PATVIRTINTAKlaipėdos r. Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijos  
direktoriaus 2019 m. vasario 25 d.  
įsakymu Nr. V-26

PRITARTA

Gimnazijos tarybos posėdžio 2019-02-22

posėdžio nutarimu Nr. V3-2

**KLAIPĖDOS R. VEIVIRŽĖNŲ JURGIO ŠAULIO GIMNAZIJA**

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA

„GYVENKIME SVEIKIAU“

PARENGĖ  
direktoriaus pavaduotoja ugdymui  
Jurgita Rudienė

**Veiviržėnai, 2019 m.**

**KLAIPĖDOS R. VEIVIRŽĖNŲ JURGIO ŠAULIO GIMNAZIJOS**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2019-2023 METAMS„GYVENKIME SVEIKIAU“

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

Klaipėdos r. Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijos sveikatos stiprinimo programa 2019-2023 metams (toliau – programa), sudaryta atsižvelgus į strateginius įstaigos planus, įstaigos veiklos programą, bendruomenės poreikius. Sveikatos stiprinimo programa 2019–2023 mokslo metams nustato tikslus bei uždavinius, apibrėžia prioritetus ir priemones uždaviniams įgyvendinti.  
Programa siekiama formuoti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis pedagogų bei  
bendruomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei  
sveikatai palankią aplinką. Programa parengta vadovaujantis mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2007 m. rugpjūčio 16 d. įsakymu Nr. V-684/ISAK-1637 bei strateginiu gimnazijos planu. Programą įgyvendins visa gimnazijos bendruomenė: gimnazijos pedagogai, administracijos darbuotojai, ugdymo procese dalyvaujantys bei pedagoginę pagalbą teikiantys specialistai, ūkio dalies darbuotojai, aptarnaujantis personalas, mokinių ir jų tėvų bendruomenė, gimnazijos mokinių prezidentūra, vaiko gerovės komisija, socialiniai partneriai, sveikatos priežiūros ir sveikatinimo institucijos.

II. SITUACIJOS ANALIZĖ

Klaipėdos r. Veiviržėnų Jurgio Šaulio gimnazijoje daugiausia dėmesio skiriama sveikatos ugdymui ir ligų prevencijai, sistemingai įtraukiant visą mokyklos bendruomenę. Stengiamasi sukurti saugią, higienos reikalavimus atitinkančią bei psichologinei sveikatai palankią mokyklos aplinką. Gimnazijoje vykdomos veiklos, įvairūs užsiėmimai, formuojantys mokinių sveikatai palankios gyvensenos įgūdžius, akcentuojama sveikos mitybos, pakankamo fizinio aktyvumo bei tinkamo darbo - poilsio režimo svarba ir įtaka jų sveikatai bei savijautai. Didelę reikšmę mokykla skiria praktinėms veikloms, siekiant įtvirtinti teorines žinias bei burti bendruomenę sveikos gyvensenos klausimais. Neformaliojo ugdymo būrelių veikla skatina fizinį mokinių aktyvumą ir suteikia daug gerų emocijų dalyvaujant varžybose, konkursuose.

**SSGG**

|  |  |
| --- | --- |
| **STIPRYBĖS** | **SILPNYBĖS** |
| * Stebimas ir kontroliuojamas pamokų lankomumas bei vykdoma nelankymo prevencija. * Gimnazijoje įgyvendinamo socialinio emocinio ugdymo (SEU) programos. Taip pat į mokomuosius dalykus integruojamos rengimo šeimai ir lytiškumo, saugaus eismo, civilinės, priešgaisrinės saugos ir programos. * Vaiko gerovės komisija sprendžia įvairius klausimus susijusius su mokinių sveikata taip pat. * Kasmet tiriama ikimokyklinukų, pirmokų, penktokų bei vienuoliktokų (III gimnazijos klasės) mokinių adaptacija. * Renovuotas gimnazijos aikštynas taip pat kai kurios mokyklos laisvalaikio zonos, pradinukams įrengta žaidimų aikštelė, pradėta renovuoti kabinetų apšvietimo sistema, laipsniškai tvarkoma kabinetų materialinė bazė. * Gimnazijoje yra sveikatos priežiūros kabinetas su kai kuriomis sveikatos ugdymui ir mokymui skirtomis priemonėmis. Sveikatos priežiūros specialistės vykdomos programos visų amžiaus grupių vaikams ir jaunuoliams. * Mokyklos valgyklos darbuotojos patiekia šviežių daržovių ir salotų savitarnos stalą. | * Neaptverta ikimokyklinio ugdymo skyriaus bei gimnazijos teritorija trukdo įgyvendinti saugios aplinkos kūrimą. * Mokinių ir jų tėvų atsainus požiūris į užkrečiamų ligų prevenciją bei poreikį susirgus gydytis namuose paskatina infekcijų plitimą. * Stebimas mokinių nenoras dalyvauti kūno kultūros, šokio pamokose. * Tėvų aktyvumo trūkumas dalyvaujant paskaitose, kuriuose akcentuojamas sveikatos stiprinimas bei ugdymas. * Dar mažas dėmesys įvairios kalendorinėms dienoms (Europos sveikos mitybos diena, judėjimo savaitė, tarptautinė nerūkymo diena, tarptautinė psichikos sveikatos diena, vasaris – sveikatingumo mėnuo, vandens diena, triukšmo prevencijos diena ir kt.). * Gimnazijos valgykloje menkas garintų patiekalų pasirinkimas. * Mokytojų nenoras integruoti sveikatos   ugdymo temas į ugdymo procesą. |
| **GALIMYBĖS** | **GRĖSMĖS** |
| * Aktyviau bendradarbiauti su kitų mokyklų bendruomenėmis. * Naujų partnerių paieška ir bendradarbiavimas bendruomenės sveikatos stiprinimo klausimais. * Sveikatos ugdymo ir stiprinimo veiklos internetinėje erdvėje ir žiniasklaidoje viešinimas. * Toliau tęsti jau vykdomas sveikatinimo veiklas (sporto renginius, išvykas, integruotas pamokas). | * Dalies bendruomenės narių, ypač tėvų, pasyvumas. * Didelis mokinių ir mokytojų užimtumas, sunkios mokymo programos gali tapti kliūtimi įgyvendinti uždavinius. * Išteklių stoka. |

**III. PROGRAMOS Tikslai, PRIORITETAI, UŽDAVINIAI**

**TIKSLAS** – saugoti ir stiprinti gimnazijos bendruomenės narių sveikatą, ugdant vertybines nuostatas ir sveikos gyvensenos įgūdžius bei kuriant sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

**PRIORITETAS** – sveikatą stiprinanti gimnazija, užtikrinanti sąlygas tikslinei mokinių sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos įgūdžius formuojančiai veiklai.

**VI. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2019-2023 m. m.**

**1-a veiklos sritis. SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VALDYMO STRUKTŪRA, POLITIKA IR KOKYBĖS GARANTAVIMAS**

**Uždavinys**. *Užtikrinti sveikatos stiprinimo procesų vertinimą.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Sveikatos stiprinimo  veiklos mokykloje  organizavimo grupės sudarymas. | Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupės sudarymas bei veiklų pasiskirstymas. Parinkti SSVOG grupei susitikimų vietą ir laiką, apie tai informuoti mokyklos bendruomenę.  Viešinti SSVOG grupės nutarimus mokyklos komunikavimo priemonėmis. | 2019 m. | Administracija. |
| Sveikatos stiprinimo  procesų ir rezultatų  vertinimas. | Rengti sveikatos stiprinimo darbo grupės susirinkimus, kurių tikslas – planuoti artimiausią veiklą bei aptarti einamojo laikotarpio sveikatos stiprinimo renginius ir kitas veiklas, numatyti jų tęstinumo ir tobulinimo galimybes.  Aptarti visuomenės sveikatos specialistės metinį planą ir įtraukti į mokyklos vykdomas sveikatinimo veiklas.  Susipažinti su metodinėmis rekomendaci-jomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas mokyklose“ (2019). Įsisavinti įsivertinimo metodiką, planuoti ir atlikti veiklos įsivertinimą, su vertinimo išvadomis supažindinti mokyklos bendruomenę. | Kartą per ketvirtį | Administracija,  sveikatos ugdymo grupė. |

**2-a** **veiklos sritis. PSICHOLOGINĖ** **APLINKA**

**Uždavinys***. Užtikrinti glaudų tarpusavio ryšį tarp gimnazijos bendruomenės narių.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Mokyklos  bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimas  ir puoselėjimas | Rengti klasių užsiėmimus, formuojančius bendruomeniškumą, draugiškumą, toleranci-ją, padedančius vaikams greitai pritapti gimnazijoje. | Nuolat | Mokytojai kartu su sveikatos ugdymo grupe, Gimnazijos prezidentūra. |
| Organizuoti bendruomeniškumą skatinan-čius bei formuojančius pozityvų bendruomenės mikroklimatą renginius („Gimnazijos pirmokų krikštynos“, labdaros vakarai, poezijos vakaras, mokytojų diena, „Gerumo angelas“, kalėdinis karnavalas, šimatadienis, sporto diena ir kt.). | Kasmet | Mokytojai bei Gimnazijos prezidentūra kartu su sveikatos ugdymo grupe. |
| Teikti psichologines konsultacijas, pagal poreikį, visiems bendruomenės nariams. | Pagal poreikį | Sveikatos ugdymo grupe, Vaiko gerovės komisija. |
| Galimybių dalyvauti  sveikatą stiprinančioje  veikloje visiems  mokyklos bendruomenės  nariams sudarymas. | Gimnazijos prezidentūros, gimnazijos tarybos (tame tarpe ir tėvų) vaidmens didinimas planuojant, organizuojant ir vertinant sveikatą stiprinančias veiklas. | Nuolat | Gimnazijos prezidentūra. |
| Specialių poreikių mokinių išaiškinimas ir jų poreikių tenkinimas. | Nuolat | Logopedas, spec.pedagogas, psichologas, socialinis pedagogas mokytojų padėjėjai. |
| Organizuoti visuotinius susitikimus gimnazijos bendruomenės nariams (pozityvi tėvystė, bendruomenės mikroklimatas, vaiko sveikatos stiprinimas). | Pagal poreikį | Administracija. |
| Emocinė, fizinė,  seksualinė prievarta ir vandalizmas mokykloje. | Aktyvi Vaiko gerovės komisijos veikla. | Nuolat | Vaiko gerovės komisija. |
| Tolerancijos dienos, savaitės BE PATYČIŲ, veiksmo savaitės renginių organizavimas. | Kasmet kovo mėn. | Socialinis pedagogas, psichologas. |
| Atlikti tyrimus tikslu aiškintis emocinės, fizinės, patyčių atvejus. | Pagal poreikį | Administracija, socialinis pedagogas |
| SEU programų įgyvendinimas (LIONS QUEST: Laikas kartu, Paauglystės kryžkelėje bei „Zipio draugai“) | Nuolat | Klasių vadovai |

**3-a veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA**

**Uždavinys.** *Kurti saugią, sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Mokyklos teritorijos  ir patalpų priežiūros  užtikrinimas bei aplinkos  sveikatinimas. | Gimnazijos aplinkos estetinio vaizdo gerinimas: sodo puoselėjimas- pasodinti vaiskrūmių, gėlių, sveikatingumo tako įrengimas. Trūksta laisvalaikio zonos pradinukams. Aplinkos tvarkymo talkos. | Kasmet | Sveikatos ugdymo grupė. |
| Užtikrinti gimnazijos patalpų atitikimą HN reikalavimams. | Nuolat | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė |
| Pagal galimybes paremontuoti ikimokyklinio ugdymo skyriaus tvorą. | Kasmet | Direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams |
| Ugdymo proceso (ugdymo krūviai, tvarkaraščiai, kontrolinių darbų grafikai, individualus mokymas) organizavimas pagal higienos normų reikalavimus. | Kasmet | Administracija |
| Mokyklos  bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas | Gimnazijos sporto bazės gerinimas. Pagal galimybės (rėmėjų bei gimnazijos lėšomis) atnaujinti sporto inventorių, įsigyti lauko žaidimų įvairių amžiaus grupių mokiniams. | Kasmet | Kūno kultūros mokytojai,  direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams, tėvai. |
| Rengti tarpklasines varžybas  (kvadrato, krepšinio, futbolo, tinklinio). | 2019-2023 | Kūno kultūros mokytojai. |
| Dalyvauti įvairiose tarpmokyklinėse varžybose. | 2019-2023 | Kūno kultūros, pradinių klasių mokytojai. |
| Judėjimo savaitės organizavimas. | Kasmet | Visa gimnazijos bendruomenė. |
| Masinis gimnazijos bendruomenės šokis. | Kasmet  Balandžio mėn. | Sveikatos ugdymo grupe, šokio mokytoja. |
| Organizuoti gimnazijos sveikatingumo ir sporto šventę (aktyviausios šeimos rinkimai). | Kasmet gegužės-birželio mėn. | Sveikatos ugdymo grupe, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė. |
| Rengti mokinių, mokytojų ir tėvų išvykas, žygius, varžybas. | 2019-2023 | Administracija, sveikatos ugdymo grupė, tėvai. |
| Sporto salės ir kamuolių, stalo teniso priemonių prieinamumas pertraukų metu, po pamokų. | 2019-2023 | Kūno kultūros mokytojai, sveikatos ugdymo grupė. |
| Šokių pertraukos penktadieniais. | 2019-2023 | Gimnazijos prezidentūra. |
| Mitybos ir geriamojo  vandens prieinamumo  užtikrinimas | Atlikti valgiaraščio ir mokinių maitinimo atitikties vertinimą, su paslaugos tiekėjais aptarti vaikų maitinimo rekomendacijas. | Kartą per savaitę | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė. |
| Pradinių klasių mokinių dalyvavimas vaisių ir daržovių vartojimo skatinimo programoje. | Kasmet | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, pradinių klasių mokytojai. |
| Užtikrinti geriamo vandens prieinamumą gimnazijos klasėse. | Nuolat | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė. |
| Gausinti šviežių daržovių asortimentą, plėsti garuose gamintų patiekalų pasirinkimą mokyklos valgykloje. | Nuolat | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, valgyklos virėjos. |

**4-a veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALIEJI IŠTEKLIAI**

**Uždavinys***.* *Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Mokytojų ir kitų  ugdymo procese  dalyvaujančių asmenų  kvalifikacijos tobulinimo  sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo  klausimais organizavimas. | Mokytojų vaidmens didinimas formuojant mokinių sveikos gyvensenos sampratą ir įpročius. | Nuolat | Administracija |
| Rinkti mokyklos bei teikti gimnazijos bendruomenei informaciją apie vykstan-čias konferencijas bei seminarus sveikatos ugdymo ir stiprinimo temomis. | Nuolat | Sveikatos ugdymo grupė |
| Mokytojų kvalifikacijos skatinimas sveikatos ugdymo klausimais: kursai, seminarai ir kt. | Pagal poreikį | Administracija |
| Mokyklos  bendruomenės narių  pasitelkimas sveikatos  ugdymui | Mokinių tėvų įtraukimas į sveikatos stiprinimo veiklą gimnazijoje. | 2019-2023 | Sveikatos ugdymo grupė, Gimnazijos prezidentūra |
| Tėvų susirinkimų metu pateikti informaciją apie sveikos gyvensenos principus bei paraginti juos perteikti žinias savo vaikams. Visuomenės sveikatos specialistės paskaita, ekskursijos į tėvų darbovietes susijusias su sveika gyvensena ir pan, | Kartą per metus | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė. |
| Apsirūpinimas  metodine medžiaga ir kitomis sveikatos ugdymui reikalingomis priemonėmis. | Metodinės literatūros sveikatos ugdymo ir stiprinimo tema įsigijimas. | 2019-2023m. | Administracija |
| Bendradarbiaujant su visuomenės sveikatos biuru rengti stendus sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo klausimais. | Kas mėnesį | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė. |
| Mokyklos partnerių  įtraukimas | Organizuoti integruotas pamokas, kuriose 6-8 klasių mokiniai mokytų sveikatai palankios gyvensenos jaunesnius moksleivius. | 2 kartus per metus | Klasių auklėtojai, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė |
| Įgyvendinant sveikatingumo programą bendradarbiauti su:  Klaipėdos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuru;  Klaipėdos rajono savivaldybės vaiko teisių tarnyba;  Klaipėdos rajono psichologine pedagogine tarnyba;  Veiviržėnų miestelio bendruomene, kultūros centru.  Sveiktos mokymo ir ligų prevencijos centru. | 2019-2023 | Administracija, sveikatos ugdymo grupė |

**5-a** **veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS**

**TIKSLAS – Užtikrinti sveikatos ugdymo kokyb**ę

***Uždavinys.*** *Užtikrinti sveikatos ugdymo kokybę.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Sveikatos ugdymas  įtrauktas į dalykų ar ugdymo sričių ilgalaikius planus, pasirenkamojo  dalyko ir dalykų modulių programas | Į ugdymo turinį integruoti lytiškumo ugdymo ir sveikatingumo programą, bei tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo bei streso, prievartos, patyčių prevenciją. | Kasmet | Administracija, dalyko mokytojai, sveikatos ugdymo grupė |
| Sveikatos ugdymas  apima visą bendrąjį lavinimą | Mokinių dalyvavimas neformaliojo ugdymo veikloje. Paįvairinti sveikos gyvensenos būrelių pasirinkimą (ne tik sporto, bet ir su šokių, mityba, emocijom). | 2019-2023 | Administracija |
| Sveikatos ugdymas klasių valandėlių, išvykų, renginių ir kt. metu. | 2019-2023 | Klasių vadovai, mokytojai |
| Sveikatos ugdymas  apima įvairias sveikatos sritis:  fizinis aktyvumas ir kūno kultūra; sveika mityba; tabako, alkoholio ir  kitų psichiką veikiančių  medžiagų vartojimo bei  nelaimingų atsitikimų  traumų, streso, prievartos,  patyčių prevencija;  rengimas šeimai ir  lytiškumo ugdymas;  užkrečiamų ligų  prevencija; vartojimo  kultūros ugdymas | Rengti paskaitas bei praktinius užsiėmimus sveikos mitybos, fizinio aktyvumo, pirmosios pagalbos, žalingų įpročių prevencijos, darbo-poilsio režimo, higienos įgūdžių ir kitomis temomis per klasių valandėles ar juos integruoti į įvairių dalykų pamokas. | 2019-2023 | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė |
| Aktyviai įsitraukti į įvairių kalendorinių dienų minėjimus, akcijas: „Diena be automobilio“, „Savaitė be patyčių“, „Spalvų savaitė“, Pasaulinei psichikos sveikatos dienai, Dienai be tabako „Obuolys, vietoj cigaretės“, Pasaulinė AIDA diena.  Paminėti Europos sveikos mitybos dieną.  Paminėti pasaulinę psichikos sveikatos dieną.  Paminėti pasaulinę vandens dieną.  Paminėti pasaulinę žemės dieną.  Paminėti pasaulinę triukšmo dieną.  Saugaus elgesio viktorina 1-4 klasių mokiniams. | Pagal metinį planą  Lapkričio mėn.  Spalio mėn.  Kovo mėn.  Kovo mėn.  Balandžio mėn.  Spalio mėn. | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, mokinių tėvai, klasių vadovai |

**6-a veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA IR TĘSTINUMO LAIDAVIMAS**

**Uždavinys*.*** *Dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerąja patirtimi.*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Rodiklis** | **Priemonė** | **Data** | **Atsakingi asmenys** |
| Sveikatos stiprinimo  veiklos sklaida  mokykloje | Skelbti informaciją apie sveikatą stiprinančias veiklas mokykloje bei sveikatai palankios gyvensenos rekomendacijas. Mokyklos interneto svetainėje įsidėti logotipą „Sveika mokykla“ žymintį mokyklos statusą. | Kas mėnesį | Sveikatos ugdymo grupė |
| Informacijos pateikimas apie sveikatos stiprinimo programą, priemonių planą, renginius mokyklos internetinėje svetainėje, stenduose, e-dienyne, socialiniuose tinkluose, stenduose, renginiuose, paskaitose, diskusijose. | Nuolat | Sveikatos ugdymo grupė, informatikos mokytoja |
| Sveikatą stiprinančios  mokyklos veiklos patirties  pavyzdžių sklaida už  mokyklos ribų | Informacijos pateikimas rajono, respublikinėje spaudoje, konferen-cijose, seminaruose. | 2019-2023 | Sveikatos ugdymo grupė pirmininkas |
| Gerosios patirties pasidalijimas per SMLPC tinklalapį [www.smlpc.lt](http://www.smlpc.lt) | 2019-2023 | Sveikatos ugdymo grupės pirmininkas |
| Bendradarbiauti su Lietuvos SSM tinklu, SSM veiklos koordinatoriais, dalyvauti renginiuose, dalytis gerąja darbo patirtimi. | 2019-2023 | Mokyklos bendruomenė, sveikatos ugdymo grupė |

**V. LAUKIAMI REZULTATAI**

Sveikatos stiprinimo procesas gimnazijoje vyks nuosekliai, vertinimo metu gauti rezultatai bus panaudojami veiklai tobulinti. Nuolat kuriant ir puoselėjant harmoningus gimnazijos bendruomenės narių tarpusavio santykius pagerės mikroklimatas progimnazijoje, taip daugiau bendruomenės narių bus įtraukti į aktyvią sveikatinimo veiklą. Tikimasi, kad įvairi, kokybiškai organizuojama veikla suformuos jaunų žmonių nuostatas ir elgesį, bus suformuoti sveikos gyvensenos įpročiai, geros sveikatos poreikis ir atsakomybė už ją.