2018–2019 mokslo metų Klaipėdos rajono Veiviržėnų

Jurgio Šaulio gimnazijos veiklos programa 18 priedas

**KLAIPĖDOS RAJONO SAVIVALDYBĖS VISUOMENĖS SVEIKATOS BIURAS**

**VEIVIRŽĖNŲ JURGIO ŠAULIO GIMNAZIJOS**

**VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS SPECIALISTO**

**VEIKLOS PLANAS**

**2018**–**2019 m. m.**

Parengė: Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro

Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Birutė Grevienė

**Mokyklos apibudinimas, situacijos analizė:**

2017–2018 mokslo metais gimnazijoje mokėsi 283 mokiniai, Pėžaičių pradinio ugdymo skyriuje – 14 1-4 kl.mokinių bei ikimokyklinio ir priešmokyklinio ugdymo skyriuje – 70 ugdytinių. Viso Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijoje ugdomi 367 ugdytiniai. Dirba 45 pedagogai ir 34 aptarnaujančio personalo. Pirmos pagalbos ir higienos įgūdžių privalomieji mokymai yra išklausyti ir išklausomi tik pasibaigus jų galiojimui. Gimnazija turi higienos pasą. Vieną kartą metuose atliekamas Nacionalinio sveikatos centro Gargždų skyriaus patikrinimas gimnazijoje ir jos padaliniuose higienos normų atitikties įvertinimui. Į centro specialistų pastabas yra reaguojama operatyviai.

Mokykloje skiriamas pakankamas dėmesys sveikatinimui: užtikrinama sveika fizinė ir socialinė aplinka, siekiama glaudaus bendradarbiavimo su mokinių tėvais. Sveikatos priežiūra mokykloje vykdoma planingai, veiklos priemonės įtrauktos į mokyklos metines veiklos programas, atsižvelgiant ir analizuojant bendruomenės poreikius ir prioritetus.

Siekiant rezultato dirbama sveikos mitybos, burnos higienos ir ėduonies profilaktikos, socialinių įgūdžių, psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencijos bei kitose sveikatos saugos srityse.

Mokykloje taikomi šiuolaikiniai mokymo metodai, formos: akcijos, pamokos, diskusijos, praktiniai užsiėmimai, konsultacijos, integruotos pamokos, rengiami stendai, platinami lankstinukai, organizuojami renginiai, mokiniai dalyvauja rajoniniuose sveikatinimo renginiuose. Gimnazijoje susikūręs sveikatos ambasadorių klubas, kurie vykdo įvairias veiklas. Efektyvu, kada į sveikatinimo veiklą įsijungia patys mokiniai: mokosi ir moko kitus. Tai, ką atrandame patys, turi prasmę, nes išlieka mumyse. Aktyvaus mokymosi ir netradiciniai darbo metodai orientuojami į moksleivių kritinį mąstymą, problemų sprendimą, žinių atradimą patiems. Stengiamasi mokymą keisti į mokymąsi.

Tėvai užtikrina savu laiku atliekamą vaikų profilaktinį sveikatos patikrinimą. Analizuojant penkių mokslo metų pateiktų pažymų duomenis, daroma išvada, kad F-027-1/a į ugdymo įstaigas pristatomos 100% (aišku, būtinas priminimas vaikams, tėvams), glaudžiai bendradarbiaujant su pirminės sveikatos priežiūros centrais, klasių vadovais.

Vyraujanti vaikų sveikatos problema yra regos sistemos sutrikimai, kuriuos nulemia genetika, per didelis krūvis, tenkantis akims: ilgas darbas kompiuteriu, ilgas televizoriaus žiūrėjimas, žaidimai telefonu. Pastebima tendencija, kad į pirmą klasę mokiniai ateina su regos sutrikimais, kitas susilpnėjusio regėjimo šuolis stebimas 5-9 klasėse. Kraujotakos sistemos sutrikimai turi tendenciją tai mažėti, tai didėti. Skeleto-raumenų sistemos sutrikimus lemia spartus vaikų augimas tam tikrais periodais. Mokinių kvėpavimo sistemos sutrikimams įtakos turi įgimtos kvėpavimo sistemos patologijos bei ūminių susirgimų komplikacijos. Vaikams nervų sistemos sutrikimus dažnai nulemia patiriama įtampa mokykloje ir namuose, stresas, didelis mokymosi krūvis. Atsiradus privalomoms odontologų patikroms, stebima didelė vaikų dantų karieso problema.

**Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijos mokinių sveikatos problemų pokytis 2015-2017 m. m.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **2015 m.** | | **2016 m.** | | **2017 m.** | | **2018 m.** | |
| Mokinių skaičius mokslo metais | **387** | | **357** | | **345** | | **367** | |
| Sutrikimą turinčių vaikų skaičius( n) | Procentinė dalis  ( %) | Sutrikimą turinčių vaikų skaičius( n) | Procentinė dalis  ( %) | Sutrikimą turinčių vaikų skaičius( n) | Procentinė dalis  ( %) | Sutrikimą turinčių vaikų skaičius (n) | Procentinė dalis ( %) |
| **Regos sutrikimai** | **139** | **35,91** | **118** | **33,05** | **128** | **37,10** | **125** | **34,05** |
| Kraujotakos sistema | **24** | 6,20 | **21** | 5,88 | **16** | 4,63 | 13 | 3,54 |
| Kvėpavimo sistema | **23** | 5,94 | **19** | 5,32 | **24** | 6,95 | 25 | 6,81 |
| Nervų sistema | **25** | 6,45 | **27** | 7,56 | **21** | 6,08 | 22 | 5,99 |
| Skeleto-raumenų sistema | **23** | 5,94 | **19** | 5,32 | **16** | 4,63 | 13 | 3,54 |
| **Dantų ligos** | **113** | **29,19** | **125** | **35,01** | **257** | **74,49** | **214** | **58,31** |
| Endokrininė sistema | **12** | 3,1 | **10** | 2,8 | **8** | 2,31 | 5 | 1,36 |
| Virškinimo sistema | **6** | 1,55 | **6** | 1,68 | **6** | 1,73 | 4 | 1,08 |
| Urogenitalinė sistema | **5** | 1,29 | **5** | 1,4 | **4** | 1,15 | 3 | 0,81 |

Mokinių sveikatos problemos eilę metų išlieka tos pačios: regos sutrikimai, kvėpavimo sistemos negalavimai, kraujotakos sistemos sutrikimai, nervų sistemos ligos, dantų kariesas. Žymesnio negalavimų didėjimo nestebima, skaičiai svyruojantys dėl mažėjančio bendro mokinių skaičiaus. Visiškai sveikų vaikų 2014/2015 mokslo metais buvo 90 ugdytiniai; 2015/16 mokslo metais-79 ugdytiniai ; 2016/2017m.m.- 88 ugdytiniai; 2017/2018 m.m.-102 ugdytiniai. Vaikų dantų karieso problema mažina visiškai sveikų vaikų skaičių. Opi problema vaikų burnos sveikatos priežiūros profilaktika, tėvų atsainus požiūris ir vaikų burnos sveikatos priežiūros paslaugų prieinamumas.

**Mokinių gyvensenos tyrimas. 2008 m., 2011m., 2014 m. 2016 m., 2017 m. Pokyčiai.**

Visuomenės sveikatos biuro specialistės atlikto tyrimo tikslas – geriau pažinti jaunų žmonių gyvenseną, elgesį ir sveikatą, taip pat siekiama įvertinti mokinių gyvensenos ir sveikatos pokyčius tarp mokyklų, juos lyginant su Kkaipėdos rajono vidurkiu. Pagrindinis tyrimo metodas – anoniminė anketinė apklausa. Mokinių prašoma atsakyti į klausimus apie jų savijautą, sveikatai žalingus įpročius, mitybą, nelaimingus atsitikimus, santykius su tėvais, mokytojais ir draugais, šeimos ir mokyklos aplinką, apie narkotikų vartojimą, lytinę elgseną.

2016 metų tyrimo išvadose fiksuojamas fiziškai aktyvių mokinių padaugėjimas. Padaugėjo mokinių saugiai besielgiančių kelyje, einant pėsčiomis ar važiuojant automobiliu. Mažėja mokinių saugumo jausmas mokykloje, padidėjo patyčių, alkoholio vartojimas ir rūkymas. Analizuojant rūkymo dažnį pagal klases, daugiau rūkė vyresniųjų klasių mokinių. Išlieka neigiami mokinių mitybos įpročiai.

2017 metų tyrimas parodė, kad Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijos apklausti mokiniai teigiamai vertina pokyčius mityboje (mokykla pasirinko sveikatai palankią mitybą), daugiau negu rajono vidurkis vartoja vaisių ir daržovių, pakito cukraus suvartojamas kiekis lyginant su 2016 m. apklausos rezultatais. Nedaug skiriasi fizinio aktyvumo apimtys, lyginant kitų metų duomenis. Kaimo vaikai daugiau juda, jų laisvalaikis aktyvesnis, nors laikas praleistas prie kompiuterio beveik sutampa su rajono vidurkiu. Džiugina, kad sumažėjo svaigių silpnų gėrimų vartojančių, taip pat mažesnis rūkančių ar bandžiusių narkotines medžiagas skaičius. Lytinė elgsena atitinka apklaustųjų amžių, 97 procentai mokinių atsako neturėję lytinių santykių. Tyrimo duomenys pateikiami mokyklos bendruomenei, panaudojami mokykloje, ugdant mokinių sveikatą.

**Sveikatos stiprinimo SSGG analizė**

Analizė parengta, vadovaujantis gimnazijos strateginiu planu ir visuomenės sveikatos priežiūros specialistės išvadomis.

**Stiprybės:** aukštos kvalifikacijos pedagogai ir kiti specialistai**;** E-dienynas ir betarpiškas tiesioginis ar telefoninis bendravimas taikomas mokyklos bendruomenės informavimui; puoselėjamos tradicijos, rengiamos teminės, proginės šventės; atvira, svetinga bei jauki aplinka. Gimnazija užtikrina saugias mokymosi ir bendravimo sąlygas: pagarba vienas kitam tarp mokinių, mokytojų ir kitų mokyklos darbuotojų 2018/19 mokslo metais planuojama pradėti „Visos dienos mokykla“ idėją su visu paslaugų paketu mokinio užimtumui, laisvalaikiui.

**Silpnybės**: Kai kuriose klasėse silpnos mokymosi kompetencijos ir nepalankus mikroklimatas. Tarp mokinių yra patyčių.

**Galimybės**: Kurti patrauklios, šiuolaikiškos mokyklos įvaizdį. Rašyti ir vykdyti projektus.

**Grėsmės**: mažėja mokinių skaičius ir klasių komplektų skaičius; daugėja specialiųjų poreikių turinčių mokinių; daugėja stebimų, rizikos šeimu; prastėja mokinių pasiekimai; tėvų bedarbystės ir emigracijos didėjimas daro įtaką socialinių problemų atsiradimui.

**Tolimasis tikslas:**

* Formuoti teigiamą vaiko nuostatą ir įgūdžius į sveikatą ir ją stiprinančius veiksnius gilinant žinias apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo būdus.

**Artimieji tikslai**:

1. Ugdyti asmenį, motyvuotą sveikai gyventi, nevartoti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų.
2. Vykdyti visuomenės sveikatos rizikos veiksnių stebėseną ir prevenciją.

Uždaviniai:

1. Stebėti ar mokykloje sudaromos palankios sveikatos ugdymui(si) ir higienos normas atitinkančios sąlygos: fizinės aplinkos sąlygos poilsiui, aktyviai fizinei veiklai, maitinimuisi pagal sveikos mitybos principus, rūpinimasis patalpų vėdinimu, apšvietimu.
2. Suteikti žinių apie sveikatą ir ugdyti sveikos gyvensenos įgūdžius (burnos higiena, mityba, fizinis aktyvumas).
3. Suteikti žinių apie pirmosios pagalbos teikimą.
4. Teikti individualias konsultacijas tėvams (pirmenybė I klasės) dėl vaikų sveikatos stiprinimo ir stebėti šių rekomendacijų įgyvendinimą.
5. Suteikti žinių apie lytiškumą ir ugdyti atsakingą lytinę elgseną,ugdyti gebėjimus, skatinančius nevartoti alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų, prireikus kreiptis pagalbos ir konstruktyviai spręsti problemas.
6. ORGANIZACINĖS PRIEMONĖS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Priemonė | Laikas  (mėnuo) | Vykdytojas | Partneriai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros veiklos plano rengimas ir pristatymas Biurui ir ugdymo įstaigai. | 2018-09-05 | VSPS | Administracija | Parengtas, suderintas ir patvirtintas planas -1 |
| 2. | Pristatyti - nagrinėti sveikatos klausimus Vaiko gerovės komisijos veikloje | 2018-10  2019-03 | VSPS | Administracija | Dalyvių skaičius – 5  Susirinkimų skaičius – 2 |
| 3. | Pristatyti vaikų sveikatos klausimus tėvų/globėjų susirinkimuose. | Per mokslo metus | VSPS | Administracija | Dalyvių skaičius – 50  Susirinkimų skaičius – 2 |
| 4. | Darbuotojų sveikatos patikrinimų registracija ir kontrolė, informacijos pateikimas ugdymo įstaigai | Per mokslo metus | VSPS | Už darbo saugą atsakingas asmuo | Registracija.  Informacijos pateikimas – 2 (per mokslo metus) |

1. MOKINIŲ SVEIKATOS STEBĖJIMAS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Priemonė | Laikas  (mėnuo) | Vykdytojas | Partneriai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Mokinių profilaktinių patikrinimų stebėjimas, registravimas, analizė, sveikatingumo priemonių nustatymas. Išvadų ir rekomendacijų pateikimas ugdymo įstaigos bendruomenei. | 2018-09/10  2019-03/05 | VSPS | Klasių vadovai  Specialusis pedagogas, socialinis pedagogas, psichologas | Sukauptų duomenų skaičius-370  Pateiktų išvadų skaičius-2  Pateiktų rekomendacijų skaičius-20 |
| 2. | Pateikti pedagogams ASPĮ gydytojų rekomendacijas dėl mokinių sveikatos ir koordinuoti rekomendacijų vykdymą. | Per mokslo metus | VSPS | Klasių vadovai | Pateiktų rekomendacijų skaičius –20 |
| 3. | Mokinių sąrašų sudarymas pagal mokinių fizinį pajėgumą, pateikimas bei konsultacijos kūno kultūros mokytojams. | 2018-09/10  2019-03/05 | VSPS | Kūno kultūros mokytojai, I-IV klasių mokytojai, choreografijos mokytoja | Sąrašai – 9  Konsultacijų skaičius – 9 |
| 4. | Pirmosios pagalbos teikimas ir koordinavimas, pirmosios pagalbos priemonių kontrolė. | Per mokslo metus | VSPS | Administracija | Pirmos pagalbos atvejų skaičius |
| 5. | Mokinių asmens higienos patikros. | Per mokslo metus | VSPS | Klasių, grupių vadovai | Tikrinimų skaičius –20 |
| 6. | Esant užkrečiamos ligos židiniui ar protrūkiui įgyvendinti kontrolės priemones. | Per mokslo metus esant poreikiui | VSPS | Ugdymo įstaigų bendruomenės | Priemonių skaičius pagal situaciją |
| 5. | Traumų ir nelaimingų atvejų registravimas, analizė. Rekomendacijų teikimas ugdymo įstaigai. | Per mokslo metus | VSPS | - | Registruotų atvejų skaičius  Rekomendacijų skaičius ( pagal situaciją). |

1. APLINKOS VEIKSNIŲ STEBĖJIMAS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Priemonė | Laikas  (mėnuo) | Vykdytojas | Partneriai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Mokyklos aplinkos dėl atitikties visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimams vertinimas (patalpų apšvietimas, patalpų mikroklimato režimas, suolų būklė ir mokinių susodinimas, ugdymo patalpų ir stadiono būklė, patalpų valymas), rekomendacijų pateikimas ugdymo įstaigai. | 2018-09/12  2019-01/06 | VSPS | Administracija  Klasių vadovai | Patikrų skaičius - 9  Rekomendacijų skaičius - 9 |
| 2. | Mokinių mitybos organizavimo priežiūra (teisės aktų nustatyta tvarka) , konsultacijos darbuotojams atsakingiems už mokinių maitinimą (sveikos mitybos ir maisto saugos klausimais). | Ne rečiau nei 2 savaitės | VSPS | Administracija | Patikrinimų skaičius - 16 |

1. SVEIKATOS ŽINIŲ POPULIARINIMAS IR ŠVIETIMAS

SVEIKATOS MOKYMAS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
|  | Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija | Pamokėlės “Žalingi įpročiai“ pagal LR Švietimo ir mokslo ministro įsakymu 2006-03-17, Nr.ISAK-494 patvirtintą programą.  Temos pagal amžių iš prevencinės programos 1priedas | Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius | 2018-11 | Klasių, grupių vadovai, dalykų mokytojai | VSPS | Mokoma(si) skirti sveikos gyvensenos ir žalingus įpročius.  Skatinamas gebėjimas vengti pasyvaus rūkymo pavojaus.  Formuojami sveikos gyvensenos įgūdžiai.  Ugdomas gebėjimas vengti bendrauti su išgėrusiais asmenimis ir atsispirti smalsumui ar kitų siūlymams paragauti alkoholinių gėrimų. | Pamokų skaičius-3  Dalyvių skaičius-40 |
|  | Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija | Pamokėlės “Žalingi įpročiai“ pagal LR Švietimo ir mokslo ministro įsakymu 2006-03-17, Nr.ISAK-494 patvirtintą programą.  Temos pagal amžių iš prevencinės programos 1priedas | 1–4 kl. | 2018-11 | Klasių, grupių vadovai, dalykų mokytojai | VSPS | Ugdomas gebėjimas diskutuoti apie rūkymo žalą.  Mokomasi saugotis pasyvaus rūkymo ir gebėti atsispirti siūlymams parūkyti.  Diskutuojant padedama suprasti alkoholio žalą, vartojimo priežastis ir ugdomas gebėjimas atsisakyti, jei siūloma paragauti alkoholinių gėrimų.  Skatinama nebijoti ir kreiptis pagalbos, jei šeimoje kyla problemų dėl alkoholinių gėrimų vartojimo. | Pamokų skaičius-4  Dalyvių skaičius-50 |
|  | Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija | Pamokėlės “Žalingi įpročiai“ pagal LR Švietimo ir mokslo ministro įsakymu 2006-03-17, Nr.ISAK-494 patvirtintą programą.  Temos pagal amžių iš prevencinės programos 1priedas | 5–8 | 2018-12 | Klasių, grupių vadovai, dalykų mokytojai | VSPS | Skatinama susimąstyti ir įvertinti, kokią žalą gali padaryti rūkymas, ir priimti tinkamą sprendimą dėl rūkymo, gebėti atsispirti bendraamžių spaudimui.  Skatinama suvokti ir įvertinti asmeninę riziką, kurią gali sukelti alkoholio vartojimas.  Ugdomi gebėjimai prisiimti atsakomybę už savo elgesį, rūpintis aplinkinių žmonių saugumu ir atsispirti aplinkinių siūlymams vartoti alkoholį.  Skatinamas gebėjimas  įvertinti psichiką  veikiančių medžiagų  asmeninę riziką (mokymuisi, elgesiui, sveikatai ir pan.) ir prisiimti atsakomybę už savo elgesį.  Ugdomi gebėjimai konstruktyviai spręsti paauglystėje kylančias problemas. | Pamokų skaičius-4  Dalyvių skaičius-40 |
|  | Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija | Pamokėlės “Žalingi įpročiai“ pagal LR Švietimo ir mokslo ministro įsakymu 2006-03-17, Nr.ISAK-494 patvirtintą programą.  Temos pagal amžių iš prevencinės programos 1priedas | 9–12 | 2019-05 | Klasių, grupių vadovai, dalykų mokytojai | VSPS | Ugdomi gebėjimai rūpintis savo, draugų, šeimos narių fizine ir psichine sveikata.  Skatinama argumentuotai diskutuoti apie „mitus ir faktus“ dėl rūkymo.  Ugdomas kritinis mąstymas ir gebėjimas įvertinti situacijas, skatinančias rūkyti.  Padedama aktyviai įsitraukti į rūkymo prevenciją.  Skatinamas gebėjimas kreiptis konsultacijų ir pagalbos dėl emocinių ir su rūkymu susijusių problemų.  Komentuojant teisės aktus mokomasi analizuoti viešąją informaciją, susijusią su rūkymu.  Ugdomi gebėjimai kritiškai vertinti elgesį, susijusį su alkoholio vartojimu, ir jį vartoti skatinančius veiksnius (reklamą, socialinį spaudimą ir kt.).  Komentuojant teisės aktus mokomasi kritiškai vertinti viešąją informaciją, susijusią su alkoholio vartojimu.  Pagal galimybes skatinama įsitraukti į prevencijos veiklą.  Diskutuoti apie „mitus ir faktus“ dėl psichiką veikiančių medžiagų vartojimo.  Ugdomi gebėjimai kritiškai vertinti elgesį, susijusį su psichiką veikiančių medžiagų vartojimu, skatinimu bei platinimu, ir atsakomybe už savo elgesį.  Skatinama ieškoti psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos būdų. | Pamokų skaičius – 4  Dalyvių skaičius-40 |
| 1. . | Ėduonies profilaktika ir burnos higiena | Dantų priežiūra, burnos higiena | Ikimokyklinis ir priešmokyklinis amžius | 2018-10/12 | Klasių, grupių vadovai | VSPS | Formuojasi kasdienius švaros ir tvarkos įgūdžius ir įpročius, padedamas suaugusiųjų, nusako asmens higienos ir aplinkos svarbą sveikatai. | Pamokėlių ir praktinių užsiėmimų skaičius – 3  Dalyvavusių skaičius – 40 |
|  | Ėduonies profilaktika ir burnos higiena | Dantų priežiūra, burnos higiena | 1–2 kl. | 2018-10/12 | Klasių, grupių vadovai | VSPS | Rūpinasi savo kūno ir aplinkos švara, laikosi elementarių asmens higienos reikalavimų, skatinamas suaugusiųjų, pateikia aplinkos veiksnių įtakos sveikatai pavyzdžių. | Pamokėlių ir praktinių užsiėmimų skaičius –2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Ėduonies profilaktika ir burnos higiena | Dantų priežiūra, burnos higiena | 3–4 kl. | 2018-10/12 | Klasių, grupių vadovai | VSPS | Rūpinasi savo kūno ir aplinkos švara, laikosi elementarių asmens higienos reikalavimų, skatinamas suaugusiųjų, pateikia aplinkos veiksnių įtakos sveikatai pavyzdžių. | Pamokėlių ir praktinių užsiėmimų skaičius –2 Dalyvavusių skaičius - 30 |
|  | Fizinis aktyvumas | Fizinis aktyvumas | 5–6 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Nusako, kaip galima būti fiziškai aktyviam /  judriam kiekvieną dieną, įvairiose aplinkose ir  paaiškina, iliustruodamas pavyzdžiais, kad  kasdieniams judėjimo poreikiams tenkinti nėra  būtina speciali įranga ir priemonės. | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Fizinis aktyvumas | Fizinis aktyvumas | 7–8 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Apibūdina fizines veiklas, kurios naudingos  raumenų jėgai, ištvermei, kūno lankstumui,  grakštumui, širdies kraujagyslių, kvėpavimo,  imuninei ir kitų sistemų pajėgumui palaikyti ir (ar) stiprinti. | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Sveika mityba ir nutukimo prevencija | Sveika mityba | 9–10 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Paaiškina, kad fizinis aktyvumas naudingas visų organizmo sistemų normaliam vystymuisi, jėgai, ištvermei, lankstumui didinti, optimaliai kūno  masei ir formoms palaikyti, lėtinių ligų rizikaimmažinti, psichikos sveikatai ir socialinei gerovei.  Išmano pagrindinius principus, būdus didinti  organizmo pajėgumą, kūno jėgą, ištvermę,  lankstumą. | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena | Asmens higiena | Ikimokyklinukai ir PUG | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Formuojasi kasdienius švaros ir tvarkos įgūdžius ir įpročius, padedamas suaugusiųjų, nusako asmens higienos ir aplinkos svarbą sveikatai. | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai | Dienos rėžinas | 1–2 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Nurodo, kurie būdai ir priemonės padeda saugoti ir stiprinti regą ir klausą, o kurie kenkia. Pateikia pavyzdžių, kaip reikia saugoti regėjimą ir klausą (darbo laikas, pertraukos, atstumas, apšvietimas ir kt.). | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai | Dienos rėžinas | 3–4 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Nusako, kodėl norint būti sveikam ir gerai jaustis reikia laikytis miego, mokymosi ir laisvalaikio ritmo.  Nusako savo dienos ritmą, galimybes jį planuoti sveikatai palankia linkme. | Pamokų skaičius – 2  Dalyvavusių skaičius – 30 |
|  | Psichikos sveikata (smurto, patyčių prevencija, streso kontrolė ir kt.) | Smurto, patyčių prevencija | 9–10 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Apibūdina savo asmens tapatumą, individualumą, unikalumą. Nusako savo temperamentą ir charakterį, apibūdina charakterio ypatybes, pranašumus ir trūkumus. Aptaria tvirto charakterio ugdymo būdus. Nurodo savo pranašumus ir paaiškina, kaip remiantis jais kompensuoti trūkumus. |  |
|  | Psichikos sveikata (smurto, patyčių prevencija, streso kontrolė ir kt.) | Smurto, patyčių prevencija | 11 | 2018/2019 | Grupių, klasių vadovai | VSPS | Apibūdina savo asmens tapatumą, unikalumą.  Svarsto, kiek asmens savivertei turi įtakos  išoriniai veiksniai.  Nurodo savimi pasitikinčio, turinčio teigiamą  savivertę asmens bruožus.  Nurodo, kurios jo charakterio savybės padeda ar  trukdo savarankiškai priimti sprendimus,  atsakingai elgtis.  Nusako galimus charakterio ugdymo būdus |  |
|  | Lytiškumo ugdymas | Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa (Patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016 m. spalio 25 d. įsakymu Nr. V-941) | 1–12 kl. | 2018/ 2019 | Klasių vadovai, dalykų mokytojai | VSPS | Kasdien sąmoningai, atsakingai ir nuosekliai renkasi sveiko gyvenimo būdą įvairiose, taip pat ir nepalankiose aplinkose. Numato sveikatos problemų sprendimo alternatyvas.  Pateikia pavyzdžių, kokios situacijos yra rizikingos, ir kada reikia būti itin atsargiam.  Nurodo būdus, kaip galima nesileisti įtraukiamam į pavojingas situacijas, veiklas.  Nurodo, į ką galėtų kreiptis pagalbos prireikus.  (iš programos 1 priedo) | Pamokų skaičius – 15  Dalyvavusių skaičius – 270 |
|  | Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija | Pirma pagalba  Pagal LR Švietimo ir mokslo ministro įsakymu patvirtintą Žmogaus saugos bendrają programa  2012-07-18 V-1159 | 5–10 |  | Klasių vadovai | VSPS | Mokiniai gebės:  kreiptis pagalbos  ištikus nelaimei.  mokės stabdyti  kraujavimą iš nosies.  Mokės elementariai  sutvarkyti įdrėskimą,  nubrozdinimą. | Užsiėmimų sk.-9  Dalyvių sk.- 70 |

1. RENGINIAI

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Ėduonies profilaktika ir burnos higiena | Konkursas „Sveiki dantys“  (tarpmokyklinis) | 3 kl. | 2018-10 | Klasės vadovas  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas | VSB | Mokiniai pagilins žinias apie burnos sveikatą | Renginių skaičius-1  Deleguojamų dalyvių skaičius - 5 |
| 2. | Sveikas žmogus | Renginys Pasaulinei sveikatos dienai „Mokiniai mokiniams – mokomės gyventi sveikai“ | 1–11 kl. | 2019-04 | Klasių vadovai | VSPS | Ugdysis gebėjimą įvertinti rizikos laipsnį. Gebės analizuoti sveikos elgsenos naudą | Renginių skaičius – 1  Dalyvavusių skaičius – 230 |
| 3. | Sveika mityba | Projektas „Nuo sėklos iki stalo“ | 5–7–9 klasių mok. | 2019-04 | Klasių vadovai  Gamtos, biologijos, technologijos mokytojai | VSPS | Moksleiviai suvoks sveikos mitybos svarbą, ugdomi  atsakingos mitybos principai ir įpročiai. | Renginys – 1  Dalyvavusių ugdytinių skaičius – 120 |
| 4. | Aukime sveiki | Konkursas „Sveikuolių sveikuoliai“ | Amžiaus grupės pagal nuostatus | 2018 10-12 | VSPS, klasių vadovai | VSB | Ugdomi gebėjimai įvertinti asmeninę atsakomybę už savo ir kitų sveikatą | Deleguojamų mokinių ir grupių sk. |

\

1. STENDAI, LANKSTINUKAI

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Stendai  Asmens ir burnos higiena, mityba, fizinis aktyvumas, psichoaktyviosios medžiagos, užkrečiamos ligos, traumos, psichikos sveikata, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai | Temos pagal PSO minimas dienas bei iškilusius poreikius | Mokyklų bendruomenė | 2018/2019 | - | VSPS | Informacijos prieinamumas.  Įgis daugiau žinių sveikatos klausimais | Pavadinimų skaičius-9  Tiražas - 27 |
| 2. | Lankstinukai „Sveika mityba- sveikas vaikas“. „Maisto produkto etiketė“.  ,,Gripas“ ,,Nerimas”, „Kad mokslai nekenktų sveikatai“, „ Triukšmas“, „Profilaktiniai skiepai“, „Saugokime vaikučių dantukus“, „Naudokis telefonu saugiai“, „Ką reikia žinoti apie vaisius, daržoves“ . | Lankstinukai | Mokiniai  Tėvai  Mokytojai | 2018/2019 | VSB | VSPS | Sveikatos žinių sklaida.  Įgis daugiau žinių sveikatos saugojimo klausimais | Pavadinimų skaičius – 10  Tiražas – 50 |

KONSULTACIJOS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai | F-027-1/a, psichoaktyvių medžiagų vartojimo prevencija, fizinis aktyvumas, sveika mityba, darbo ir poilsio režimas, psichikos sveikata, stresas, pervargimas, traumų profilaktika, asmens ir burnos higiena ir kiti klausimai pagal poreikį. | 10–12 kl. mok | 2018/2019 | Klasių vadovai | VSPS | Akcentuojami sveikos gyvensenos klausimai. | Dalyvių skaičius – 50  Konsultacijų skaičius – 20 |
| 2. | Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai | F027-1/a, asmens higiena ir užkrečiamų ligų profilaktika, burnos higiena ir ėduonies profilaktika, mokyklinė vaiko adaptacija, vaiko darbo ir poilsio režimas, dienos režimas ir kiti klausimai pagal poreikį. | Ikimokyklinių, priešmokyklinių, pradinukų tėvai  Su kitų vaikų tėvais – pagal poreikį | 2018/2019 | Klasių, grupių vadovai | VSPS | Ugdomi gebėjimai suprasti fizinę, emocinę ir socialinę sveikatą, teisę į sveikatą ir atsakomybę už ją savo ir vaikų atžvilgiu. | Konsultacijų skaičius – 20  Dalyvių skaičius – 40 |

1. TYRIMAI, APKLAUSOS

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Sergamumo duomenų rinkimas gripo epidemijos metu. | Gripas | Ikimokyklinė ir priešmokyklinė grupės, I-XII kl. | Epidemijos metu | Administracija, klasių vadovai | VSPS | Stebima mokyklos epidemiologinė situacija | Rezultatai |
| 2. | Narkotinių medžiagų aptikimas aplinkoje | Tyrimas | Mokyklos bendruomenė | 2018/2019 | Administracija | VSB | Stebima mokyklos aplinka | Rezultatas |

1. PROJEKTAI

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr. | Poveikio sritis | Tema | Tikslinė grupė | Laikas  (mėnuo) | Partneriai | Vykdytojas | Numatomi rezultatai | Įvertinimo kriterijai |
| 1. | Lytiškumo ugdymas | Lyčių brendimo programa „Tarp mūsų mažųjų moterų“ | VI klasės mergaitės | 2018-12 | VSPS | Numatyti projekte | Suvoks fizinius ir emocinius pokyčius lytinio brendimo laikotarpiu, ugdysis sveikus asmens higienos įpročius, | Dalyvavusių skaičius – 9 |
| 2. | Vaikų dantų ėduonies profilaktika | Programa ,,Sveiki dantys“. | I–IV kl. | 2018-10 | Klasių vadovai  VSPS | VSB | Įgys žinių burnos ir asmens higienos klausimais | Deleguojamų į konkursą sk. - 5 |

SUDERINTA:

Klaipėdos rajono savivaldybės

visuomenės sveikatos biuro direktorė

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Parašas

Neringa Tarvydienė

2018-09-05