

**KALVELIŲ „AUŠROS“ GIMNAZIJOS
SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS PROGRAMA
„AŠ NORIU AUGTI SVEIKAS“ 2020-2024 M.**

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Kalvelių „Aušros“ gimnazijos sveikatos stiprinimo „Aš noriu augti sveikas“ programa (toliau – Programa) nustato 2020-2024 metams bendruomenės sveikatos stiprinimo tikslus bei uždavinius ir priemones uždaviniams vykdyti.
2. Programa siekiama formuoti mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis mokytojų bei bendruomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.
3. 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; Valstybinio aplinkos sveikatos centro Vaikų sveikatingumo programų rengimo Metodinėmis rekomendacijomis 2006 m., Vilnius; gimnazijos ugdymo planu 2019-2020 m. m., gimnazijos strateginiu planu; gimnazijos metiniais veiklos planais.
4. Programa integruota į klasių valandėles, neformalųjį švietimą, fizinio ugdymo, biologijos, pasaulio pažinimo, žmogaus saugos, technologijų ir IKT pamokas, projektines bei prevencines programas.
5. Programą įgyvendins Kalvelių „Aušros“ gimnazijos bendruomenė: vadovai, mokytojai ir pagalbą teikiantys specialistai, mokiniai ir jų tėvai, aptarnaujantis personalas, socialiniai partneriai, sveikatos priežiūros specialistas ir sveikatinimo institucijos.

II. PROGRAMOS TIKSLAI IR UŽDAVINIAI

6. TIKSLAS: Kurti gimnazijoje integruotą visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą, skatinančią visos bendruomenės poreikį gyventi sveikiau ir sudarančią sąlygas šiam poreikiui tenkinti.

7. UŽDAVINIAI:

7. 1. Sukurti gimnazijoje sveikatos ugdymo struktūrą.
- 7.2. Efektyviau naudoti turimus išteklius sveikatai stiprinti.
- 7.3. Kurti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką ugdymo aplinką, skatinant fizinį aktyvumą.

- 7.4. Gilinti mokinių žinias apie sveikatos saugojimą ir stiprinimą.
- 7.5. Ugdyti teisingą mokinių, jų šeimų ir visos gimnazijos bendruomenės požiūrį į sveiką gyvenseną.
- 7.5. Skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį spaudoje, virtualioje erdvėje.

III. LAUKIAMAS REZULTATAS

- 7. Fiziškai ir psichologiškai saugi ir sveika ugdymo aplinka.
- 8. Geras bendruomenės mikroklimatas.
- 9. Efektyviai naudojami turimi gimnazijos sveikatą stiprinantys ištekliai.
- 10. Kaupiama, analizuojama ir skleidžiama visuomenei gimnazijos bendruomenės patirtis sveikatos stiprinimo klausimais.

IV. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

- 11. Sveikatos stiprinimo programa įtraukiama į gimnazijos ugdymo planą, metinę gimnazijos veiklą, klasių vadovų veiklos planus, mokomųjų dalykų ilgalaikius planus ir neformaliojo švietimo programas.
- 12. Už programos įgyvendinimą atsakinga sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, patvirtinta gimnazijos direktoriaus 2019 m. rugsėjo mėn. 30 d. įsakymu Nr. V- 76. Veiklą koordinuos gimnazijos direktoriaus pavaduotojas ugdymui.
- 13. Programos įgyvendinimui pasitelkiami mokiniai, jų tėvai, mokytojai, pagalbą teikiantys specialistai, aptarnaujantis personalas, partneriai – specialistai iš visuomenės ir asmens sveikatos priežiūros įstaigų, sveikatinimo, ugdymo institucijų: gydytojai, sveikatos stiprinimo specialistai, treneriai, lektoriai.

V. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMI REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI 2020-2024 m. m.

1 veiklos sritis SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VALDYMO STRUKTŪRA, POLITIKA IR KOKYBĖS UŽTIKRINIMAS

Uždavinys: sukurti gimnazijoje sveikatos ugdymo struktūrą.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
1.1. Sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje organizavimo grupės darbas.	1.1.1. Paskirti sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje organizavimo grupę. Paskirstyti atsakomybę už atskiras veiklos sritis.	2019 m. IV ketv.	Programos koordinatorius – direktoriaus

	1.1.2.Sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje organizavimo grupės pasitarimus rengti 2 kartus per pusmetį skelbiant tikslų laiką mėnesio plane.	2020-2024 metais	pavadootojas ugdymui
1.2.Sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas.	1.2.1. Supažindina bendruomenės narius su sveikatos stiprinimo veiklos vertinimo metodika. 1.2.2. Vertinimo rezultatus pristato gimnazijos bendruomenei metų pabaigoje; o galutinę ataskaitą gimnazijos bendruomenei bei Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centrui – 2024 metų pabaigoje. 1.2.3. Vertinimo išvados panaudojamos tolimesniam sveikatos stiprinimo veiklos planavimui ir tobulinimui.	Mokslo metų pabaigoje Rugpjūčio - rugsėjo mėn.	Darbo grupė
Laukiamas rezultatas – gimnazijoje sukurta ir veikia sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiklos sistema, užtikrinamas veiksmingas sveikatos ugdymo ir stiprinimo veiklų planavimas ir įgyvendinimas.			

2 veiklos sritis PSICHOLOGINĖ APLINKA

Uždavinys: Plėtoti bendruomenės narių pasitikėjimą ir bendradarbiavimą.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
2.1. Priemonės, numatančios gimnazijos bendruomenės narių gerus tarpusavio santykius.	2.1.1. Tyrimas „Gimnazijos mikroklimatas“. Priemonių, gerinančių bendruomenės mikroklimatą numatymas. 2.1.2. Priešmokyklinės grupės vaikų, 1, 5 klasės ir naujai atvykusių mokinių adaptacijos tyrimas. 2.1.3. Seminarai, paskaitos, renginiai, akcijos, išvykos, kuriuose dalyvauja didžioji dalis bendruomenės narių. 2.1.4. Apskrito stalo diskusijos tarp mokinių, mokytojų, tėvų dėl bendruomenės mikroklimato gerinimo. 2.1.5. Tradiciniai renginiai, telkiantys bendruomenę (Adventinė popietė, Kaziuko mugė, Šimtadienis, Tėvų diena).	Vasario mėn. Rugsėjo mėn. Kasmet	Socialinis pedagogas Klasių vadovai Darbo grupė Gimnazijos taryba
2.2. Sudarytos galimybės dalyvauti programos vykdyme visiems bendruomenės nariams.	2.2.1. Mokinių, mokytojų, tėvų, socialinių partnerių ir kt. įtraukimas į organizuojamus renginius, pažintines veiklas, tyrimus. 2.2.2. Atvirų durų dienų bei visuotinių susirinkimų bendruomenės nariams organizavimas.	2020-2024 m. 2020-2024 m.	Vadovai Darbo grupė Tėvai
2.3. Numatytos emocinės, fizinės, seksualinės prievartos ir	2.3.1. Smurto ir patyčių prevencijos programos „Gyvai“, „Veik“, „Žipio draugai“, „Pauglystės kryžkelės“ ir „Raktai į sėkmę“	2020-2024 m.	Vadovai Socialinis pedagogas

vandalizmo mažinimo priemonės.	įgyvendinamas. 2.3.2. Susitikimų su vaiko teisių tarnybomis, policijos darbuotojais organizavimas. 2.3.4. Aktyvi Vaiko gerovės komisijos veikla. 2.3.5. Tolerancijos dienos, savaitės BE PATYČIŲ, veiksmo savaitės renginių organizavimas.	Pagal poreikį 2019-2022 m. Kasmet	
Laukiamas rezultatas – esamos situacijos žinojimas, sprendimų priėmimas. Gerėja pasitikėjimas ir bendradarbiavimas tarp mokinių, tėvų ir mokytojų. Dauguma bendruomenės narių turi galimybę gauti visapusišką socialinę pedagoginę pagalbą.			

3 veiklos sritis FIZINĖ APLINKA

Uždavinys: Kurti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką ugdymo aplinką, skatinant fizinį aktyvumą.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
3.1. Priemonės, užtikrinančios gimnazijos teritorijos, patalpų priežiūrą.	3.1.1. Užtikrinti gimnazijos patalpų atitikimą higienos reikalavimams. 3.1.2. Rengti akcijas, talkas švarinant gimnazijos ir Kalvelių miestelio aplinką. 3.1.3. Atnaujinti sportinę bazę (treniruokliai, kamuoliai ir kt.). 3.1.4. Atnaujinti gimnazijos informacinius stendus.	2020-2024 m. 2020-2024 m.	Vadovai Direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams
3.2. Priemonės, skatinančios visų bendruomenės narių fizinį aktyvumą.	3.2.1. Organizuoti sveikatingumo ir sporto šventes; judriąsias pertraukas, dviračių žygius; bėgimo akcijas. 3.2.2. Rengti tarpklasines varžybas: tinklinio, kvadrato, krepšinio, futbolo. 3.2.3. Sporto salės ir kamuolių, stalo teniso priemonių prieinamumas pertraukų metu, po pamokų.	Kasmet Du kartus per mokslo metus 2020-2024 m.	Darbo grupė Fizinio ugdymo mokytojai
3.3. Priemonės sveikos mitybos organizavimui ir geriamojo vandens prieinamumui užtikrinti.	3.3.1. Maitinimo organizavimo priežiūra: sveikos mitybos įgūdžių skatinimas, valgyklos valgiaraštis, vaisių ir daržovių asortimentas, geriamojo vandens prieinamumas. 3.3.3. Mitybos temų integravimas į visų klasių biologijos ir technologijų pamokų turinį. 3.3.4. Sveiko maisto renginiai: paskaitos, patiekalų gamyba.	Kasmet 2020-2024 m.	Valgyklos vyr. virėja Darbo grupė
Laukiamas rezultatas – saugesnės erdvės sportinei, ugdomajai veiklai. Mokiniai įgis sveikos mitybos žinių ir įgūdžių, rinksis sveikesnius patiekalus, sumažės mokinių, perkančių užkandžius ir gaiviuosius gėrimus parduotuvėje.			

--

4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALIEJI IŠTEKLIAI.

Uždavinys: Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais organizavimas.	4.1.1. Dalyvauti seminaruose, konferencijose, paskaitose, susijusiose su sveikatos ugdymu ir stiprinimu. 4.1.2. Privalomų sveikatos žinių ir įgūdžių programų vykdymas: privalomas pirmos pagalbos mokymas, privalomas higienos įgūdžių mokymas.	Kasmet	Vadovai, mokytojai, direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams
4.2. Bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui.	4.2.1. Teoriniai ir praktiniai užsiėmimai, klasių valandėlės, protų mūšiai mokiniams, vedami tėvų, neformaliojo švietimo vadovų, dalykų mokytojų, specialistų. 4.2.2. Žygiai, kelionės, akcijos, mugės ir kt. renginiai su tėvais. 4.2.3. Vaikų vasaros socializacijos stovykla.	Kasmet	Darbo grupė, socialinis pedagogas
4.4. Gimnazijos partnerių įtraukimas.	4.4.1. Įgyvendinant sveikatingumo programą bendradarbiauti su: Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuru; Vilniaus r. savivaldybės vaiko teisių tarnyba; psichologine pedagogine tarnyba; Vilniaus r. ugniagesiais; Kenos užkardos pareigūnais.	2020-2024 m.	Darbo grupė
Laukiamas rezultatas – mokytojai kels kvalifikaciją, nuolat atnaujins žinias apie sveikos gyvensenos ugdymą, sukauptą patirtį sveikatos stiprinimo klausimais perteiks mokiniams. Į sveikatos stiprinimo veiklas bus įtraukti socialiniai partneriai, tėvai. Racionaliai naudojami žmogiškieji ir materialieji ištekliai.			

5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

Uždavinys: Ugdyti teisingą mokinių, jų šeimų ir visos gimnazijos bendruomenės požiūrį į sveiką gyvenseną.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ir kitų sveikatos ugdymo sričių teminius planus, pasirenkamųjų dalykų ir dalykų	5.1.1. Į gamtos mokslų, dorinio ugdymo, fizinio ugdymo, žmogaus saugos, neformalaus švietimo teminius planus integruotos programos: 5.1.1.1. Alkoholio, tabako ir psichotropinių medžiagų prevencijos	2020-2024 m.	Vadovai Dalykų mokytojai Darbo grupė

modulių programas.	programa; 5.1.1.2. Bendroji sveikatos ugdymo programa; 5.1.1.3. Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programa; 5.1.1.4. Žmogaus saugos programa. 5.1.2. Sveikata ugdoma projektinėje veikloje.	.	
5.2. Sveikatos ugdymas apima visą bendrąjį lavinimą.	5.2.1. Sveikatos ugdymas per pamokas. 5.2.2. Sveikatos ugdymas per neformalųjį švietimą. 5.2.3. Sveikatos ugdymas klasių valandėlių, išvykų, renginių ir kt. metu.	2020-2024 m.	Mokytojai
5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos temas.	5.3.1. Žalingų įpročių prevencija. 5.3.2. Fizinio aktyvumo skatinimas 5.3.3. Sveika mityba 5.3.4. Organizmo apsauga, ligų profilaktika, pirmoji pagalba nelaimingų atvejų metu. 5.3.5. Lytiškumas, rengimas šeimai. 5.3.6. Savęs pažinimas, bendravimas su kitais, smurto ir patyčių prevencija.	Kasmet	Darbo grupė
Laukiamas rezultatas – pamokų, renginių, išvykų, klasių valandėlių, paskaitų, akcijų metu mokiniai įgyja žinių, patarimų apie asmens higienos svarbą, ugdomi tarpusavio santykius, plečia žinias apie sveiką gyvenseną, formuoja neigiamą požiūrį į rūkymą, alkoholio ir narkotinių medžiagų vartojimą, mokiniai įsijungia į aktyvią sportinę bei meninę veiklą. Į sveikatos ugdymą įsitraukia tėvai, socialiniai partneriai.			

6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA

Uždavinys: skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį spaudoje, virtualioje erdvėje.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida gimnazijoje.	6.1.1. Apskritojo stalo diskusijos, atviri darbo grupės posėdžiai, specialūs renginiai bendruomenei. 6.1.2. Informacijos pateikimas apie programą ir jos įgyvendinimą internetinėje svetainėje www.kalveliuausrosgimnazija.lt , facebook paskyroje, stenduose, „Mano dienyne“, socialiniuose tinkluose. 6.1.3. Veiklos ataskaitų pateikimas gimnazijos tarybai, gimnazijos bendruomenei.	2020-2024 m.	Darbo grupė

6.2. Sveikatos stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už gimnazijos ribų.	6.2.1. Informacijos pateikimas rajono spaudoje, dalijimasis patirtimi konferencijose, seminaruose. 6.2.2. Gerąja veiklos patirtimi dalytis su Lietuvos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo nariais, informaciją talpinti bendrame sveikatą stiprinančių mokyklų puslapyje www.smlpc.lt 6.2.3. Informacinių leidinių apie sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį parengimas, pavišinimas kitoms mokykloms.	2020-2024 m.	Darbo grupė
Laukiamas rezultatas – apie gimnazijos sveikatinimo veiklą bus informuota Kalvelių bendruomenė. Vilniaus rajono mokyklų bendruomenės semsis patirties.			

V. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

14. Programos įgyvendinimas bus vertinamas vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas“, Vilnius 2007.
15. Sveikatos saugojimo ir stiprinimo veiklos vertinimas bus atliekamas kasmet mokslo metų pabaigoje remiantis šiais metodais: dokumentų analizė, grupinė diskusija, veiklų aptarimas ir analizė, pokalbiai su tėvais (globėjais), pokalbiai su mokiniais, mokytojais, tėvais.
16. Programos vertinimas pagal sveikatos stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodiklius:
 - 16.1. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas – 2020 m.
 - 16.2. Psichosocialinė aplinka – 2021 m.
 - 16.3. Fizinė aplinka – 2022 m.
 - 16.4. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai – 2023 m.
 - 16.5. Sveikatos ugdymas – 2023 m.
 - 16.6. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos sklaida ir tęstinumo laidavimas – 2024 m.
 - 16.7. Su vertinimo rezultatais supažindinama gimnazijos bendruomenė visomis galimomis komunikacijos priemonėmis.
 - 16.8. Vertinimą pagal vertinimo rodiklius atliks gimnazijos vidaus įsivertinimo grupė kartu su sveikatos stiprinimo koordinacine grupe.

VI. PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI

17. Programos įgyvendinimui bus skiriama dalis 2% pajamų mokesčio, savivaldybės ir valstybės biudžeto specialios tikslinės dotacijos (mokinio krepšelio lėšos), projektinės, rėmėjų lėšos.

VII. BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

18. Apie programos vykdymą bus atsiskaitoma gimnazijos bendruomenei posėdžių ir susirinkimų metu, internetinėje svetainėje, žiniasklaidoje. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, programa gali būti koreguojama.
-

SUDERINTA

Gimnazijos tarybos

2019 m spalio 1 d.

posėdžio protokolo Nr. GT - 6