

4 PRIEDAS
P A T V I R T I N T A
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos
biuro direktoriaus
2021 m. sausio d. įsakymu Nr. J-1

**Klaipėdos m. „Vėtrungės“ gimnazijos
visuomenės sveikatos priežiūros veiklos planas 2021 metams**

Parengė: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
visuomenės sveikatos specialistė Vaidutė Cirtautienė

„Vėtrungės“ gimnazijoje 2021 m. suformuota 20 klasių, kuriose mokosi 598 mokiniai. Vykdydama formaliojo švietimo programas gimnazija vadovaujasi Pagrindinio ir vidurinio ugdymo programų bendraisiais ugdymo planais, pagrindinio ir vidurinio ugdymo bendrosiomis programomis, Geros mokyklos koncepcija, Mokymosi pagal formaliojo švietimo programa.

Gimnazijos misija - padėti mokiniui mokytis pagal gebėjimus, įgyti bendrąjį dalykinį, sociokultūrinį, technologinį raštingumą, dorinę, tautinę ir pilietinę brandą, užtikrinti lygias ugdymosi galimybes, vadovaujantis bendravimo ir bendradarbiavimo, dalinimosi sukaupta patirtimi principais, sudaryti sveikas ir saugias ugdymo ir ugdymosi sąlygas, racionaliai panaudojant turimus materialinius ir žmogiškuosius išteklius.

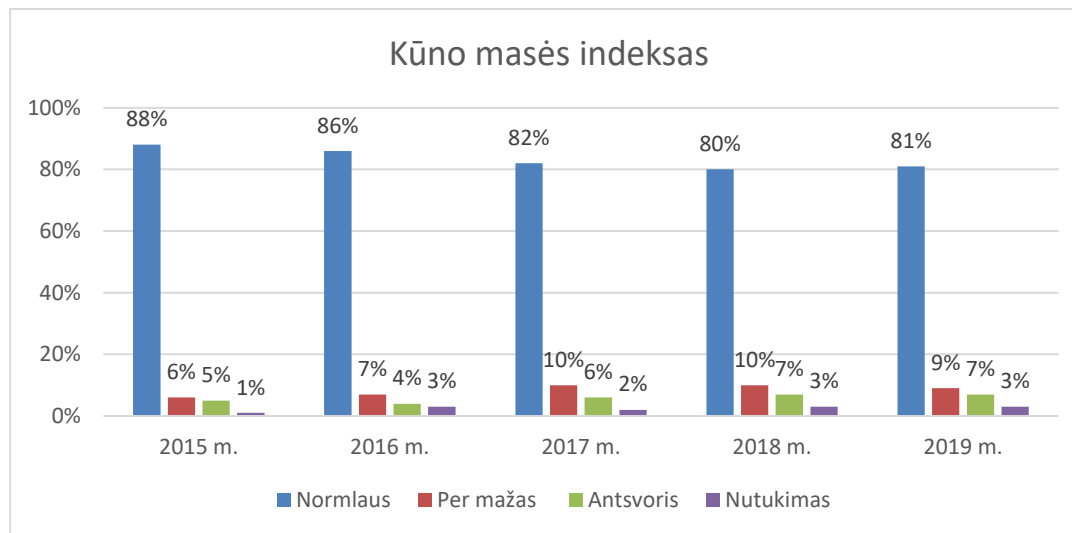
Gimnazijos prioritetas -vaiko sveikatą palaikanti ir stiprinanti įstaiga, užtikrinanti sąlygas vykdyti tikslinius sveikos gyvensenos ugdymo projektus.

Gimnazijos sveikatos stiprinimo tikslas – sutelktomis ugdymo įstaigos bendruomenės pastangomis saugoti ir stiprinti mokinių fizinę ir psichinę sveikatą, formuoti sveikos gyvensenos įgūdžius, kad mokiniai į sveiką gyvenimą žiūrėtų kaip į savo gyvenimo kasdienybę, kurti mokinių sveikatą ir saugumą orientuotą aplinką.

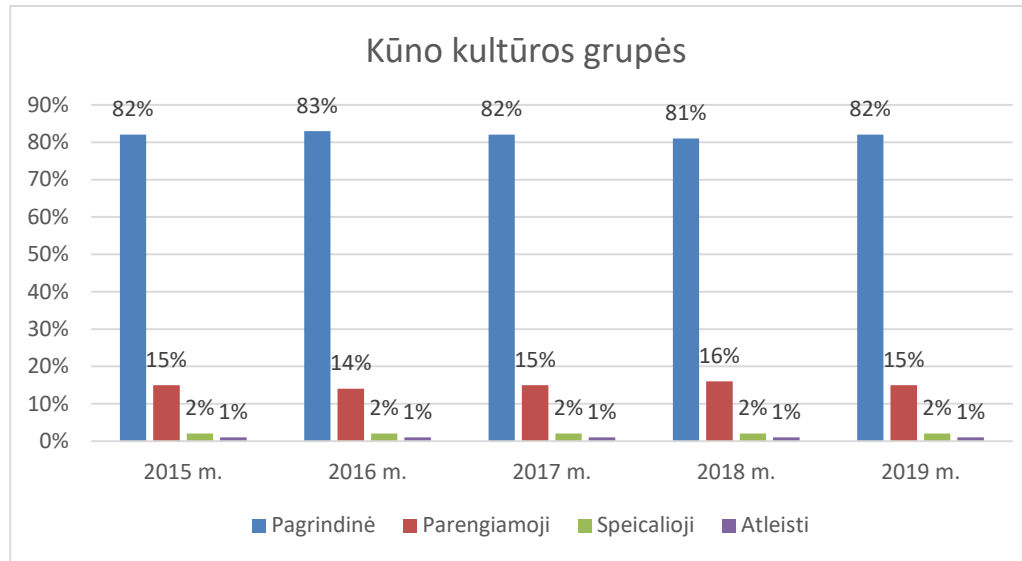
Uždaviniai:

1. Ugdyti, formuoti mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius.
2. Tenkinti mokinių fizinio aktyvumo poreikius, organizuoti veiklas skirtas fizinio aktyvumo ugdymui.
3. Ugdyti teigiamą motyvaciją, siekiant fizinės, psichinės ir dvasinės mokinių sveikatos darnos, kad toliau mokiniai savarankiškai propaguotų sveikesnę gyvensenos stilių.
4. Didinti bendruomenės narių kompetenciją sveikatos stiprinimo ir saugojimo klausimais.
5. Skatinti gerosios patirties sklaidą.

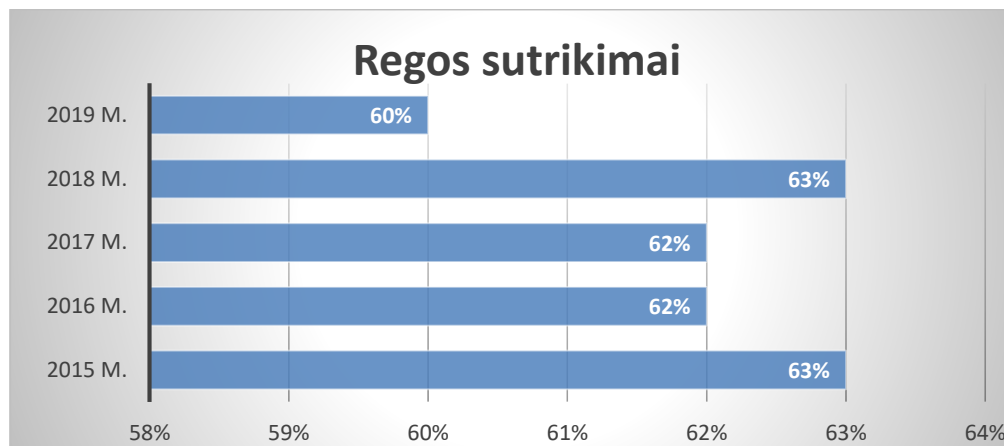
Mokinių sveikatos pokyčių analizė



- 2016 m.(4%), 2017 m.(6%) , 2018 m.(7%) ir 2019 m.(7%) , ir 2020 m.(9%)mokinių turėjo antsvorio problemų. Per mažą svorį turėjo 2015 m.(6%), 2016 m.(7%), 2017 m.(10%), 2018 m.(10%) ir 2019 m.(9%) mokinių, nutukimo paplitimas tolygus iki 3 % kiekvienais metais. 2020 m. negaliu palyginti, nes pasikeitė mokinio profilaktinio sveikatos patikrinimo forma ir neužtenka duomenų Higienos instituto duomenų sistemoje. Analizė rodo, kad antsvorio ir nutukimo problema „Vėtrungės“ gimnazijoje yra aktuali.



- Lyginant penkerių metų rezultatus daugiau nei 81 % „Vėtrungės“ gimnazijos mokinių dalyvauja pagrindinėje kūno kultūros grupėje. Duomenys nesikeičia penkių metų laikotarpyje specialiojoje kūno kultūros grupėje (2 %) ir atleistų nuo kūno kultūros pamokų mokinių skaičiuje (1%).



- Lyginant penkerių metų rezultatus daugiau nei 60 % „Vėtrungės“ gimnazijos mokinių turi regos sutrikimų. Duomenys nežymiai keičiasi 1-2 % per metus. Džiugina tai, kad 2019 m. regos sutrikimų procentas sumažėjo iki 60 %, o 2020 m. palyginimui neužtenka duomenų Higienos instituto sistemoje.

Sveikatos stiprinimo SSGG analizė

STIPRYBĖS

- 1.Sveikatos stiprinimas kryptingai integruotas į strateginį ir metinį veiklos planus, mokyklinio ugdymo programą (sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa, alkoholio tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa, nelaimingų atsitikimų, traumų, streso, prievartos, patyčių prevencija).
- 2.Sveikatos saugojimo ir stiprinimo klausimai svarstomi susirinkimų, posėdžių, pasitarimų metu.
- 3.Gimnazijoje dirba Vaiko Gerovės Komisija ,kuri analizuoja ugdymo(si). ir elgesio problemas, tame tarpe, susijusias ir su mokinių sveikata. Teikiama savalaikė pagalba tėvams, pedagogams, specialistams.
- 4.Istaigoje didelis dėmesys skirstamas mokytojų, specialistų profesinių kompetencijų plėtojimui bei pedagogų gerosios patirties sklaidai. Didžioji dauguma mokytojų dalinasi gerąja darbo patirtimi metodiniuose susirinkimuose, mokytojų tarybos posėdžiuose, tėvų susirinkimuose. Organizuojamos atviros veiklos.
- 5.Mokinių sveikatai stiprinti įgyvendinamos fizinio aktyvumo ir sveikatos mokymo programos. Organizuojami sveikatą stiprinantys ir

SILPNYBĖS

- 1.Ne visi bendruomenės noriai dalyvauja sveikatinimo veikloje, bijo naujų idėjų.
- 2.Mokinių tėvai nepakankamai domisi vaikų sveikatos stiprinimo galimybėmis ugdymo įstaigoje.
- 3.Nėra stiprios fizinio aktyvumo ugdymo bazės, sporto salėje vyksta pamokos 2 ir daugiau klasių.
- 4.Neaptverta teritorija kelia grėsmę mokinių sveikatai.
5. Judrios veiklos organizavimo stoka gryname ore.
6. Pedagogai neįtraukia sveikatos ugdymo temų į ugdomosios veiklos planus.

<p>aktyvų judėjimą skatinantys renginiai, kuriuose dalyvauja dauguma bendruomenės narių. 7. Bendradarbiavimas su Visuomenės sveikatos biuru, kitomis įstaigomis.</p>	
<p style="text-align: center;">GALIMYBĖS :</p> <p>1. Bendravimo ir bendradarbiavimo su šeima plėtojimas stiprinant tėvų vaidmenį vaikų sveikatos palaikymo ir stiprinimo klausimais, dalyvaujant įstaigos sveikatinimo, fizinio aktyvumo ir kultūriniame gyvenime. 2. Racionalus įstaigai skirtų lėšų panaudojimas kuriant mokinių sveikatai palankią modernią edukacinę veiklą, diegiant naujausiais ugdymo technologijas. 3. Patirties sklaida, bendradarbiavimas su kitomis įstaigomis. 4. Palankus mikroklimato įstaigoje kūrimas remiantis pagarbos, teisingumo, atsakomybės, sąžiningumo ir solidarumo principais. 5. Dalyvavimas projektuose, kurie suteikia galimybę įsigyti fizinio aktyvumo ugdymo priemonių.</p>	<p style="text-align: center;">GRĖSMĖS :</p> <p>1. Daugėja specialiųjų poreikių vaikų (sergančių alergijomis, turinčių elgesio emocinių problemų). 2. Jaunų, kompetentingų mokytojų trūkumas, komunikabilumo trūkumas. 3. Dideja socialiai remtinų šeimų skaičius, daugėja socialiai apleistų vaikų. 4. Augančios paslaugų, inventoriaus kainos, nepakankamas finansavimas ūkio problemų sprendimui.</p>

Rekomendacijos

1. Skatinti visą mokyklos bendruomenę (mokinius, tėvus, administraciją, mokytojus, specialistus) dalyvauti įvairiose prevencinėse programose, projektuose, aktyviose veiklose.
2. Paskaitos mokiniams ir tėvams apie geros regos svarbą, mobiliųjų telefonų ir judėjimo stokos žalą sveikatai, sveikos mitybos reikšmę gerai savijautai.
3. Tėvų ir visuomenės sveikatos specialistės bei virtuvės darbuotojų bendradarbiavimas dėl sveikos mitybos įpročių skatinimo mokykloje.

Sveikatos stiprinimo tikslas

Stiprinti mokinių ir kitų mokyklos bendruomenės narių fizinę, protinę, dvasinę sveikatą, gilinti sveikatos žinias bei formuoti sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis mokytojų, šeimos bei visuomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.

Sveikatos stiprinimo artimieji tikslai

1. Skatinti visos mokyklos bendruomenės įsitraukimą į aktyvias veiklas.
2. Prižiūrėti maitinimo organizavimą mokykloje ir teikti rekomendacijas.
3. Skatinti traumų ir sužalojimų prevenciją mokyklose.
4. Mokyti bendruomenę lėtinių neinfekcinių ir infekcinių ligų prevencijos.

Sveikatos stiprinimo uždaviniai

1. Didinti mokinių supratimą apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms;
2. Gerinti mokinių žinias dėl trauma ir sužalojimų mokykloje;
3. Gerinti mokinių burnos higienos žinias;
4. Viešinti mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklą.

Organizacinės priemonės

Eil. Nr.	Poveikio sritis	Priemonės pavadinimas ir metodas	Paslaugų grupė	Dalyviai			Veiklos data		Pastabos
				Tikslinė grupė	Planuojamas dalyvių skaičius	Tikslus dalyvių skaičius po priemonės įvykdymo	Planuojama	Įvykdyta	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Sveikos mitybos skatinimas	Paskaita „Sveikos mitybos svarba“.	Mokymas	I-IV kl.	150		I mėn. II sav.		
		Stendas „Sveika mityba“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		I mėn. II sav.		

		Akcija „Salotų dienos. Maisto švaistymo mažinimas“.	Įgūdžių formavimas	II kl.	150		I - V mėn.		
		Paskaita „Kodėl reikia valgyti daržoves?“.	Mokymas	I-IV kl.	100		X mėn. III sav.		
		Praktinė paskaita „Burnos higiena“.	Mokymas	I-II kl.	150		III mėn. III sav.		
		Stendas „Burnos higiena“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			III mėn. III sav.		
		Paskaita „Pilnavertės mitybos įtaka lėtinėms neinfekcinėms širdies ligoms. AH“.	Mokymas	I-IV kl.	140		X mėn.		
		Mokinių maitinimo organizavimo priežiūra skatinant sveiką mitybą bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą. Konsultuoti specialistus, atsakingus už mokinių maitinimą, sveikos mitybos klausimais.	Konsultavimas	Specialistai	5		Nuolat		
		Prižiūrėti mokinių maitinimą pagal patvirtintą valgiaraštį.	Konsultavimas	I-IV kl.	598		1 kartą mėn.		
		Valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalo pildymas	Pildymas	Sveikatos priežiūros specialistas	598		1 kartą per dvi savaites		
		Sudaryti mokinių sąrašą, kuriems reikalingas tausojantis maitinimas.	Informavimas	I-IV kl.	598		IX-X mėn.		
		Maisto bloko HN atitikimo įvertinimas.	Konsultavimas	Valgykla	5		1x mėn.		
2.	Sveikos aplinkos kūrimas	Paskaita „Ergonomiška darbo vieta“.	Mokymas	I-IV kl.	100		IX mėn. III sav.		
		Stendas „Taisyklingos laikysenos įtaka sveikatai“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		IX mėn. III sav.		
		Akių mankšėtos pratimų mokymas.	Įgūdžių formavimas	I-IV kl.	200		X-XII mėn.		

		Mokyklos aplinkos atitikties, pagal visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimus priežiūra.	Konsultavimas	Mokyklos administracija	3		Ix mėn.		
		Mokinių susodinimo priežiūra, vykdant ydingos laikysenos, skoliozės bei regos prevenciją mokykloje.	Konsultavimas	I-IV kl.	598		IX-X mėn.		
3.	Sužalojimų prevencija	Paskaita „Ar aš saugus gimnazijoje?“.	Mokymas	I-II kl.	150		IX-X mėn.		
		Stendas „Būk atsargus!“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		IX mėn. I sav.		
		Pirmosios pagalbos mokymai. Projektinė veikla.	Įgūdžių formavimas	I-IV kl.	200		V-VI mėn. III sav.		
		Vykdyti traumų, įvykstančių ugdymo proceso metu bei pakeliui į mokyklą ir iš jos, registraciją ir analizę	Registravimas, analizė.	I-IV kl.	598		Pagal poreikį		
		Pirmosios medicinos pagalbos teikimas ir koordinavimas.	Pirmosios pagalbos teikimas, konsultavimas, informavimas.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
		Sukomplektuoti pirmosios pagalbos rinkinius mokyklos dirbtuvėse, sporto salėje, sveikatos kabinete. Vykdyti jų naudojimosi priežiūrą.	Rinkinių komplektavimas, priežiūra	Mokyklos bendruomenė		Mokyklos bendruomenė	Rugsėjo mėn., periodinis papildymas pagal poreikį		

		Saugaus eismo užsiėmimai apie el. paspirtukų saugų naudojimąsi, šalimų dėvėjimą ir pan.	Mokymas	I-IV kl.			Pagal poreikį		
		Pirmosios pagalbos teikimas sporto varžybų metu.	Pirmosios pagalbos teikimas varžybų metu.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
4.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika	Paskaita „Gripo simptomai, ir gydymas. Profilaktika“.	Mokymas	I-III kl.	180		XI-XII mėn.		
		Stendas „Gripo profilaktika“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		XI mėn. II sav.		
		Paskaita „COVID-19“	Mokymas	I-III kl.	150		X mėn. III sav.		
		Stendas „COVID-19 profilaktika“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		X mėn. III sav.		
		Paskaita „Pedikuliozės profilaktika“.	Mokymas	I-IV kl.	100		IX mėn. II sav.		
		Stendas „Pedikuliozė - kas tai?“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		IX mėn. II sav.		
		Stendas „Antibiotikų žala imunitetui“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		XI mėn. II sav.		
		Paskaita „ Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas. Ką žinome apie antibiotikų vartojimą?“. Žinių vertinimas.	Mokymas, įgūdžių formavimas.	I-IV kl.	200		XI mėn. III sav.		
		Paskaita „Reprodukcinė sveikata. Lytiškai plintančios ligos. AIDS pasaulyje ir Lietuvoje“.	Mokymas	I-IV kl.	150		XI-XII mėn.		

		Stendas „AIDS pasaulyje ir Lietuvoje“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		XI mėn.		
		Protmūšis „AIDS: geriau žinoti“.	Ilgūdžių formavimas	III kl.	140		XII mėn.		
		Paskaita „Tuberkuliozė“.	Mokymas	I-IV kl.	200		III mėn. IV sav.		
		Stendas „Tuberkuliozės profilaktika“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			III mėn. IV sav.		
		Paskaita „Erkinis encefalitas“.	Mokymas	I-IV kl.	150		II mėn. III sav.		
		Stendas „Saugokis erkių!“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		II mėn. III sav.		
		Mokinių sergamumo kontrolė gripo epidemijos metu. Sergančiųjų mokinių skaičiavimas, duomenų perdavimas VSB.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			Epidemijos metu		
		Informacijos apie užkrečiamąsias ligas ar apsinuodijimus mokykloje teikimas. Teikti informaciją VSC įtarus apsinuodijimą ar užkrečiamąją ligą mokykloje.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			Pagal poreikį		
5.	Psichinės sveikatos stiprinimas	Paskaita „Streso įtaka psichinei sveikatai. Psichologinės sveikatos gerinimas“.	Mokymas	I-IV kl.	100		X mėn. II sav.		
		Stendas „Stop stresui“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		X mėn. II sav.		
		Skrajutės „Stop stresui prieš egzaminus“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	100 vnt.		IV mėn. III sav.		
6.	Fizinio aktyvumo skatinimas	Paskaita „Fizinio aktyvumo įtaka sveikatai“.	Mokymas	I-IV kl.	100		V mėn. II sav.		
		Stendas „Judėjimo sveikatos labui diena“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		V mėn. II sav.		

		Renginys „Aktyvioji pertrauka“	Įgūdžių formavimas	Mokyklos bendruomenė	200		IV mėn. III sav.		
		Draugiškos tarpmokyklinės krepšinio varžybos.	Mokymas	III-IV kl.	95		V mėn. II sav.		
		Įgyvendinti projekto „Aktyvi mokykla“ plėtrą.	Mokymas	Mokyklos bendruomenė	598		Visus metus		
		Informacijos dėl mokinių galimybės dalyvauti sporto varžybose teikimas kūno kultūros mokytojams.	Informavimas	Mokiniai	598		Pagal poreikį		
		Šiaurietiško ėjimo mokymai.	Mokymas	I-IV kl.	50		IX ir V mėn. II - IV sav.		
		„Pasaulinė širdies diena“. AKS matavimas gimnazijos bendruomenei. AKS matavimas mokiniams prieš fizinį krūvį ir po jo. Analizė.	Mokymas	Mokyklos bendruomenė	40		IX mėn. III -IV sav.		
7.	Alkoholio, rūkymo ir kt. psichotropinių medžiagų vartojimo prevencija	Paskaita „Priklausomybių įtaka sveikatai“.	Mokymas	I-IV kl.	100		XI-XII mėn.		
		Stendas „...rūkyti nemandinga ir labai pavojinga“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			XI mėn. III sav.		
		Protų mūšis „Ką žinai apie psichoaktyvias medžiagas?“	Mokymas	I kl.	70		IV mėn. IV sav.		
		Stendas „Alkoholio žala jaunam organizmui“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		I mėn. I sav.		
		Paskaita „Alkoholio žala ir ilgalaikės pasekmės“.	Mokymas	I-IV kl.	100		I mėn. I sav.		
		Pasaulinė diena be tabako. Stendas „Nerūkyk“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		V mėn. IV sav.		
		Paskaita „AI programa. Kuo ji naudinga?“	Mokymas	I-IV kl.	200		X mėn. III sav.		

		Stendas „AI programa“.			598		I mėn. III sav.		
		Renginys skirtas pasaulinei dienai be tabako.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	100		V mėn. IV sav.		
8.	Keletą poveikio sričių apimančios sritys	Informacijos apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinius patikrinimus apibendrinimas.	Apibendrinimas, analizė.	I-IV kl.	598		Pagal poreikį		
		Apibendrintų sveikatos duomenų pristatymas mokyklos bendruomenei.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		III mėn. III sav.		
		Mokyklos vadovui ar jo įgaliotam darbuotojui pateikti asmens sveikatos priežiūros įstaigų specialistų išvadas ir rekomendacijas.	Informavimas	Mokiniai	598		Ne vėliau kaip iki 2021.10.01 ir vėliau pagal poreikį		
		Aktyvi mokykla programos vykdymas.	Mokymas	Mokiniai	598		2021 m.		
		Pagalbos mokinių savirūpai organizavimas ugdymo įstaigose.	LNL sergančių mokinių, savirūpai parengtų planų skaičius	Mokiniai	Pagal poreikį		Pagal poreikį		
		Sveikatinimo veiklų viešinimas įstaigos internetinėje svetainėje.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	598		Po įvykdytų veiklų		

		Sveikatinimo veiklos metodinių konsultacijų teikimas (Teikti individualias metodines konsultacijas besikreipiantiems pagalbos arba matant konkrečią problemą).	Konsultavimas	Mokyklos bendruomenė	598		Naujai pradėjusių lankyti vaikų tėvams ir pagal poreikį.		
--	--	--	---------------	-------------------------	-----	--	--	--	--

Sudarė: Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Vaidutė Cirtautienė

Suderinta: Direktorė

Živilė Kiškionytė