

KAIŠIADORIŲ R. ŽASLIŲ PAGRINDINĖ MOKYKLA



SVEIKOS GYVENSENOS STIPRINIMO PROGRAMA

2022–2026 M.

„NORIM BŪTI SVEIKI IR STIPRŪS“

PRITARTA

Kaišiadorių r. Žaslių pagrindinės
mokyklos tarybos posėdžio
2022 m. vasario 2 d. protokolu Nr. MT-2

PATVIRTINTA

Kaišiadorių r. Žaslių pagrindinės
mokyklos direktoriaus
2022 m. vasario 4 d. įsakymu Nr. V1-16

Programą parengė Sveikatos ugdymo grupė:

Valerija Vankevičienė, biologijos, technologijų, gamtos ir žmogaus, žmogaus saugos mokytoja – pirmininkė;

Nauris Gumbrevičius, fizinio ugdymo mokytojas;

Ieva Kalvinskaitė, sveikatos priežiūros specialistė;

Edita Kliukienė, tėvų atstovė,

Julija Kuricaitė, mokinė;

Asta Malakauskienė, direktorė;

Edita Malakauskienė, socialinė pedagogė;

Vesta Malinauskaitė, mokinė;

Audronė Mikulienė, mokytoja, dirbanti pagal priešmokyklinio ugdymo programą;

Daiva Pašvenskaitė, psichologė;

Dalia Ramonienė, bibliotekininkė.

TURINYS

I.	BENDROSIOS NUOSTATOS	3
II.	PAGRINDINĖS SĄVOKOS	3
III.	SITUACIJOS ANALIZĖ	3
IV.	SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS VIZIJA.....	7
V.	SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS MISIJA	7
VI.	PROGRAMOS ORGANIZAVIMAS	7
VII.	PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI.....	7
VIII.	TIKSLŲ IR UŽDAVINIŲ ĮGYVENDINIMO KRITERIJAI	8
IX.	SVEIKATOS UGDYMO PLANAS 2017–2021 M.....	8
X.	PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS.....	14
XI.	SVEIKOS GYVENSENOS STIPRINIMO VEIKLOS VERTINIMAS.....	15
XII.	PROGRAMOS FINANSAVIMAS	15
XIII.	BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS	15

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Sveikos gyvensenos stiprinimo programos „Norim būti sveiki ir stiprūs“, (toliau – Programa) 2022–2026 metams paskirtis – gerinti Kaišiadorių r. Žaslių pagrindinės mokyklos (toliau – Mokykla) bendruomenės narių sveikos gyvensenos įgūdžius, formuoti atsakomybę už savo ir šalia esančio sveikatą, kurti sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

2. Programa parengta vadovaujantis:

2.1. Mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis ir aktyviomis mokyklomis tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr. V-651/V-665;

2.2. Mokyklos 2021–2023 m. strateginiu veiklos planu, patvirtintu mokyklos direktoriaus 2021-02-15 įsakymu Nr. V1-17, pritarta Kaišiadorių rajono savivaldybės administracijos Švietimo skyriaus vedėjo 2021-02-15 įsakymu Nr. DS.ŠV-65. Mokyklos strateginiai tikslai:

2.2.1 gerinti ugdymo kokybę, įdiegiant veiksmingą mokinių (įsi)vertinimo bei refleksijos sistemą, siekiant mokinių brandos, pažangos bei pasiekimų pozityvios kaitos, naudojant skaitmeninį turinį, kuriant saugią, sveiką ir palankaus mikroklimato ugdymo(si) aplinką.

2.2.2. gerinti ugdymo kokybę, siekiant individualios vaikos pažangos, orientuojantis į ugdytinių amžiaus tarpsnius atitinkantį integralųjį ugdymą.

2.2.3. plėtoti socialinių, edukacinių, kultūrinių paslaugų infrastruktūrą Paparčių seniūnijoje, teikiant kokybiškas paslaugas, atitinkančias vietas bendruomenės poreikius.

2.3. Mokyklos detaliuoju veiklos planu.

3. Programa integruota į formalųjį ir neformalųjį švietimą, projektines bei prevencines programas.

4. Programos vykdytojai: Mokyklos administracija, Sveikatos ugdymo grupė, pedagogai, pagalbą mokiniui teikiantys specialistai, savivaldos institucijos, socialiniai partneriai.

5. Programos vartotojai: mokyklos bendruomenė.

II. PAGRINDINĖS SĄVOKOS

6. Šioje programoje vartojamos sąvokos:

Sveika gyvensena – individo ar socialinės grupės gyvenimo būdas, sveikatą palaikančių, tausojančių ir stiprinančių kasdieninių įpročių visuma: fizinis aktyvumas, miego, mitybos, darbo ir poilsio režimo laikymasis, svaigiųjų gėrimų, narkotikų, rūkalų ir kt. kenksmingų sveikatai medžiagų nevartojimas.

Sveikatinimas – sveikatos stiprinimas, ugdymo siekis iš esmės pagerinti vaiko sveikatą.

III. SITUACIJOS ANALIZĖ

7. Mokykloje sukurtos palankios sąlygos sveikatinimo veiklai tęsti ir tobulinti. Nuo 2000 metų sveikatos ugdymas tapo prioritetine ugdymo dalimi Mokykloje: integruojamas į mokomuosius dalykus, klasių vadovų veiklą, neformaliojo švietimo programas ir savivaldos veiklas: Tėvų komiteto, Mokinių tarybos, Mokytojų tarybos. Jis apima visas ugdymo pakopas: ikimokyklinį, priešmokyklinį, pradinį ir pagrindinį. Organizuojami renginiai pritaikyti skirtingoms amžiaus grupėms, atsižvelgiama į mokinių patirtį.

Mokykloje ugdomi / mokosi: 49 vaikai, ugdomi pagal ikimokyklinio ugdymo programą, 15 vaikų, ugdomų pagal priešmokyklinio ugdymo programą, ir 154 1–10 kl. mokiniai.

2021–2022 mokslo metų pradžioje mokykloje ir ikimokyklinio ugdymo skyriuje ugdėsi: 39 specialiųjų ugdymosi poreikių turintys mokiniai / ugdytiniai, 81 mokinys / ugdytinis, turintis kalbos ir kalbėjimo sutrikimų (iš kurių 38 kalbos ir kalbėjimo sutrikimas nėra pirminis raidos sutrikimas). Mokslo metų eigoje į mokyklą atvyko 1 SUP mokinys. Specialiąsias pratybas lanko 10 SUP mokinių (apie 26 proc.). Vidutiniškai kiekvienam mokiniui tenka 1 pratybos per savaitę. Logopedines pratybas lanko 31 kalbos ir kalbėjimo sutrikimų turinčių mokinių / ugdytinių (apie 38 proc.). Kiekvienam mokiniui / ugdytiniui tenka 1 pratybos per savaitę.

Mokyklos socialinis pasas: 89 mokiniai yra iš daugiavaikių šeimų, 17 mokinių, kuriems skirta oficiali globa, 55 – iš menkai materialiai apsirūpinusių šeimų, jiems skiriamas nemokamas maitinimas vertinant jų pajamas, 11 mokinių tėvai dirba užsienyje, 20 – augina vienišos mamos, 14 – gyvena su patėviais /pamotėmis, 13 – vienas iš tėvų miręs, 24 – iš socialinę riziką patiriančių šeimų, 39 mokiniai turi įvairių mokymosi sunkumų, 12 mokinių, kurie turi elgesio problemų.

Mokykloje pagalbą mokiniui teikia psichologas, soc. pedagogas, spec. pedagogas-logopedas, mokytojo padėjėjai. Veikia Vaikų dienos centras, kurį lanko 51 mokinys. Centro veiklos tikslas – plėtoti mokinių socializacijos galimybes, užtikrinti saugų, kryptingą jų ugdymą, užimtumą po pamokų bei turiningą laisvalaikio praleidimą.

Mokykloje besimokančių mokinių sveikatos būklė yra pakankamai gera: pagrindinei fizinio ugdymo grupei priskiriami visi 1–4, 5–10 klasių mokiniai.

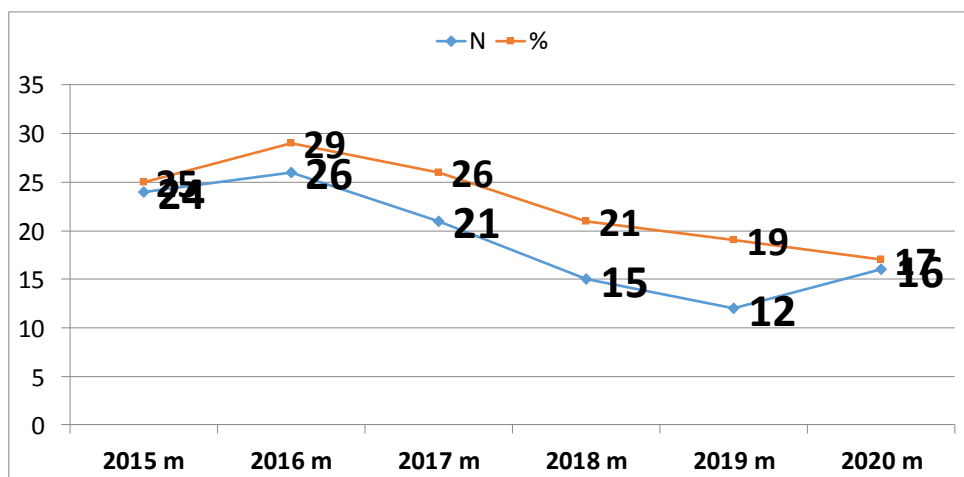
Dažiausiai pasitaikantys sveikatos sutrikimai – antsvoris (10 mokinių) ir nutukimas (30 mokinių).

Mokykloje mokiniams yra sudarytos geros sąlygos sportuoti tiek pamokų metu, tiek toliau tobulėti ir lavintis neformaliojo švietimo užsiėmimuose. Yra 2 sporto užsiėmimai, kuriuos lanko apie 30 mokinių. Bendradarbiaujame su Kaišiadorių švietimo ir sporto paslaugų centru. Jame įvairius užsiėmimus (lengvąją atletiką, futbolą) lanko 7 mūsų mokyklos mokiniai.

Visi 2-os ir 3-ios klasės mokiniai lanko plaukimo pamokas 1 k. per savaitę.

Visi vaikai, ugdomi pagal ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo programas, ir 1–4 klasių mokiniai dalyvauja „Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programoje“.

Viena iš penkių Mokyklos vertybių yra saugumas, todėl bendruomenėje susitarėme dėl saugaus emocinio ugdymo. Nuo 2015 m. Mokykla įgyvendina patyčių prevencijos programos Olweus kokybės užtikrinimo sistemą (toliau – OPKUS). 2018 m. mokykla buvo sertifikuota ir gavo OLWEUS mokyklos vardą iki 2021 m., 2021 m. Mokykla buvo sertifikuota antrą kartą ir gavo šį vardą iki 2023 metų. Nuo 2015 m. iki 2020 m. (2021 m. duomenų dar neturime) patyčių mokykloje sumažėjo 8 proc.



2021 m. Olweus apklausos duomenys rodo, kad Mokyklos patyčių procentas – 25,8. Tačiau šie rezultatai nelyginami su praėjusiais metais dėl skirtingos ugdymo(si) situacijos. Mokyklos vienas iš uždavinių 2022 m. yra ugdyti mokinių / vaikų atsakomybę, skatinti pagarbų bendravimą ir bendradarbiavimą siekiant pozityvaus mikroklimato Mokyklos bendruomenėje. Planuojant 2022 m. veiklą didelį dėmesį skiriame emociniam mokinių / vaikų saugumui.

8. 2021 m. gruodžio mėn. buvo atliktas sveikata stiprinančios mokyklos veiklos įsivertinimas. Mokyklos bendruomenei pritarus bei atsižvelgus į 2017–2021 m. Sveikatos stiprinimo programos tikslą ir uždavinius, buvo nutarta atlikti įsivertinimą šių sričių:

1. 3-ia veiklos sritis Fizinė aplinka.
2. 5-a veiklos sritis Sveikatos ugdymas.

Gautų duomenų analizė išryškino šių sričių sveikatos stiprinimo veiklos privalumus bei tobulintinus aspektus, padėjo susitarti dėl sveikatos stiprinimo tobulinimo prioritetų, rengiant Sveikatos gyvensenos stiprinimo programą 2022–2026 metams.

Apklausoje dalyvavo :

- 93 3–4 klasių mokiniai (77 proc.);
- 39 mokyklos darbuotojai (65 proc.);
- 60 tėvų (75 proc.)
- 3 administracijos atstovai (100 proc.);
- 2 vairuotojai (100 proc.)

9. Atlikus 3 ir 5 veiklos sričių įsivertinimą bei 1, 2, 4 ir 6 veiklos sričių analizę, išryškėjo stipriosios veiklos pusės:

9.1. Fizinė aplinka srityje 3.1 , 3.2, 3.3 rodikliai – 3 lygis:

9.1.1. sveikatos saugos klausimai yra aptariamai pakankamai dažnai (kartą per mėnesį ar esant poreikiui), visos traumos yra registruojamos, traumatizmas analizuojamas, mokiniai žino kur reikia kreiptis ir ką daryti nelaimės atveju (nelaimingas atsitikimas, gaisras), yra supažindinti su darbų sauga dalykų pamokose, laboratorinių darbų metu, išvykose;

9.1.2. Mokyklos teritorijoje įrengtos poilsio zonos yra jaukios;

9.1.3. Mokyklos autobusai yra geros būklės, švarūs, vairuotojai atvažiuoja laiku ir yra paslaugūs;

9.1.4. Mokykloje organizuojami fizinio aktyvumo renginiai yra įdomūs. Mokiniai turi galimybę pakankamai pajudėti, pasportuoti. Mokiniai ir kiti bendruomenės nariai ir po pamokų gali pasportuoti Mokyklos poilsio zonoje, aikštynuose, kur zonos yra pritaikytos aktyviai praleisti laisvalaikį (įrengtas naujas sporto aikštynas, žaidimų aikštelė);

9.1.5. mokiniai ir kiti bendruomenės nariai dalyvauja priimant sprendimus, susijusius su fizinio aktyvumo skatinimu Mokykloje;

9.1.6. dauguma mokinių ir Mokyklos darbuotojų stengiasi maitintis sveikai, pakanka laiko ir vietos pavalgyti Mokyklos valgykloje, joje yra švaru bei elgiamasi drausmingai;

9.1.7. nuo 2016 m. Mokyklos teritorija stebima vaizdo kameromis, Mokyklos patalpų, aptarnaujančio personalo veiklos priežiūrai užtikrinti Mokykloje parengtas Aptarnaujančio personalo veiklos organizavimo ir vertinimo tvarkos aprašas, kuriuo vadovaujantis organizuojama ir prižiūrima Mokyklos darbuotojų veikla;

9.1.8. įgyvendinant OPKUS programą Mokykloje budi pedagoginiai darbuotojai ir aptarnaujantis personalas. Sudaromi budėjimo grafikai. Jie periodiškai koreguojami. Nuolat tariamasi dėl budėjimo Mokykloje efektyvinimo.

9.2. Sveikatos ugdymas srityje 5.1, 5.2, 5.3 rodikliai – 3 lygis:

9.2.1. sveikatos ugdymas yra integrali ugdymo turinio dalis. Integruotas į įvairių dalykų teminius planus, programas;

9.2.2. sveikatos temomis organizuojami renginiai atitinka mokinių poreikius, Mokykloje jie gauna atsakymus į jiems rūpimus sveikatos klausimus, mokosi vieni iš kitų sveikatos ugdymo užsiėmimų metu, sveikatos ugdymas padeda formuoti bendravimo įgūdžius;

9.2.3. mokiniams patinka, kaip organizuojamas sveikatos ugdymas Mokykloje. Geriausiai įsimena gautas žinias sveikatos klausimais per įvairių dalykų pamokas ir neformaliojo vaikų švietimo užsiėmimų metu. Įdomiausios temos yra fizinė sveikata, sveika mityba, psichologinės temos.

9.3. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūros, politikos ir kokybės garantavimo srityje:

9.3.1. Mokykloje yra sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė, sudaryta iš Mokyklos direktoriaus, mokytojų, mokinių, jų tėvų, socialinio pedagogo, psichologo ir sveikatos priežiūros specialisto;

9.3.2. grupės nariai pasiskirstę atsakomybę už atskiras veiklos sritis;

9.3.3. sveikatos stiprinimo veiklos vertinimas planuojamas ir įgyvendinamas, jo rezultatai aptariami bendruomenėje;

9.3.4. dauguma bendruomenės narių pagal savo kompetenciją dalyvauja atliekant sveikatos stiprinimo veiklos vertinimą.

9.4. Psichosocialinės aplinkos srityje:

9.4.1. sveikatos priežiūros specialistas, psichologas, socialinis pedagogas teikia paramą įgyvendinant sveikatos stiprinimo veiklą;

9.4.2. Mokyklos bendruomenės nariams sudaryta galimybė išsakyti savo nuomonę sveikatos stiprinimo, sveikatos ugdymo organizavimo klausimais mokytojų, tėvų susirinkimuose, Mokyklos bendruomenės susirinkimuose, individualiai;

9.4.3. Mokykloje skatinamos ir remiamos mokinių iniciatyvos, plėtojant sveikatinimo veiklą. Veiklose dalyvavo 90 proc. įvairaus amžiaus mokinių;

9.4.4. įgyvendinama patyčių prevencijos OPKUS programa.

9.4.5. dalis mokinių teigia, kad jie patys siūlo idėjas ir aktyviai dalyvauja jas įgyvendinant;

9.4.6. mokinių savivaldos veikla yra pastebima, turi įtakos Mokykloje vykstantiems sveikatos stiprinimo procesams: teikia pasiūlymus mitybos, dalyvavimo sporto užsiėmimuose, patyčių ir žalingų įpročių prevencijos, vaiko teisių ir pareigų klausimais. Daugėja mokinių, dalyvaujančių sveikatos stiprinimo veikloje Mokykloje ir bendruomenėje („Olimpinės dienos“, „Savaitė be patyčių“, diskusija „Nepritariu patyčioms“, konkursas „Sveikuolių sveikuoliai“ ir kt.). Šie renginiai tapo tradiciniai, į juos įtraukiami beveik visi mokiniai.

9.5. Žmoniškųjų ir materialųjų išteklių srityje:

9.5.1. Mokykla pasitelkia socialinius partnerius įgyvendinant sveikos gyvensenos veiklas Mokykloje. Mokyklos bendruomenės nariai dalyvauja tarptautiniuose ir respublikiniuose projektuose, savivaldybės finansuojamose sveikatos stiprinimo programose (Erasmus+ KA2 projektas „Equally Unique, Equally Different“, „Sveikata visus metus 2021“), OPKUS ir kt.;

9.6. Sveikatą stiprinančios Mokyklos veiklos sklaidos ir tęstinumo laidavimo srityje:

9.6.1. informacija apie sveikatos stiprinimo veiklą pateikiama naudojant įvairias komunikacijos priemones: lankstinukus, spaudą, standus, interneto svetaines, „Facebook“ paskyrą, elektroninius paštus, TAMO elektroninį dienyną;

9.6.2. informacija dalinamasi tarptautiniame lygmenyje tarp projekto Erasmus+ KA2 dalyvių (projekte dalyvauja 4 šalys);

9.6.3. Mokykloje yra įgyvendinta (2017–2021 m.) ir parengta Sveikos gyvensenos stiprinimo tęstinė programa „Norim būti sveiki ir stiprūs“ 2022–2026 metams.

10. Silpnosios sveikatos stiprinimo veiklos pusės:

10.1. dalis tėvų retai lanko Mokyklos renginius ar prisideda juos organizuojant, mažai žino apie sveikatos stiprinimo veiklą Mokykloje;

10.2. tik 59 proc. mokinių teigia turintys Mokykloje mėgstamą neformaliojo vaikų švietimo sporto užsiėmimą. Mokiniai norėtų įvairesnių neformaliojo vaikų švietimo sporto užsiėmimų: kvadrato, teniso, karate, plaukimo, tinklinio;

10.3. ieškoti būdų, kaip patraukliau, suprantamiau, įvairesnėmis temomis pateikti žinias apie sveikatą;

10.4. dalis mokytojų ir tėvų teigia, kad su kitų mokyklų bendruomenėmis, partneriais bendrauja epizodiškai, dažniausiai konferencijų, seminarų, kitų renginių metu.

11. Sveikatinimo veiklos tobulinimo rezervai:

11.1. padėti mokiniams ir visiems Mokyklos darbuotojams ugdytis sveikos gyvensenos įgūdžius, padedančius išsaugoti ir stiprinti sveikatą, sveiką aplinką bei pasirinkti teisingą sprendimą, aktyviau į šią veiklą įtraukiant tėvus, soc. partnerius, ieškoti rėmėjų, vietos bendruomenę;

11.2. integruoti sveikatos sampratą į formaliojo ir neformaliojo švietimo programas, planus įvairiose ugdymo pakopose, savivaldoje;

11.3. sudaryti Mokyklos darbuotojams ir mokiniams sąlygas realizuoti savo fizinius, psichinius ir socialinius sugebėjimus bendraujant ir bendradarbiaujant;

11.4. vykdyti emocinio ugdymo programas;

11.5. rengti ir vykdyti projektus, susijusius su sveika gyvensena;

11.6. taikyti įvairesnes judėjimo aktyvumo formas pertraukų metu bei popamokinėje veikloje, Mokykloje įrengti treniruoklių salyčių;

11.7. dalyvauti ilgalaikėse sveikatinimo programose.

IV. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS VIZIJA

12. Mokykla – Sveikos gyvensenos stiprinimo programą įgyvendinanti mokykla, kurioje mokiniai turi galimybes ugdytis sveikos gyvensenos pamatus, susiformuoti sveikos gyvensenos įgūdžius ir gali augti ir mokytis sveikatai palankioje fizinėje ir psichologinėje aplinkoje.

V. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS MISIJA

13. Ugdyti sveiką, stiprų vaiką, gebantį tausoti savo ir kitų žmonių sveikatą, savarankiškai pasirinkti ir priimti teisingus sprendimus sveikatos saugojimui.

VI. PROGRAMOS ORGANIZAVIMAS

14. Mokykla dirba pagal pačių sukurtą ugdymo programą integruojant sveikos gyvensenos stiprinimo programą į ikimokyklinio, priešmokyklinio ugdymo programas, pradinio ir pagrindinio ugdymo dalykų pamokas ir neformalųjį švietimą.

VII. PROGRAMOS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

15. Tikslas. Ugdyti fiziškai aktyvią ir sveiką asmenybę, sąmoningai suvokiančią sveiko gyvenimo būdo svarbą; sudaryti palankią, saugią aplinką sveikatos stiprinimui ir saugojimui, sukuriant efektingai veikiančią sveikatos stiprinimo sistemą Mokykloje.

16. Uždaviniai:

1. Užtikrinti sveikatą stiprinančių veiklų planavimą, koordinavimą bei įgyvendinimą.
2. Įgyvendinti programas, susijusias su saugiu emociniu ugdymu.
3. Organizuoti mokiniams patrauklius renginius, kurių metu jie plėstų savo žinias ir supratimą psichinės sveikatos srityje, ugdytų bendruomeniškumą.
4. Organizuoti specialiąją, socialinę, psichologinę pagalbą mokiniui.
5. Kurti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką.
6. Organizuoti projektinę veiklą bei įgyvendinti projektus ir programas, organizuoti renginius, susijusius su saugios ir sveikos aplinkos kūrimu.
7. Bendradarbiauti su soc. partneriais, racionaliai panaudoti turimas bei pritraukti papildomas lėšas: rengti projektus, ieškoti rėmėjų ir kt.
8. Gilinti mokinių žinias apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo įgūdžius, formuoti kasdienes sveikos gyvensenos įpročius.
9. Skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį spaudoje, internete, soc. partneriams.
10. Skatinti Mokyklos bendruomenę tęsti sveikatinimo veiklą bei siekti priklausyti sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo nare.

VIII. TIKSLŲ IR UŽDAVINIŲ ĮGYVENDINIMO KRITERIJAI

Vertinimo kriterijai	Laukiami minimalūs rezultatai	Laukiami maksimalūs rezultatai
Bendruomenės narių asmeninės vertės bei svarbos pajutimas sveikatos ugdymo srityje.	Į sveikatos ugdymo veiklą įsijungia 60 proc. bendruomenės narių.	Į sveikatos ugdymo veiklą įsijungia 80 proc. bendruomenės narių.
Teigiamo mikroklimato Mokykloje sukūrimas.	Sumažėja patyčių ir smurto 1 proc.	Sumažėja patyčių ir smurto 2 proc.
Ugdytinių įtraukimas į veiklą.	Sveikatinimo veikloje dalyvauja 80 proc. mokinių.	Sveikatinimo veikloje dalyvauja 90 proc. mokinių.
Ugdymo sąlygų gerinimas.	Laimėtas 1 projektas, gautas finansavimas.	Laimėti 3 projektai, gautas finansavimas.
Socialinių įgūdžių ugdymo tikslų realizavimas.	Vykdomos 2 socialinių įgūdžių ugdymo programos.	Vykdomos 4 socialinių įgūdžių ugdymo programos.
Gerų santykių Mokykloje, šeimoje bei bendruomenėje sukūrimas.	Vykdoma bendra pedagogų, tėvų, vaikų socialinių įgūdžių ugdymo programa.	Vykdomos 2 bendros pedagogų, tėvų, vaikų socialinių įgūdžių ugdymo programos.
Bendradarbiavimas su kitomis ugdymo įstaigomis.	Suorganizuoti 5 bendri renginiai su Mokyklos socialiniais partneriais.	Suorganizuoti 7 bendri renginiai su Mokyklos socialiniais partneriais.
Teisingos mitybos įpročių formavimas.	Organizuoti 5 renginiai apie mitybą.	Organizuota 10 renginių apie mitybą.
Sveikatos priežiūros specialistų dalyvavimas Mokyklos veikloje.	Inicijuoja ir organizuoja veiklas: praveisti 5 mokymai ir atlikti 5 tyrimai.	Inicijuoja ir organizuoja veiklas: praveisti 7 mokymai ir atlikti 7 tyrimai.
Edukacinių erdvių, skatinančių sveiką gyvenseną įrengimas	Įrengta edukacinė 1 erdvė ir žaidimų aikštelė	Įrengtos 2 edukacinės erdvės, renovuotas Mokyklos stadionas

IX. SVEIKATOS UGDYMO PLANAS 2022-2026 M.

Eil. nr.	Priemonė	Vykdyto laikas	Atsakingas
1-a veiklos sritis. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra (1 priedas), politika ir kokybės garantavimas			
Uždavinys: 1. Užtikrinti sveikatą stiprinančių veiklų planavimą, koordinavimą bei įgyvendinimą.			
1.1.	Sveikos ugdymo grupės (toliau – SUG) atnaujinimas, paskirstymas atsakomybe už atskiras veiklos sritis.	Kiekvienais metais rugsėjo mėn.	Direktorius
1.2.	SUG metinių veiklos planų rengimas.	Kiekvienais metais gruodžio mėn.	SUG
1.3.	Sveikatą stiprinančių veiklų planavimas Mokyklos metiniuose ir strateginiuose planuose.	Kiekvienais metais gruodžio	Direktorius

		mėn.	
1.4.	Pedagogų ir aptarnaujančių darbuotojų kvalifikacijos kėlimas sveikatos ugdymo klausimais bendradarbiaujant su Kaišiadorių PPT, socialinių paslaugų centru, Kaišiadorių švietimo ir sporto paslaugų centru ir kt.	2022–2026 m.	Direktorius ir direktoriaus pavaduotojas ugdymui
1.5.	Mokyklos bendruomenės narių švietimas sveikos gyvensenos klausimais (informacijos sklaida, susirinkimai, seminarai, konferencijos ir kt.).	20122–2026 m.	Direktorius ir direktoriaus pavaduotojas ugdymui
1.6.	Pamokų tvarkaraščio sudarymas atsižvelgiant į higienos normas.	Kiekvienais metais rugsėjo, sausio mėn.	Direktorius pavaduotojas ugdymui
1.7.	Higienos normų reikalavimų bei saugios aplinkos užtikrinimas mokykloje.	2022–2026 m.	Direktorius pavaduotojas ūkio ir bendriesiems reikalams
1.8.	Mokyklos darbuotojų budėjimo pertraukų metu grafiko sudarymas.	Kiekvienais metais rugsėjo, sausio mėn.	Direktorius pavaduotojas ugdymui ir pavaduotojas ūkio ir bendriesiems reikalams
1.9.	Sveikatą stiprinančios veiklos tarpinis įsivertinimas, aptarimas ir planavimas.	Kiekvienais metais gruodžio mėn.	SUG

Laukiamas rezultatas – sveikatą stiprinanti veikla yra prioritetinga sritis Mokykloje, jos vertinimas vyksta planingai ir sistemingai.

2-a veiklos sritis. Psichosocialinė aplinka

Uždaviniai:

2. Įgyvendinti programas, susijusias su saugiu emociniu ugdymu.
3. Organizuoti mokiniams patrauklius renginius, kurių metu jie plėstų savo žinias ir supratimą psichinės sveikatos srityje, ugdytų bendruomeniškumą.
4. Organizuoti specialiąją, socialinę, psichologinę pagalbą mokiniui.

2.1.	Olweus programos kokybės užtikrinimo sistemos (OPKUS) diegimas.	2021–2023 m.	OKUS programos koordinatorius direktoriaus pavaduotojas ugdymui
2.2.	Psichologinių užsiėmimų 7, 8 klasių mokiniams organizavimas pasitelkiant Kaišiadorių bendruomenės namų psichologą.	2022 m.	Direktorius pavaduotojas ugdymui
2.3.	Mokyklos darbuotojų visuotiniai susirinkimai, apžvelgti ir aptarti Mokykloje jau įgyvendintas ir ateičiai numatytas patyčių prevencijos priemonės.	Kiekvienais metais birželio mėn. ir gruodžio mėn.	Direktorius
2.4.	Išsamus tėvų/globėjų informavimas apie Mokyklos	Vieną kartą per	OKUS programos

	patyčių prevencijos ir problemų sprendimo darbą.	mokslo metus	koordinatorius direktoriaus pavadootojas ugdymui
2.5.	Olweus prevencijos programos apklausų vykdymas, rezultatų pristatymas ir aptarimas Mokyklos bendruomenėje.	Vieną kartą per mokslo metus	OKUS programos koordinatorius direktoriaus pavadootojas ugdymui
3.1.	Akcija „Mėnesis be patyčių“.	Kiekvienais metais kovo mėn.	Soc. pedagogas
3.2.	Akcija „Diena be mobiliojo telefono“.	Kiekvienais metais balandžio mėn.	Mokinių taryba
3.3.	Akcija „Gegužė mėnuo be smurto prieš vaikus“.	Kiekvienais metais gegužės mėn.	Soc. pedagogas
3.4.	Akcija prieš rūkymą „Pučiu ne dūmus, o muilo burbulus“.	Kiekvienais metais gegužės mėn.	Sveikatos ugdymo grupė (toliau – SUG)
3.5.	Pasaulinės sveikatos psichikos diena.	Kiekvienais metais spalio mėn.	Psichologas
3.6.	Tolerancijos diena.	Kiekvienais metais lapkričio mėn.	Soc. pedagogas
3.7.	Pamokėlės PUG vaikams „Jaučiu, žinau, reaguju“.	Kiekvienais metais spalio – gruodžio mėn.	Soc. pedagogas
3.8.	Mokyklos mikroklimato tyrimas.	Kiekvienais metais rugsėjo, birželio mėn.	Psichologas, SUG
4.1.	Vaikų dienos centro darbo organizavimas.	Mokslo metais	Direktorius
4.2.	Pagalbą mokiniui teikiančių specialistų darbo organizavimas.	2022–2026 m.	Direktoriaus pavadootojas ugdymui
4.3.	Vaiko gerovės komisijos posėdžių organizavimas.	Kartą per mėnesį	VGK pirmininkas direktoriaus pavadootojas ugdymui
4.4.	PPT specialistų konsultacijų organizavimas mokiniams ir mokytojams.	Pagal poreikį	Direktoriaus pavadootojas ugdymui
4.5.	Pedagogų ir darbuotojų budėjimo Mokykloje	Kiekvienais	Direktoriaus

	organizavimas.	metais rugsėjo, sausio mėn.	pavadootojas ugdymui, direktoriaus pavadootojas ūkio ir bendriesiems reikalams
Laukiamas rezultatas – Mokykloje sumažės patyčių, stiprės Mokyklos bendruomenės tarpusavio ryšiai, gerės bendruomenės narių tarpusavio santykiai, vyraus draugiška atmosfera, mokiniai gaus reikiamą pagalbą, bus ugdomi saugioje emocinėje aplinkoje. Mokykloje jausis gerai visi bendruomenės nariai.			
3-a veiklos sritis. Fizinė aplinka			
Uždaviniai:			
5. Kurti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką.			
6. Organizuoti projektinę veiklą bei įgyvendinti projektus ir programas, organizuoti renginius susijusius su saugios ir sveikos aplinkos kūrimu.			
5.1.	Edukacinių erdvių atnaujinimas / įrengimas bei edukacinių veiklų jose organizavimas: Mokyklos „Žaliajame kiemelyje“, treniruoklių salyėje, Mokyklos bibliotekoje.	2022 m.	Biologijos, fizinio ugdymo mokytojai, bibliotekininkas
5.2.	Ugdomosios pažintinės veiklos gamtoje PUG, 1–4 kl.	Kiekvienais metais 3 k. per metus	PUG ir pradinio ugdymo mokytojai
5.3.	SEU veiklos PUG, 1–4 kl.	3 veiklos per metus	PUG ir pradinio ugdymo mokytojai
	„Žalioji palangė“ PUG, 1–4 kl.	Kiekvienais metais kovo mėn.	PUG ir pradinio ugdymo mokytojai
5.4.	Bibliotekėlių Mokyklos koridoriuose atnaujinimas, papildymas sveikos gyvensenos skatinimo literatūra.	Kiekvienais metais	Bibliotekininkas
5.5.	Mokyklos patalpų ir teritorijos tvarkymas bei higieninių reikalavimų užtikrinimas.	Nuolat	Direktoriaus pavadootojas ūkio ir bendriesiems reikalams
6.1.	Erasmus+ KA2 projektas „Equally Unique, Equally Different“ veiklų, skatinančių ekologinį, fizinį ugdymą integravimas į ugdymo procesą.	2022–2023 m.	Projekto vykdymo grupės koordinatorius
6.2.	Mokyklos Olimpinių dienų organizavimas.	Kiekvienais metais gegužės mėn.	SUG, fizinio ugdymo mokytojas
6.3.	Sportinių varžybų savaitė.	2022–2026 m.	Fizinio ugdymo mokytojas
6.4.	Dalyvavimas rajono mokinių sporto žaidynėse.	2022–2026 m. Pagal KKC	Fizinio ugdymo mokytojas

		grafiką	
6.5	Bėgimas „Gelbėkit vaikus“	Kiekvienais metais spalio mėn.	Fizinio ugdymo mokytojas
6.6.	Judriosios pertraukos	2022–2026 m. vasario mėn. ilgųjų pertraukų metu	SUG, fizinio ugdymo mokytojas
6.7.	Atletinės gimnastikos salės įrengimas ir užsiėmimai 7–10 kl. mokiniams.	Pertraukų metu	Fizinio ugdymo mokytojas
6.8.	Turistinis žygis „Pėsčiomis po mūsų rajoną“ 5–10 kl. mokiniams.	Kiekvienais metais birželio mėn.	Fizinio ugdymo mokytojas, klasių vadovai
6.9.	Dalyvavimas „Bėgime aplink Žaslių ežerą“.	Kiekvienais metais liepos mėn.	Fizinio ugdymo mokytojas
Laukiamas rezultatas – bus įkurtos naujos edukacinės erdvės, nuolat atnaujinama, saugi, higienos normas atitinkanti, Mokyklos aplinka. Mokyklos bendruomenės nariai tobulins sveikos gyvensenos įgūdžius, skleis gerą patirtį, mokysis, įtrauks šalia esančius į sveikatinimo veiklas.			
4-a veiklos sritis. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai.			
Uždavinys: 7. Bendradarbiauti su soc. partneriais, racionaliai panaudoti turimas bei pritraukti papildomas lėšas: rengti projektus, ieškoti rėmėjų ir kt.			
7.1.	Bendradarbiauti su Kaišiadorių visuomenės sveikatos biuru (VSB) ir dalyvauti jų organizuojamuose renginiuose bei konkursuose	Pagal VSB planą	SUG
7.2.	Bendradarbiauti su Kaišiadorių švietimo ir sporto paslaugų centru (KŠSPC) Sportinio ugdymo skyriumi, dalyvauti jo organizuojamuose renginiuose bei varžybose.	Pagal KŠSPC planą	SUG
7.3.	Bendradarbiauti su Kaišiadorių pedagogine psichologine tarnyba, organizuoti pagalbą mokiniui bei specialistų konsultacijas Mokykloje.	Nuolat	VGK
7.4.	Bendradarbiauti su Kaišiadorių rajono savivaldybės administracijos Švietimo, kultūros ir sporto skyriaus tarpinstitucinio bendradarbiavimo tarnyba	Nuolat	Direktorius
7.5.	Bendradarbiauti su Kaišiadorių bendruomenės šeimų namais	Nuolat	Direktorius
7.6.	Bendradarbiauti su Žaslių kultūros ir amatų centru, seniūnija, biblioteka.	Nuolat	Direktorius
7.7.	Bendradarbiauti su Žaslių pirminės sveikatos priežiūros centru	Visus mokslo metus	Pirminės sveikatos priežiūros specialistas
7.8.	Organizuoti bendrus sveikatą stiprinančius renginius	Pagal metinius	Direktorius

	su rajono mokyklomis	veiklos planus	pavadootojas ugdymui
7.9.	Įgyvendinti Erasmus+ KA2 projektas „Equally Unique, Equally Different“ projektą.	2022 m.	Projekto vykdymo grupės koordinatorius
7.10.	Organizuoti projektų, skatinančių sveiką gyvenseną, rengimą bei įgyvendinimą.	2022–2026 m.	Direktorius
7.11.	Dalyvauti respublikiniuose sveikatą stiprinančiuose projektuose.	2022–2026 m.	SUG
Laukiamas rezultatas – į sveikos gyvensenos veiklą bus įtraukti socialiniai partneriai, kurie padės Mokyklos bendruomenei įgyvendinti jų ir savo idėjas. Mokykla gaus paramą ir pastiprinimą. Sveikatą stiprinanti veikla taps patrauklesnė ir matomesnė. Bus dalinamasi gerąją patirtimi.			
5-a veiklos sritis. Sveikatos ugdymas.			
8. Gilinti mokinių žinias apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo įgūdžius, formuoti kasdienius sveikos gyvensenos įpročius.			
8.1.	Sveikos gyvensenos temų planavimas klasių vadovų metiniuose planuose.	2022–2026 m.	SUG ir klasių vadovų metodinė grupė
8.2.	Sveikos gyvensenos integravimas į mokomuosius dalykus ir įtraukimas į Mokyklos ugdymo planus.	2022–2026 m.	Direktoriaus pavadootojas ugdymui
8.3.	Sveikos gyvensenos integravimas į neformalųjį švietimą.	2022–2026 m..	Direktoriaus pavadootojas ugdymui
8.4.	Sveikatos problemų ir sveikos gyvensenos temų nagrinėjimas mokyklos savivaldos institucijose	2022–2026 m.	Direktorius
8.5.	Akcijos: Fizinio aktyvumo akcija „Daugiau judu - sveikas esu“ (sausio 31 d.– vasario 6 d); Psichinės sveikatos gerinimo akcija „Saulyčių diena“; Pasaulinė Dauno sindromo diena (kovo 21 d.); Gruodžio 1 d. akcija-protmūšis „Pasaulinės AIDS dienos minėjimas“ 9–10 kl.	2022–2026 m.	Sveikatos priežiūros specialistas, fizinio ugdymo mokytojas, pagalbos mokiniui specialistai
8.6.	Pamoka „Rūkymo žala sveikatai ir atsakomybė“ (kartu su policijos pareigūnu)	2022 m.	Sveikatos priežiūros specialistas
8.7.	Pedikuliozės prevencija	Kiekvienais mokslo metais	Sveikatos priežiūros specialistas
8.8.	Ugdymo turinio atitikties analizės atlikimas	Kiekvienais metais birželio	Direktoriaus pavadootojas

		mėn.	ugdymui
Laukiamas rezultatas – sveikatos ugdymas, vykdomas formaliosios ir neformaliosios veiklos metu, atitiks ir tenkins mokinių poreikius, mokiniai įgis daugiau sveikos gyvensenos įgūdžių, jie taps kasdieniais įpročiais, mažės sergamumas, bendruomenėje keisis požiūris į sveiką gyvenseną, tai padės virsti įpročiu sveikai gyventi, tausoti savo ir kitų sveikatą.			
6-a veiklos sritis. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos sklaida ir tęstinumo laidavimas.			
9. Skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį spaudoje, internete, soc. partneriams. 10. Skatinti mokyklos bendruomenę tęsti sveikatinimo veiklą bei siekti priklausyti sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo nare.			
9.1.	Informacijos apie sveikos gyvensenos veiklą Mokykloje talpinimas Mokyklos interneto svetainėje, mokyklos „Facebook“ paskyroje, TAMO dienyne ir kt.	2022–2026 m.	Direktorius ir SUG
9.2	Sveikos gyvensenos stendo atnaujinimas ir informacijos nuolatinis pateikimas.	2022–2026 m.	SUG
9.3	Informacijos sklaida spaudoje ir sveikatą stiprinančių mokyklų tinkle.	2022–2026 m.	Direktorius ir SUG
9.4	Bukletų ir lankstinukų rengimas ir viešinimas.	2022–2026 m.	SUG ir pagalbą mokiniui teikiantys specialistai
9.5	Mokyklos bendruomenės susirinkimų sveikos gyvensenos klausimais organizavimas.	2022–2026 m.	Direktorius
9.6.	Informacijos sklaida Mokyklos bendruomenės nariams elektroniniame dienyne ir elektroniniais laiškais.	2022–2026 m.	Direktorius
10.1.	Sveikos gyvensenos stiprinimo programos įgyvendinimo įsivertinimas ir naujos programos rengimas.	2026 m.	Direktorius
Laukiamas rezultatas – informacija apie Mokyklos sveikos gyvensenos veiklą, pasidalinimas gerąja patirtimi bus skleidžiamas rajono, šalies įstaigoms, socialiniams partneriams. Pedagogai labiau domės naujovėmis, sistemingai dalyvaus ir skleis sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos gerąją patirtį rajono ir šalies renginiuose. Bus užtikrintas Sveikos gyvensenos stiprinimo programos įgyvendinimas bei tęstinumas.			

X. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

17. Sveikos gyvensenos stiprinimo programa įtraukiama į Mokyklos strateginius, metinius, klasės vadovų veiklos planus, detalizuojama, parenkamos konkrečios veiklos ir priemonės jai įgyvendinti. Sveikos gyvensenos klausimai aptariami savivaldos institucijose: Mokytojų ir Mokinių tarybose, Tėvų komitete. Programos įgyvendinimui pasitelkiami mokiniai, jų tėvai, mokytojai, pagalbos mokiniui specialistai, aptarnaujantis personalas, soc. partneriai.

18. Už Programos įgyvendinimo atsakinga Sveikatos ugdymo grupė, kuriai vadovauja Mokyklos direktorius, ir kurios sudėtis atnaujinama kiekvienais metais.

XI. SVEIKOS GYVENSENOS STIPRINIMO VEIKLOS VERTINIMAS

19. Sveikos gyvensenos stiprinimo veiklos vertinimas atliekamas kasmet. Veiklos vertinimą koordinuoja Mokyklos direktorius. Vertinimas atliekamas šiais metodais: dokumentų analizavimas; bendruomenės aktyvumas įgyvendinant sveikatos stiprinimo priemones; Mokyklos pedagogų ir pagalbos mokiniui specialistų kvalifikacijos kėlimas ir gerosios patirties sklaida; parengtos metodinės rekomendacijos sveikos gyvensenos ugdymui, kasdienės veiklos planavimui; bendruomenės narių anketavimas, veiklos planavimo analizė; mokinių sergamumo analizė; Mokyklos veiklos kokybės įsivertinimas; diskusijos, stebėjimai, pokalbiai, atsiliepimai, nuomonės ir kt.

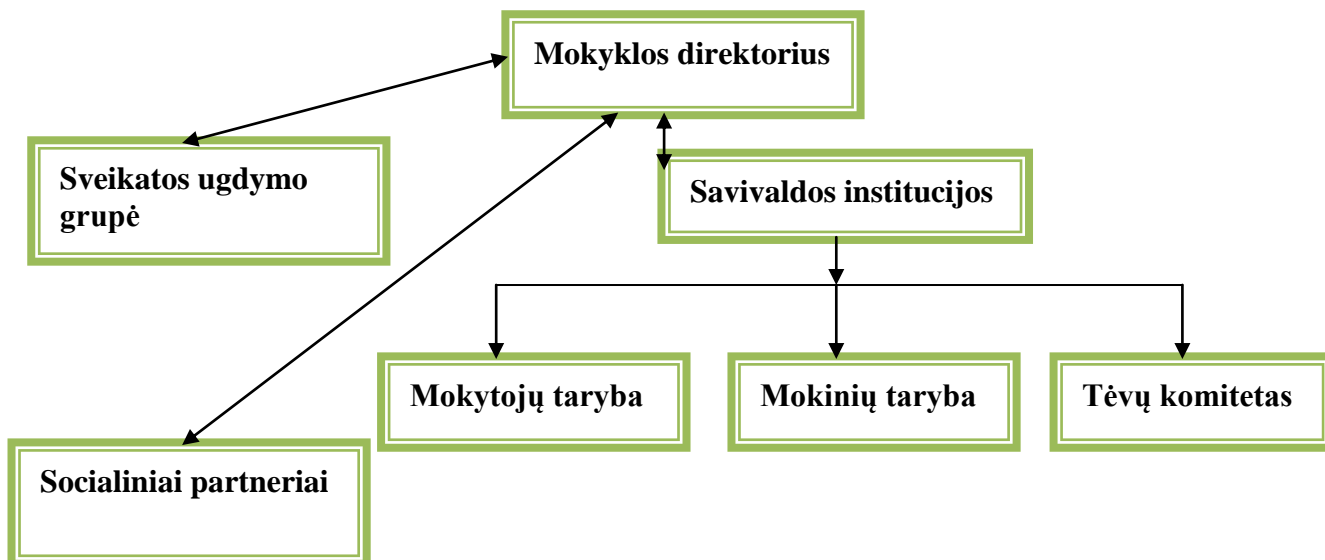
XII. PROGRAMOS FINANSAVIMAS

20. Programai įgyvendinti skiriamos savivaldybės biudžeto ir valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos (Mokymo lėšos), Europos sąjungos (projektams įgyvendinti), Mokyklos rėmėjų lėšos.

XIII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

21. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, programos įgyvendinimą, metinį veiklos planą ir strateginį planą, Programa gali būti koreguojama. Programos koregavimą inicijuoja SUG.

Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra



SVEIKOS GYVENSENOS UGDYMO MODELIS

