KĖDAINIŲ R. KRAKIŲ MIKALOJAUS KATKAUS GIMNAZIJA

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA**

**„SVEIKOS MOKYKLOS LINK“**

**2022–2027 M.**

KRAKĖS

2022

PATVIRTINTA

Kėdainių r. Krakių Mikalojaus

Katkaus gimnazijos direktoriaus

2022 m. kovo 23 d. įsakymu Nr. V-121

**KĖDAINIŲ R. KRAKIŲ MIKALOJAUS KATKAUS GIMNAZIJOS**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2022–2027 METAMS**

**„SVEIKOS MOKYKLOS LINK“**

**I SKYRIUS**

**BENDROSIOS NUOSTATOS**

Kėdainių r. Krakių Mikalojaus Katkaus gimnazijos (toliau – Gimnazija) Sveikatos stiprinimo programa 2022–2027 metams (toliau – Programa) parengta, atsižvelgus į strateginius įstaigos planus, įstaigos veiklos programą, bendruomenės poreikius. Sveikatos stiprinimo programa 2022–2027 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:

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

2. Gimnazijos strateginiu planu, patvirtintu gimnazijos direktoriaus 2022 m. sausio 19 d. įsakymu Nr. V-24;

3. Gimnazijos 2022 m. veiklos planu, patvirtintu gimnazijos direktoriaus 2022 m. sausio 28 d. įsakymu Nr. V-35.

Programos vykdytojai: gimnazijos mokytojai, administracijos darbuotojai, ugdymo procese dalyvaujantys specialistai ir kiti darbuotojai, mokiniai ir jų tėvai (globėjai, rūpintojai).

**II SKYRIUS**

**2017–2021 M. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO REZULTATAI IR IŠVADOS**

Nuo 2017 m. gimnazija įtraukta į Lietuvos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą. Gimnazijoje bendruomenės sveikatos stiprinimas ir puoselėjimas yra prioritetinė veikla, kuri atsispindi Gimnazijos strateginiame plane bei Gimnazijos metiniame veiklos plane. Sveikatinimo veiklas inicijuoja ir įgyvendina sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti darbo grupė. Gimnazijos administracija remia ir skatina sveikatos stiprinimo procesus Gimnazijoje, inicijuoja sveikatinimo projektus, sudaro sąlygas darbuotojams tobulinti kvalifikaciją.

2017–2021 m. sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos programos ,,Sveikos mokyklos link“ vykdymas ne visuomet buvo sklandus, kadangi kai kuriems uždaviniams įgyvendinti nebuvo skirtos lėšos, kai kuriuos projektus įgyvendinti sutrukdė epidemiologinė situacija. Didžioji dalis programos uždavinių buvo įgyvendinti.

2018 metais užbaigta Gimnazijos pastato renovacija – pastatas pagražėjo, atsinaujino, tapo žymiai šiltesnis. Senajame Gimnazijos pastate buvo įrengtas modernus neįgaliųjų keltuvas. Dauguma Gimnazijos bendruomenės narių mano, kad mokyklinio skambučio garsas yra per stiprus, jis niekada nebuvo pakeistas (atnaujintas į ramesnį). Tik dalis bendruomenės narių mano, kad Gimnazijoje nėra labai triukšminga.

2020 m. Gimnazija tapo „Mokyklų edukacinių erdvių konkurso“ nugalėtoja. Gimnazijos teritorijoje atnaujintos 6 erdvės ir sukurtos naujos edukacinės erdvės: „Vilties traukinys“, lauko klasė „Du kart du“, „Šokio ritmu“, „Lino kelias“, „Bičių deivė – Austėja“, poilsio zona „Ievų pavėsy“. Mokiniai džiaugiasi, kad gimnazijoje gali mokytis ir ilsėtis. Mokinių apklausoje teiginiui  „Mokykloje yra pakankamai įvairių erdvių dirbti ir ilsėtis“ pritarė 84 proc. mokinių, teiginiui „Mokyklos kieme ir mokykloje skiriamas deramas dėmesys vaiko saugumui“ pritarė 92 proc. tėvų.

Gimnazijos klasių vadovai, dalykų mokytojai, renginių organizatorė, savivaldos organizacijos bei pagalbos mokiniui specialistai organizavo įvairius prevencinius renginius. Socialinės pedagogės ir mokinių tarybos iniciatyva kasmet vyko renginiai, skirti „Veiksmo savaitei „Be Patyčių“. Mokinių sveiką gyvenseną skatino visuomenės sveikatos priežiūros specialistės organizuoti ankstyvosios intervencijos užsiėmimai. Tėvų apklausoje teiginiui „Mokykloje rūpinamasi sveika gyvensena (sveiku gyvenimo būdu)“ pritarė 88 proc. tėvų. 2020 ir 2021 m. ypatingas dėmesys buvo skirtas COVID-19 ligai valdyti: mokinių testavimui, higienos reikalavimų laikymosi kontrolei, COVID-19 atvejų ištyrimui, gimnazijos bendruomenės konsultavimui vakcinacijos, testavimo, izoliavimosi klausimais. Visose klasėse vyko pokalbiai apie kaukių dėvėjimo svarbą, asmens higieną ir COVID-19 infekcijos plitimą ribojančius reikalavimus.

Gimnazijoje kiekvienas mokinys dalyvauja bent vienoje prevencinėje programoje. Įgyvendinant žalingų įpročių, nusikalstamumo, smurto, patyčių, nepageidaujamo elgesio prevenciją gimnazijoje į ugdymo dalykų turinį integruojamos „Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa“ ir „Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencinė programa“. Per klasių valandėles ir neformaliąsias veiklas įgyvendinamos šios ankstyvosios prevencijos programos: 1–3 klasėse „Įveikiame kartu“, 4 klasėse „Obuolio draugai“, 5–8 klasėse „Paauglystės kryžkelės“, Ig–IIg klasėse „Raktai į sėkmę“. 2021 m. vykdytoje apklausoje teiginiui „Mokykloje vykdomos prevencinės, sveikatos ugdymo programos yra veiksmingos“ pritarė 90 proc. mokytojų.

Gimnazija dalyvavo HBSC, Higienos instituto tyrimuose, susijusiuose su vaikų sveikata, gyvensena, sveikatos stiprinimu, sveikatos ugdymu. Dalis bendruomenės narių yra susipažinę su vaikų sveikatos ir gyvensenos mokslinių tyrimų rezultatais. Dalis tyrimo išvadų panaudojama sveikatos stiprinimo veiklai planuoti ir tobulinti.

2017–2019 m. vyko sveikatinimo projektai ,,Sveikesnio gyvenimo link“, ,,Gera sveikata – raktas į sėkmę“, ,,Judėk ir tobulėk“, kuriuos finansavo Kėdainių rajono savivaldybė. Šių projektų tikslas – gerinti mokinių psichinę ir fizinę sveikatą.

2019–2020 m. gimnazija dalyvavo iniciatyvoje ,,Aktyviai, draugiškai, sveikai“. 2019 m. patekome į nugalėtojų dešimtuką.

Gimnazijos pedagogai dalyvavo mokymuose ,,Mokyklų darbuotojų kompetencijos psichikos sveikatos srityje didinimas“, trijų dienų Lion‘s quest programos seminare mokytojams „Paauglystės kryžkelės” (lektorius psichologas L. Slušnys), klausė paskaitos „Z ir alfa kartos ypatumai ir ugdymas“, kuri buvo skirta mokytojams ir tėvams (lektorė psichologė R. Čižinauskienė).

Gimnazijoje buvo atliekami įvairūs tyrimai ir anketinės apklausos, kuriomis siekiama išsiaiškinti žalingų įpročių bei patyčių paplitimą gimnazijoje. 2021 metais vykusios 5–8 ir Ig, IIg klasių mokinių apklausos „Patyčios gimnazijoje“ rezultatai parodė, kad patyčios gimnazijoje yra retas reiškinys, į jas operatyviai reaguojama. 83 proc. mokinių pritarė teiginiui „Jeigu mokiniai pasako mokytojui, kad vyksta patyčios, mokytojas tikrai sprendžia šią problemą“. Net 95 proc. tėvų apklausoje nurodė, kad jų vaikas per paskutinius 2 mėnesius iš kitų mokinių nesityčiojo. Tai rodo, jog mokiniai geba save valdyti stresinėse situacijose, moka konstruktyviai spręsti konfliktus ir problemas.

Gimnazijoje didelis dėmesys buvo skiriamas vaikų fiziniam aktyvumui. Mokiniai aktyviai dalyvavo lengvosios atletikos, krepšinio, tinklinio, futbolo neformaliojo vaikų švietimo užsiėmimuose. Pertraukų metu vyko žaidimų turnyrai, kurie padėjo užtikrinti aktyvų mokinių laisvalaikį. Dvejus metus iš eilės gimnazijos 3 ir 4 klasių mokiniai tapo respublikinio projekto „Olimpinis mėnuo“ nugalėtojais. Mokiniams sudarytos galimybės sportuoti gimnazijos sporto salėje per pertraukas ir po pamokų, dalyvauti sporto šventėse, įvairiose respublikos ir tarptautinėse varžybose. Šiuo metu tris fizinio ugdymo pamokas jau turi 1–8 klasių mokiniai.

Pradinių klasių mokiniai dalyvavo socialinių partnerių organizuojamose sveiką gyvenimo būdą skatinančiose mokinių konferencijose. Lietuvos pradinių klasių mokinių pažintinėje-praktinėje konferencijoje „Sveikatos akademija” Radviliškio r. Baisogalos mokykloje-darželyje pranešimus apie sveiką gyvenseną skaitė 8 mokiniai, Kėdainių rajono švietimo įstaigų pradinio ugdymo mokinių forume „Sveiki vaikai – sveika ateitis“ Lietuvos sporto universiteto Kėdainių „Aušros“ progimnazijoje - 5 mokiniai.

Atlikus 2017–2021 m. sveikatos stiprinimo programos „Sveikos mokyklos link“ įsivertinimą, nustatyti tokie sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos sričių vertinimo lygiai:

1-a veiklos sritis. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas – 3 lygis;

2-a veiklos sritis. Psichosocialinė aplinka – 3 lygis;

3-a veiklos sritis. Fizinė aplinka – 4 lygis;

4-a veiklos sritis. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai – 3 lygis;

5-a veiklos sritis. Sveikatos ugdymas – 3 lygis;

6-a veiklos sritis. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaida – 3 lygis;

**SSGG ANALIZĖ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **VEIKLOS SRITYS** | **STIPRIOSIOS PUSĖS** | | **SILPNOSIOS PUSĖS** |
| **1. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės garantavimas.**  1.1. Sudaryta asmenų grupė, organizuojanti sveikatos stiprinimo veiklą mokykloje.  1.2. Numatytas sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas. | Sveikatos stiprinimas įtrauktas į strateginį veiklos planą.  Sudaryta sveikatos stiprinimo darbo grupė.  Gimnazijoje vykdoma mokytojų, pagalbos specialistų tikslinė veikla, stiprinanti sveikatos saugojimą. | | Tobulintinas sveikatos stiprinimo procesų įsivertinimas, kuris atliekamas tik pasibaigus programai. |
| **2. Psichosocialinė aplinka.**  2.1. Priemonės, numatančios mokyklos bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimą ir puoselėjimą.  2.2. Sudarytos galimybės dalyvauti programos vykdyme visiems bendruomenės nariams.  2.3. Numatytos emocinės, fizinės, seksualinės prievartos ir vandalizmo mažinimo priemonės. | Atliekami mokinių ir mokytojų tyrimai leidžia įvertinti situaciją – stipriąsias ir tobulintinas sritis.  Tėvai nuolat informuojami apie vykdomas veiklas, organizuojami klasės tėvų susirinkimai.  Gimnazijoje kiekvienas mokinys dalyvauja bent vienoje prevencinėje programoje įgyvendinant žalingų įpročių, nusikalstamumo, smurto, patyčių, nepageidaujamo elgesio prevenciją.  Gimnazijoje atliekami įvairūs tyrimai ir anketinės apklausos, kuriomis siekiama išsiaiškinti žalingų įpročių bei patyčių paplitimą gimnazijoje. | | Bendruomenė nėra linkusi domėtis tyrimo rezultatais, atsižvelgiant į tobulintinas sritis bei pateiktas rekomendacijas.  Nėra aišku, ar bendruomenės nariai įsisavina visą pateiktą informaciją.  Stokojama tėvų aktyvumo, įsitraukiant į gimnazijos bendruomenės gyvenimą.  Nepakankama tėvų atsakomybė už mokinių tinkamą elgesį ir tėvų įtakos mokiniui mažėjimas.  Mokiniai yra nepakankamai aktyvūs, kad pilnai įsitrauktų į vykdomas akcijas, patys jas inicijuotų. |
| **3. Fizinė aplinka.**  3.1 Priemonės, užtikrinančios mokyklos teritorijos, patalpų priežiūrą ir gerinančios aplinkos sveikatinimą.  3.2. Priemonės, skatinančios visų bendruomenės narių fizinį aktyvumą.  3.3. Priemonės sveikos mitybos organizavimui ir geriamojo vandens prieinamumui užtikrinti. | Patalpos prižiūrimos, stebimos vaizdo kameromis.  Pakeistos senos susidėvėjusios takų trinkelės (430 m2).  Kabinetų skaičius atitinka mokymo programos poreikius, mokinių skaičių, ploto užtenka visoms darbo vietoms įrengti.  Atliktas pastato išorės renovacija.  Nuolat, pagal galimybes, atliekamas vidaus kosmetinis remontas.  Puikiai prižiūrima 6 ha teritorija.  Įrengta daug edukacinių lauko erdvių.  Sudarytos sčlygos bendruomenės narių fiziniam aktyvumui: koridoriuose pastatyti stalo teniso stalai, įrengta treniruoklių salė ir lauko futbolo aikštynas su specialia danga.  Atnaujintas šiuolaikinius poreikius atitinkantis liftas neįgaliesiems ir įrengtas naujas keltuvas neįgaliesiems.  Gimnazijoje per paskutinius penkis metus nėra fiksuota rimtų traumų, ar traumų susijusių su mokinių pavėžėjimu.  Mokinių maitinimas atitinka Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ,,Dėl Maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose“ tvarkos aprašo reikalavimus. | | Nesaugus, su pasenusia asfalto danga bėgimo takas gimnazijos stadione.  Nėra lauko krepšinio aikštelės.  Lauke higienos normų neatitinkantis pasenęs inventorius.  Gimnazija nedalyvauja ,,Vaisių ir daržovių“, bei ,,Pieno ir pieno produktų“ vartojimo skatinimo programose.  Geriamas vanduo patiekiamas valgykloje ir mokiniai gali atsigerti tik valgyklos darbo valandomis iki 13 val. |
| **4. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai.**  4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais organizavimas.  4.2. Bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui.  4.3. Metodinės medžiagos ir kitų sveikatos ugdymui reikalingų priemonių įsigijimo numatymas.  4.4. Mokyklos partnerių įtraukimas į sveikatos stiprinimą. | Gimnazijoje dirba kvalifikuoti mokytojai ir pagalbos mokiniui specialistai.  Pedagogai tobulina asmenines ir profesines kompetencijas dalyvaudami kvalifikacijos tobulinimo renginiuose.  Bendradarbiaujant su Kėdainių r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuru į gimnaziją atvyksta lektoriai, organizuojamos sveikatinimo veiklos.  Bendradarbiaujant su Kėdainių sporto mokykla, Olimpiniu sporto centru, asociacija Trinus, VšĮ ,,Domus solis“ vyksta projektinės veiklos. | | Nepakankama mokytojų kompetencija sveikatos ugdymo klausimais.  Neišnaudojamos kolegialaus mokymosi galimybės.  Nėra psichologo.  Neišnaudotos bendradarbiavimo su mokinių tėvais galimybės.  Nepavyksta įtraukti daugiau tėvų į sveikatinimo veiklų planavimą ir organizavimą. Tėvai neaktyviai įsitraukia į švietėjiškas veiklas sveikatos ugdymo klausimais. |
| **5. Sveikatos ugdymas.**  5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ar ugdymo sričių teminius planus, pasirenkamųjų dalykų ir dalykų modulių programas.  5.2. Sveikatos ugdymas apima visą bendrąjį lavinimą.  5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos temas: 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; užkrečiamųjų ligų prevencija; vartojimo kultūros ugdymas. | Sveikatos ugdymas integruotas į biologijos, gamtos pažinimo, geografijos, chemijos, technologijų, informacinių technologijų, etikos, dailės, tikybos, kūno kultūros, pilietiškumo ugdymo ir klasės valandėlių programas.  Didelis dėmesys skiriamas aktyviai fizinei veiklai per neformalųjį švietimą.  Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai temos integruojamos į įvairių dalykų ugdymo turinį.  Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos sritis (sveiką mitybą, fizinį aktyvumą, psichinę sveikatą, higieną, lytiškumo ugdymą).  Organizuojamos nepamokinės dienos: Olimpinė diena, Judriųjų pertraukų savaitės. Vyksta tarpklasinės futbolo, stalo teniso, tinklinio, krepšinio, kvadrato, lengvo- sios atletikos varžybos. | | Stokojama pačių mokinių aktyvumo ne tik dalyvaujant sveikatinimo edukacinėse veiklose, bet ir įsitraukimo į jų organizavimą.  Trūksta finansinių išteklių veikloms organizuoti (apmokėjimas lektoriams, priemonių ir inventoriaus įsigijimui ir pan.).  Nepakankama mokytojų kompetencija dėstyti kai kurias su lytiniu švietimu susijusias temas.  Dėl didelės įvairių ugdymo dalykų programų apimties nepavyksta pilnai įgyvendinti integruojamų programų.  Didelis mokinių ir mokytojų užimtumas gali tapti kliūtimi tinkamo darbo – poilsio režimo užtikrinimui. |
| **6. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaida.**  6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida mokykloje.  6.2. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų. | Apie sveikatą stiprinančias bei kitas veiklas nuolat teikiama informacija gimnazijos internetinėje svetainėje ir FB paskyroje, el. dienyne.  Vystomas tarpinstitucinis bendradarbiavimas.  Gerąja patirtimi dalinamasi dalyvaujant respublikinėse ir rajoninėse konferencijose, seminaruose.  Organizuojamos respublikinės, rajoninės konferencijos. | | Neišnaudotos visos galimybės skleisti gerąją patirtį už gimnazijos ribų. |
| **GALIMYBĖS** | | **GRĖSMĖS** | |
| Toliau tęsti jau vykdomas sveikatinimo veiklas (sporto renginius, integruotas pamokas, išvykas ir pan.).  Į renginius įtraukti didesnę dalį tėvų ir kitų šeimos narių.  Aktyviau dalyvauti tarptautiniuose, respublikiniuose ir rajoniniuose sveikatinimo renginiuose.  Plėtoti pedagogų kompetenciją sveikatos stiprinimo klausimais.  Tobulinti administracijos, mokytojų, pagalbos mokiniui specialistų bendradarbiavimą siekiant dalintis turima informacija ir idėjomis, kaip spręsti vaikų sveikatos, bendravimo, prisitaikymo problemas bei vykdyti sveikatos ugdymą.  Toliau plėsti ir naujinti gimnazijos edukacines bei viešąsias erdves, kabinetus.  Atsižvelgiant į finansines galimybes, modernizuoti stadioną, bėgimo taką. | | Didėjantis mokinių, turinčių sveikatos sutrikimų, skaičius (viršsvoris ir nutukimas, laikysenos, regos sutrikimai).  Labai susilpnėję mokinių fiziniai ir ištvermės rodikliai.  Lėšų programos vykdymui stygius.  Tėvų įsitraukimo ir bendradarbiavimo stoka.  Mokinių iniciatyvos ir motyvacijos stoka. | |

**III SKYRIUS**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, PRIORITETAI**

**TIKSLAS.** Saugoti ir stiprinti gimnazijos bendruomenės narių sveikatą, ugdant vertybines nuostatas ir sveikos gyvensenos įgūdžius, diegiant vaikams visuminį sveikatos supratimą.

**PRIORITETAI.**

* 1. Sveikatos stiprinimas ir saugojimas.

2. Sąlygų sveikai gyvensenai ugdyti bei ją skatinti užtikrinimas.

**IV SKYRIUS**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMI REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI**

**Uždaviniai**:

* 1. Tobulinti sveikatos stiprinimo procesų kokybę ir vertinimą gimnazijoje.
  2. Plėtoti pasitikėjimą ir partnerystę, pagrindine vertybe laikant gerus mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykius.
  3. Kurti ir puoselėti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką ugdymo aplinką, ugdant fizinio aktyvumo ir sveikatai palankios mitybos įpročius.
  4. Sutelkti gimnazijos bendruomenės narius sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo veiklai.
  5. Užtikrinti kokybišką sveikatos ugdymą.
  6. Dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerąja patirtimi gimnazijoje ir už jos ribų.

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

**Uždavinys.** Tobulinti sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos kokybę ir vertinimą gimnazijoje.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| * 1. Sveikatos   stiprinimo mokykloje organizavimo grupės sudarymas | 1.1.1. Sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje organizavimo grupę papildyti administracijos, tėvų ir mokinių atstovais. Paskirstyti atsakomybę už atskiras veiklos sritis. | 2022 m.  I-II ketvirtis | Direktorius |
| 1.1.2. Rengti darbo grupės pasitarimus. | 1–2 kartus per pusmetį | Sveiktos stiprinimo grupė |
| 1.1.3. Pateikti informaciją bendruomenei apie programos vykdymą. | Kartą metuose |
| * 1. Sveikatos   stiprinimo procesų ir  rezultatų vertinimas | 1.2.1. Darbo grupei atlikti sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje analizę ir vertinimą. | Kartą metuose |
| 1.2.2. Veiklos įsivertinimo rezultatus panaudoti sveikatos stiprinimo veiklos planavimui ir kokybės gerinimui. | 2022–2027  kartą metuose |

**Laukiamas rezultatas.** Komandinio darbo principais veikiančios darbo grupės sveikatos stiprinimo veikla taps efektyvesnė, labiau koordinuota, bus aiškiai matomi veiklos rezultatai. Žinant rezultatus galėsime planuoti būsimas veiklas ir kokybiškiau įgyvendinti priemones. Informacija apie sveikatos ugdymą dažniau pasieks gimnazijos bendruomenę.

**2 veiklos sritis. PSICHOLOGINĖ APLINKA**

**Uždavinys.** Plėtoti pasitikėjimą ir partnerystę, pagrindine vertybe laikant gerus mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykius.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| 2.1.Priemonės, numatančios mokyklos bendruomenės narių gerus tarpusavio santykius. | 2.1.1.Vykdyti patyčių ir smurto prevenciją (pozityvaus mokyklos mikroklimato kūrimas ir prevencijos bei intervencijos priemonių įgyvendinimą (vaikų socialinio ir emocinio ugdymo, prevencinių ir kitų programų įgyvendinimas).  2.1.2. Seminarai pedagogams streso valdymo, konfliktų sprendimo, bendravimo įgūdžių tobulinimo temomis. Netinkamo elgesio psichologinės ir fizinės įveikos priemonės.  2.1.3. Organizuoti bendras išvykas, ekskursijas, talkas, žygius. | 2022–2027  1 kartą per metus  2022–2027 | Klasių vadovai, socialinė pedagogė, vaiko gerovės komisija  Administracija  Renginių organizatorė, klasių vadovai |
| 2.1.4. Bendradarbiauti su socialiniais partneriais vykdant psichotropinių medžiagų vartojimo, nusikalstamumo ir patyčių prevenciją, skatinant sveiką gyvenseną, užtikrinant mokinių saugumą (Kėdainių rajono policijos komisariatas, Kėdainių rajono vaiko teisių apsaugos skyrius, Kėdainių pirminės sveikatos priežiūros centras, Kėdainių rajono visuomenės sveikatos biuras, Kėdainių švietimo pagalbos tarnyba, socialinės paramos skyrius, seniūnijos socialiniai darbuotojai, šeimos atvejo vadybininkai). | 2022–2027 | Direktorius, pagalbos mokiniui specialistai |
| 2.2. Galimybių sudarymas visiems bendruomenės nariams dalyvauti programos vykdyme | 2.2.1. Į organizuojamus renginius, temines dienas, pažintines išvykas, tyrimus, įtraukti mokinius, mokytojus, tėvus, socialinius partnerius ir kt. | Nuolat | Klasių vadovai, renginių organizatorė |
| 2.2.2. Skatinti visapusišką specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių vaikų integraciją į gimnazijos bendruomenę (Tolerancijos diena, Sporto šventė, Šeimos diena, pažintinės išvykos į gamtą). |  | Mokytojai, specialioji pedagogė, renginių organizatorė |
| Nuolat |
| 2.3. Emocinės, fizinės, seksualinės prievartos ir vandalizmo mažinimo priemonių numatymas. | 2.3.1. Įgyvendinti socialinio ir emocinio ugdymo ilgalaikes programas ,,Raktai į sėkmę“. „Antras žingsnis“, „Įveikiame kartu“, „Paauglystės kryžkelės“.  2.3.2. Rengti susitikimus su vaiko teisių tarnybos, Kėdainių r. policijos komisariato bendruomenės pareigūnais.  2.3.3. Atlikti tyrimus, siekiant išsiaiškinti emocinės, fizinės, patyčių atvejus ir priimti sprendimus.  2.3.4. Paskaitos ir projektinės veiklos mokiniams, kuriuos veda išoriniai lektoriai (asociacija Trinus, Vš. Į Domus solis ir kt.).  2.3.6. SEU olimpiada ,,Dramblys”. | 2022–2027  Kartą per pusmetį  Kartą metuose  2022–2027  2022–2027  I ketvirtis | Klasių vadovai, socialinė pedagogė  Socialinė pedagogė  Soc. pedagogė  Direktoriaus pavaduotoja ugdymui,  visuomenės sveikatos specialistė  Socialinė pedagogė |

**Laukiamas rezultatas.** Užtikrinamas mokinio psichologinis saugumas, geri bendruomenės narių santykiai. Mažiau smurto ir patyčių atvejų. Didesnis pasitikėjimas ir bendradarbiavimas tarp mokinių, tėvų ir mokytojų. Dauguma bendruomenės narių turi galimybę gauti visapusišką socialinę pedagoginę, psichologinę pagalbą.

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

**Uždavinys.** Kurti ir puoselėti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką ugdymo aplinką, ugdant fizinio aktyvumo ir sveikatai palankios mitybos įpročius.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| 3.1. Gimnazijos teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas saugios aplinkos kūrimas | 3.1.1. Užtikrinti gimnazijos patalpų atitikimą HN 21:2017 reikalavimams.  3.1.2. Tvarkyti ir puoselėti gimnazijos aplinką.  3.1.3. Atnaujinti gimnazijos bėgimo tako dangą.  3.1.4. Atnaujinti krepšinio aikštelę.  3.1.5. Įrengti higienos normas atitinkančius lauko treniruoklius.  3.1.6. Nuolat atnaujinti sporto inventorių.  3.1.7. Plėsti edukacines erdves gimnazijos sodo teritorijoje.  3.1.8. Įrengti ,,Basų kojų“ taką.  3.1.9. Mokiniams vesti pirmos pagalbos mokymus.  3.1.10. Užtikrinti saugų mokinių pavėžėjimą į gimnaziją. | Nuolat  Nuolat  2023–2027  2023–2027  2024–2027  2022–2027  Kasmet  2023–2024  Kasmet II ketvirtį  Kasmet | Direktoriaus pavaduotoja ūkiui  Direktoriaus pavaduotoja ūkiui  Direktorius  Direktorius  Direktorius  Direktorius  Direktorius  Renginių organizatorė  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė  Direktorius |
| 3.2. Gimnazijos bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas | 3.2.1. Organizuoti nepamokinės veiklos dienas: sveikatingumo ir sporto šventes; judriąsias pertraukos, dviračių žygius.  3.2.2. Taikyti pasyvaus sėdėjimo pamokų metu trumpinimo priemones.  3.2.3. Organizuoti tarpklasines krepšinio, futbolo, tinklinio, kvadrato, lėkščiasvydžio varžybas.  3.2.4. Dalyvauti rajoniniuose, respublikiniuose fizinį aktyvumą skatinančiuose renginiuose, projektuose, varžybose.  3.2.5. Pagal galimybes kviesti į gimnaziją įvairius kitų sporto šakų trenerius, fizinio aktyvumo specialistus.  3.2.6. Užtikrinti galimybę gimnazijos bendruomenės nariams nuolat naudotis gimnazijos vidaus ir lauko sporto ir edukacinėmis erdvėmis.  3.2.7. Dalyvauti Europos judumo savaitės renginiuose. | Nuolat  2023–2027  2022–2027  Nuolat  2023-2027  Nuolat  Kasmet rugsėjo  16–22 d. | Renginių organizatorė, klasių vadovai, fizinio ugdymo mokytojai  Mokytojai  Fizinio ugdymo  mokytojai  Fizinio ugdymo  mokytojai  Direktorius,  fizinio ugdymo mokytojai  Direktorius  Renginių organizatorė, klasių vadovai |
| 3.3. Mitybos ir geriamojo vandens prieinamumo užtikrinimas. | 3.3.1. Maitinimo organizavimo priežiūra, skatinant sveikos mitybos įgūdžius.  3.3.2. Pradėti taikyti švediško stalo maitinimo principą.  3.3.3. Organizuoti renginius sveikai mitybai skatinti (protmūšiai, popietės Tarptautinei maisto dienai, Europos sveikos mitybos dienai paminėti).  3.3.4. Užtikrinti, kad visada būtų galimybė atsigerti geriamojo vandens.  3.3.5. Dalyvauti Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose programose. | Nuolat  2024 m.  Kasmet IV ketvirtis  Nuolat  Nuo  2023 m. | Direktorius,  visuomenės sveikatos priežiūros specialistė  Direktorius  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, klasių  vadovai  Direktorius  Direktorius |

**Laukiamas rezultatas.** Saugesnės erdvės sportinei ir ugdomajai veiklai. Netradicinio ugdymo pamokose, renginiuose, konkursuose, skatinančiuose fizinį aktyvumą, dalyvaus daugiau bendruomenės narių. Mokiniai įgis sveikos mitybos žinių ir įgūdžių. Padidės mokinių, valgančių gimnazijos valgykloje. Gimnazijos bendruomenės nariai daugiau judės, taps sveikesni.

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

**Uždavinys.** Sutelkti gimnazijos bendruomenės narius sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo veiklai.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| 4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais organizavimas | 4.1.1. Bendradarbiaujant su Kėdainių r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuru, organizuoti įvairius mokymus tiek mokytojams, tiek mokiniams ir jų tėvams.  4.1.2.Dalyvauti seminaruose, konferencijose, paskaitose susijusiose su sveikatos ugdymu ir stiprinimu.  4.1.3. Privalomos sveikatos žinių ir įgūdžių programos vykdymas: privalomas pirmos pagalbos mokymas, privalomas higienos įgūdžių mokymas.  4.1.4. Dalyvauti nacionaliniuose, Kėdainių r. savivaldybės, įvairių fondų finansuojamose sveikatos stiprinimo programose ir projektuose. | Nuolat  2022–2027  2023 m.  Kasmet | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė  Direktorius  Direktorius  Direktorius,  visuomenės sveikatos priežiūros specialistė |
| 4.2. Bendruo-menės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui | 4.2.1. Į gimnazijoje vykdomus projektus įtraukti kuo daugiau tėvų.  4.2.2. Pasitelkti mokinių tėvus vaikų sveikatos ugdymui, kviečiant juos dalyvauti įvairiuose sveikatinimo renginiuose.  4.2.3. Per tėvų susirinkimus, individualias konsultacijas paskatinti tėvus domėtis sveikos gyvensenos principais bei paraginti juos perteikti savo turimas žinias vaikams tampant jiems pavyzdžiu  4.2.4. Per mokinių savivaldą pritraukti daugiau mokinių į sveikatinimo renginius. | 2022–2027  2022–2027  Nuolat | Klasių vadovai  Klasių vadovai  Mokinių taryba |
| 4.3. Apsirūpini-mas metodine medžiaga ir kitomis sveikatos ugdymui reikalingomis priemonėmis | 4.3.1. Kaupti ir padaryti mokiniams bei pedagogams prieinamą metodinę medžiagą sveikatos išsaugojimo ir stiprinimo klausimais. | Nuolat | Sveikatos stiprinimo grupė |
| 4.4. Mokyklos partnerių įtraukimas | 4.4.1. Įgyvendinant sveikatingumo programą bendradarbiauti su:   * Kėdainių r. savivaldybės visuomenės sveikatos biuru; * Kėdainių r pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaigomis; * Kėdainių r. savivaldybės vaiko teisių tarnyba; * Kėdainių r. švietimo pagalbos tarnyba; * Krakių seniūnija; * Krakių kultūros centru; * Kėdainių r. rajono švietimo įstaigomis: Akademijos gimnazija, Šėtos gimnazija, Josvainių gimnazija. * Kitų rajonų gimnazijomis: Šeduvos gimnazija, Krekenavos gimnazija ir kt.   4.4.2. Bendradarbiauti su Lietuvos tautiniu olimpiniu komitetu, Kėdainių sporto mokykla dalyvaujant varžybose, žaidynėse, turnyruose ir kituose renginiuose. | 2022–2027  2022–2027 | Administracija, mokytojai, renginių organizatorė  Fizinio ugdymo mokytojai |

**Laukiamas rezultatas.** Dalyvaudami mokymuose mokytojai įgis daugiau sveikos gyvensenos ugdymo žinių ir patobulins profesines kompetencijas. Sukauptas žinias ir patirtį sveikatos stiprinimo klausimais perteiks mokiniams. Mokinių sveikatos ugdymas vyks nuosekliai ir sistemingai. Visi gimnazijos darbuotojai turės būtinų higienos bei pirmosios medicinos pagalbos žinių ir įgūdžių, gebės vykdyti ligų ir traumų pirminę prevenciją, teisingai ir atsakingai priimti sprendimus, susijusius su rizika sveikatai. Vyks kryptingas bendradarbiavimas su socialiniais partneriais.

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

**Uždavinys.** Užtikrinti kokybišką sveikatos ugdymą.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| 5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ar ugdymo sričių teminius planus, pasirenkamųjų dalykų ir dalykų modulių programas | 5.1.1. Į ugdymo dalykų turinį integruoti: „Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa“, ,,Žmogaus saugos bendroji programa“ ir „Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencinė programa“.  5.1.2. Sveikatos ugdymo metodinės konsultacijos vaikams, jų tėvams, mokytojams.  5.1.3. Sveikatos ugdymas organizuojant pamokas gimnazijos edukacinėse erdvėse. | 2022–2027  2022–2027  Kasmet | Pavaduotoja ugdymui, klasių vadovai, mokytojai  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė,  klasių vadovai  Mokytojai |
| 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. | Kasmet pagal dalykų ir neformaliojo švietimo užsiėmimų teminius planus  Pagal klasių vadovų, renginių veiklos planus | Mokytojai, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, klasių vadovai |
| 5.2.4. Inicijuoti mokinių mokslinę-tiriamąją veiklą, susijusią su sveikatingumo stiprinimo temomis, edukacinėse erdvėse. | Nuolat | Mokytojai |
| 5.2.5. Dalyvauti visuose rajone organizuojamuose sveikatingumo konkursuose: ,,Būk saugus“, ,,Išgelbėk draugą“, ,,Sveikuolių sveikuoliai“ ir kt. | 2022–2027 | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė |
| 5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos temas: 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; užkrečiamųjų ligų prevencija; vartojimo kultūros ugdymas | 5.3.1. Rengti paskaitas – praktinius užsiėmimus pasirenkant priimtiniausią veiklos organizavimo formą:  5.3.1.1. Sveikatos stiprinimo ir ligų prevencija.  5.3.1.2. Žalingų įpročių prevencija.  5.3.1.3. Lytiškumo ugdymas.  5.3.1.4. Asmens higienos mokymas.  5.3.1.5. Ėduonies profilaktika ir burnos higienos mokymas.  5.3.1.6. Užkrečiamųjų ligų profilaktika.  5.3.1.7. Pirmosios pagalbos mokymai ,,Išgelbėk dragą“.  5.3.2. Organizuoti tradicinius renginius: Judumo savaitę, Rudeninį bei Pavasarinį krosus, Olimpinę dieną, Šeimos dieną, „Sportuokime kartu“.  5.3.4. Paminėti PSO ir JT dienas:   * *Pasaulinė vandens diena* * *Tarptautinė triukšmo suvokimo diena* * *Pasaulinė rankų higienos diena* * *Judėjimo sveikatos labui diena* * *Tarptautinė šeimos diena* * *Pasaulinė diena be tabako* * *Pasaulinė savižudybių prevencijos diena* * *Pasaulinė psichikos sveikatos diena* * *Tarptautinė maisto diena* * *Europos sveikos mitybos diena* * *Europos supratimo apie antibiotikus diena* * *Tarptautinė nerūkymo diena*   5.3.5. Rengti protų mūšius, viktorinas sveikatos, saugaus elgesio temomis.  5.3.6. Neatlygintinos kraujo donorystės akcija. | 2022–2027  Nuolat  I ketvirtis  Kasmet  II ketvirtis  Kasmet  II-III ketvirčiai  2022–2027  Kovo mėn.  Balandžio mėn.  Gegužės mėn.  Gegužės mėn.  Rugsėjo mėn.  Spalio mėn.  Spalio mėn.  Lapkričio mėn.  Lapkričio Lapkričio mėn.  Nuolat pagal planą  Kartą metuose | Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė,  klasių vadovai  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė  Renginių organizatorė, fizinio ugdymo mokytojai  Klasių vadovai, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, socialinė pedagogė  Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Renginių organizatorė |

**Laukiamas rezultatas.** Pamokų, renginių, klasių valandėlių, paskaitų, akcijų metu mokiniai įgyja žinių, gebėjimų ir kompetencijų asmens higienos ir sveikatai palankios mitybos temomis. Formuojamas neigiamas požiūris į žalingus įpročius, daugiau mokinių įsitraukia į aktyvią fizinę, sportinę bei meninę veiklą. Atsiranda daugiau galimybių į sveikatos ugdymą įtraukti tėvus.

**6-a veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PATIRTIES SKLAIDA**

**Uždavinys.** Dalintis sveikatos stiprinimo veiklų gerąja patirtimi gimnazijoje ir už jos ribų.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonės | Data | Atsakingi asmenys |
| 6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida mokykloje | 6.1.1. Informacijos pateikimas apie programą, priemonių planą gimnazijos internetinėje svetainėje https://katkaus.kedainiai.lm.lt/  6.1.2. Informacijos viešinimas apie vykstančius renginius ir kitas sveikatą stiprinančias priemones <https://katkaus.kedainiai.lm.lt/>, <https://dienynas.tamo.lt/>  <https://www.facebook.com/Kraki%C5%B3-Mikalojaus-Katkaus-gimnazija>, stenduose. | Kartą metuose  2022–2027  nuolat | Sveikatos stiprinimo grupė  Renginių organizatorė, mokytojai |
| 6.2.  Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų | 6.2.1. Viešinti sveikatą stiprinančius renginius gimnazijos internetinėje svetainėje, rajoninėje bei respublikinėje spaudoje, rajoninėse, respublikinėse konferencijose.  6.2.2. Dalintis gerąja patirtimi rajono ir šalies konferencijose, seminaruose.  6.2.3. Organizuoti respublikines, rajonines konferencijas.  6.2.4. Gerosios patirties pasidalijimas per SMLPC tinklalapį. | 2022–2027  2022–2027  Du kartus per 2022–2027 metus  2022–2027 | Sveikatos stiprinimo grupė  Mokytojai  Direktorius  Sveikatos stiprinimo grupė, mokytojai |

**Laukiamas rezultatas.** Gerės gimnazijos įvaizdis. Apie gimnazijos sveikatinimo veiklą sužinos tėvai, kitų mokyklų bendruomenės. Kitos mokyklos galės pritaikyti gimnazijos gerąja darbo patirtį.

**V SKYRIUS**

**SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS**

1. Programos įgyvendinimas įsivertinamas vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas“, Vilnius 2019.
2. Sveikatos saugojimo ir stiprinimo veiklų įsivertinimas atliekamas kasmet mokslo metų pabaigoje taikant šiuos metodus: dokumentų analizė, grupinė diskusija, veiklų aptarimas ir analizė, pokalbiai su tėvais (globėjais, rūpintojais), mokiniais, mokytojais.
3. Su vertinimo rezultatais supažindinama gimnazijos bendruomenė.

**VI SKYRIUS**

**PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI**

Programai įgyvendinti naudotojamos valstybės (ugdymo lėšos), savivaldybės biudžeto, rėmėjų lėšos bei žmogiškieji ištekliai.

VII SKYRIUS

baigiamosios nuostatos

1. Už programos įgyvendinimą ir vykdymą atsakinga gimnazijos direktoriaus sudaryta sveikatos stiprinimo grupė.
2. Apie programos vykdymą informuojama gimnazijos internetinėje svetainėje, socialinio tinklo Facebook gimnazijos paskyroje, gimnazijos informaciniuose stenduose, žiniasklaidoje.
3. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius bei gimnazijos metinius veiklos planus ir strateginį planą, sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama.

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