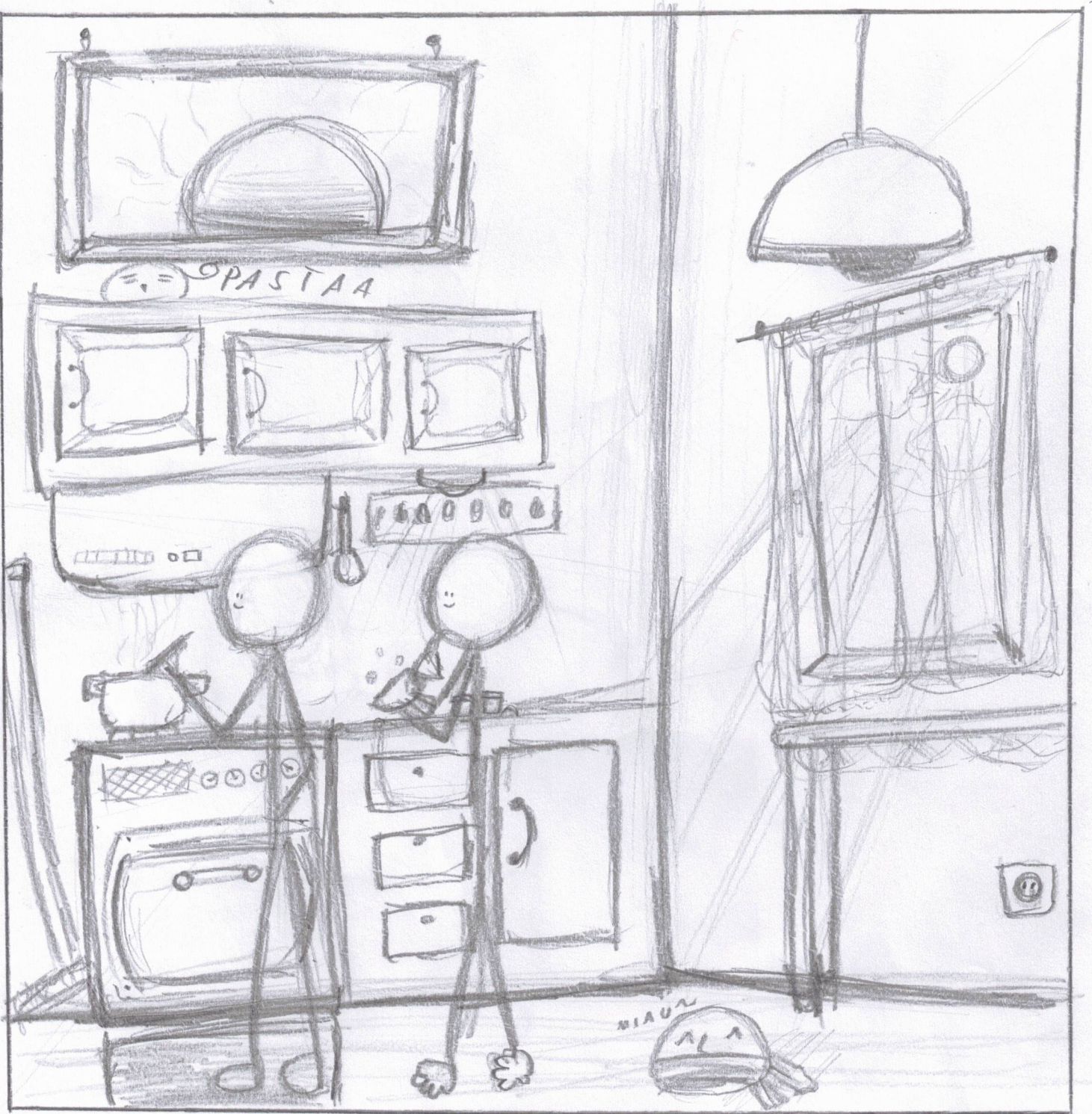


☺ Diena sa draugu (leclai)



GERIAUSIA DIENA SU DRAUGU!





Geridusia dieva su draugu

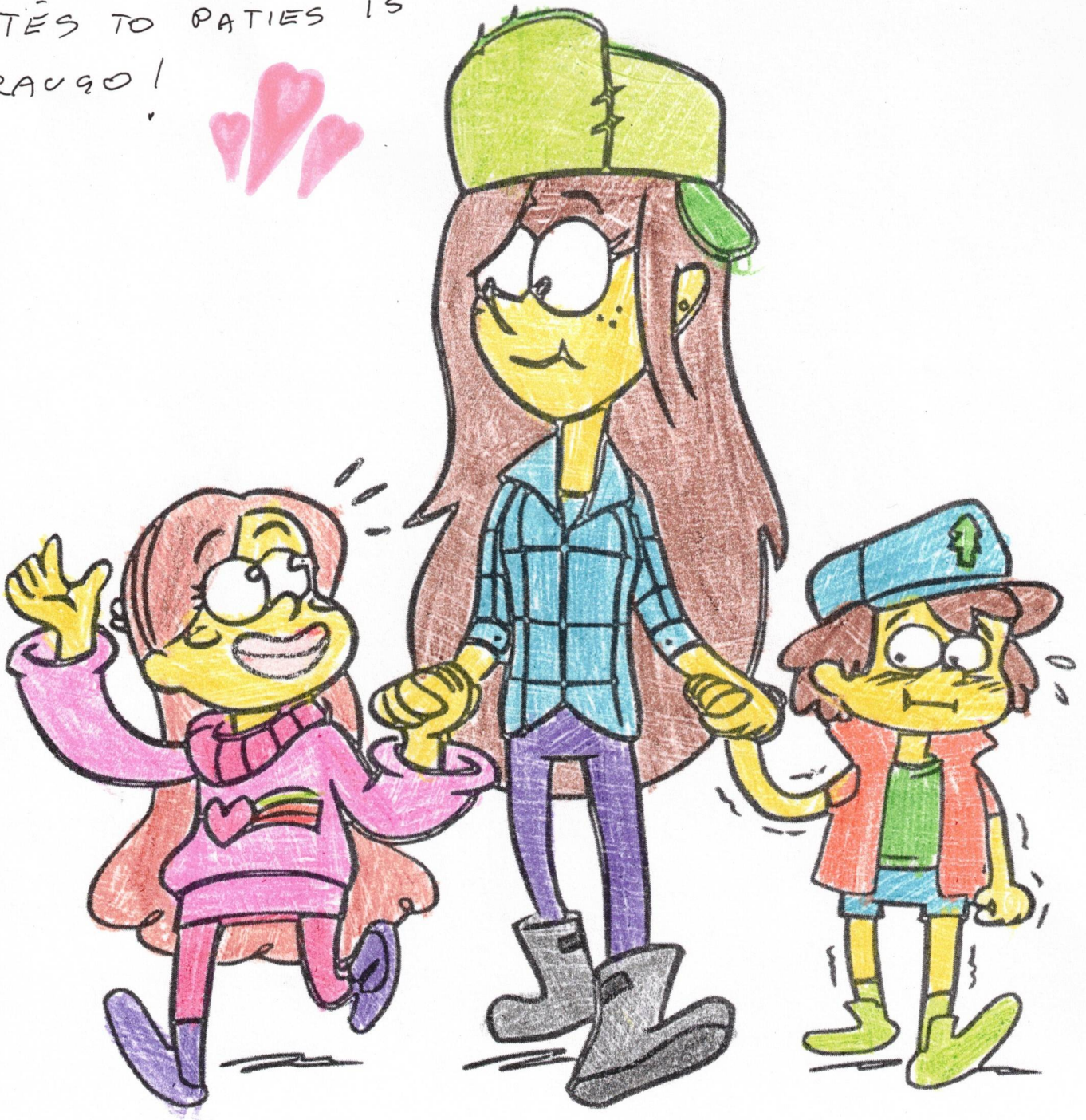
GERIAUSIA DIENA SU

DRAUGU



NUOŠIRDUMAS

BŪKITE SAVIMI, NEAP-
SĪMETINĒKITE, IR TĪKĒ-
KITĒS TO PATIES ĪS
DRAUGO!





Ką daryti, kad draugystė išliktų stipri?
Draugaukite ir bendraukite atvirai ir nuoširdžiai.



Draugystes kodeksas

1. Ģembti vienas kitā -
kiekvienas esamē skirtingi,
tačiau visi nusipelnome pagarbos.

2. Būk sąžiningas -
draugystė yra perierita
pasitikėjimu, todėl visada
sakyk tiesą.

3. Padėk draugui bėdoje -
tikras draugas matomas ne tik
džiaugsmuose, bet ir sunkiu
metu.

4. Dalinkis ir nūpinkis -
dalinkis ne tik daiktas, bet
ir geromis emocijomis.

5. Nebijok atsiprašyti -
jei suklydai, pripažink
tai ir atsiprašyk.

Friends



6. Klausyk ir išginksk -

tikras draugas moka
išklausyti ir suprasti
kito jausmus.

7. Nesijuok iš kitų -
draugystė reiškia palaikimą
o ne patyčias.

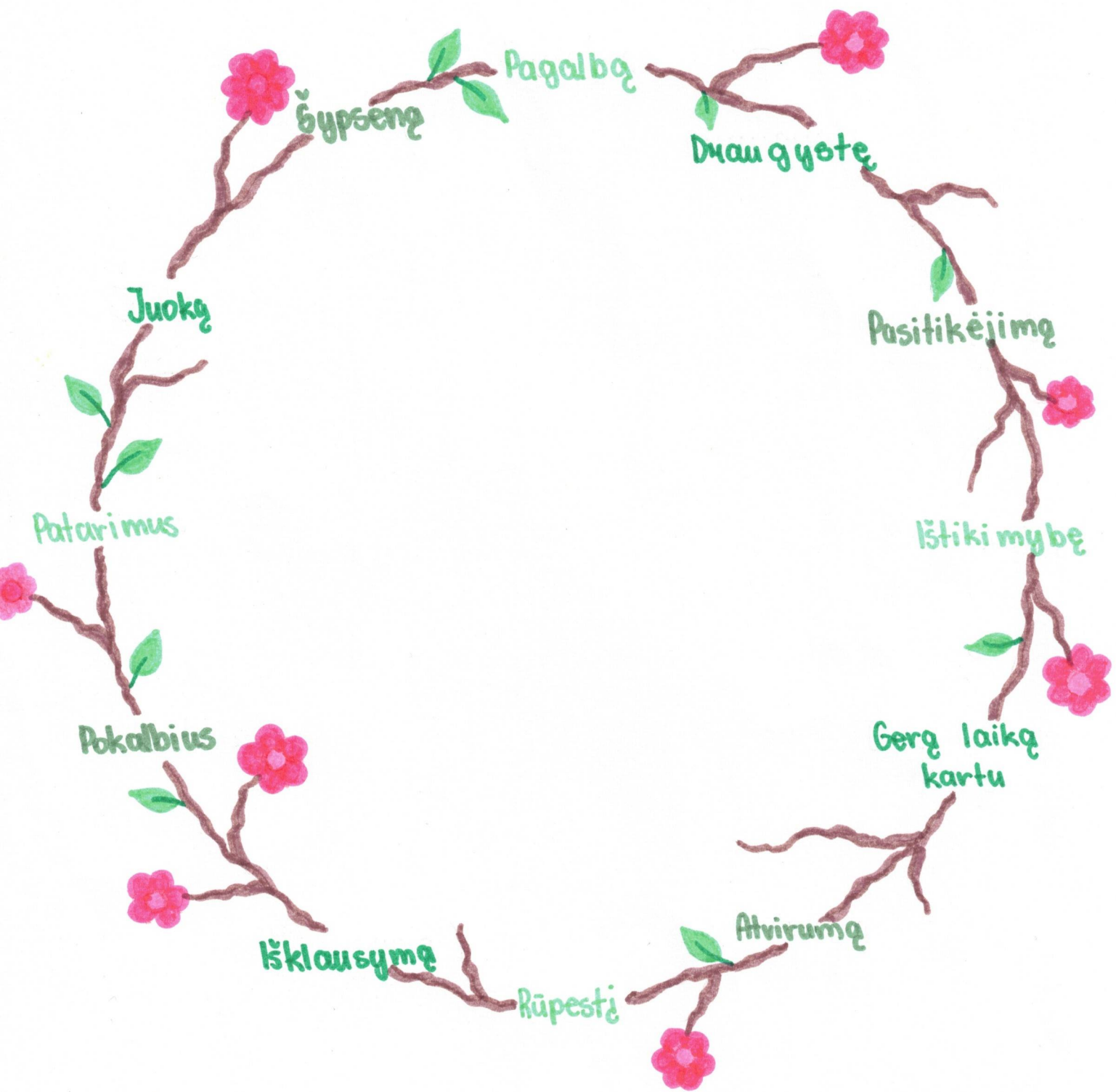
8. Džiaukis draugo
sėkme - tikra draugystė
nėra pavydi, ji džiaugiasi
kitų laimėjimais.

9. Nekalbėk už nugaros -
būk nuoširdus ir venk
apkalbą.

10. Būk savimi -
tikri draugai myli
tave toki, koks esi.



Ačiū draugui už...





Užjausdingumas

Pasitikėjimas

Pasitikėjimas

Meilė

gerasumas

Vienybė

Tylia-ranopė

Užjausdingumas

draugystė



MEILĖ

SILUOA

DYSENA

PALAIKYMAS

ATIDUMAS

IŠTIKIMYBĖ

PASITIKĖJIMAS

BENDRUMAS

PAGARBA

RŪPESTINGUMAS

PAGALBA



**DRAUGYSTES
MEDIS**



PASTAUGUS

ISKLAUSYMAS

RŪPESTINGUMAS

PAGALBA

APGINIMAS

PAGARBA