PATVIRTINTA

Marijampolės Šv. Cecilijos gimnazijos

direktoriaus

2020 m. kovo 13 d.

įsakymu Nr. V-12

**marijampolės ŠV. CECILIJOS GIMNAZIJA**

**2020–2025 m. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA**

**„SveiKI VISUS METUS“**

I skyrius

bendrosios nuostatos

Sveikatos stiprinimo programa „Sveiki visus metus“ nustato tikslus bei uždavinius, apibrėžia prioritetus ir priemones uždaviniams įgyvendinti. Programos turinys apima priešmokyklinį ir gimnazijos ugdymą. Programa siekiama formuoti vaikų sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis mokytojų bei bendruomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.

Programa parengta vadovaujantis: mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašu

Programos vykdytojai: mokytojai, administracijos darbuotojai, kiti darbuotojai, mokiniai ir jų tėvai, vaiko gerovės komisija.

II skyrius

SITUACIJOS ANALIZĖ

Marijampolės Šv. Cecilijos gimnaziją lanko 312 mokinių, iš jų 21 lanko mišrią priešmokyklinio ugdymo grupę, dirba 44 pedagogai. Mokykloje teikiama logopedo ir psichologo pagalba.

Specialiųjų poreikių vaikai integruojami į bendrąsias grupes. Mokyklą lanko ugdytiniai su kalbos ir kitais komunikacijos sutrikimais. Visuomenės sveikatos specialistė turi atskirą kabinetą, aprūpinta pagrindinėmis darbui reikalingomis priemonėmis. Ugdomosios veiklos prioritetai yra sveikos gyvensenos ugdymas.

Įstaigoje didelis dėmesys skiriamas saugios, patrauklios, vaikų fizinį aktyvumą skatinančios aplinkos kūrimui, pastatyti lauko treniruokliai, statoma universalaus sporto komplekso aikštelė Mokyklos kultūros vertybė – bendradarbiavimas ir mokymasis visą gyvenimą, t. y. nuolatinis darbuotojų profesinių kompetencijų tobulinimas vykdant gerosios patirties sklaidą, rengiant ir įgyvendinant mokyklos, savivaldybės ir šalies lygmens projektus. Pedagogai kompetentingi, aukštos kvalifikacijos, nuolat besimokantys, reflektuojantys savo veiklą ir pasirengę kaitai, savo darbe vadovaujasi demokratišku ir bendruomenišku darbo stiliumi. Mokyklos bendruomenė kartu kuria palankias sąlygos mokytis ir tobulėti, skleisti gerąją darbo patirtį.

:

III skyrius

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TikslaS, prioritetai

**Programos tikslas**: bendromis mokyklos bendruomenės narių, ypač mokytojų, sveikatos specialisto, pastangomis stiprinti vaikų sveikatą ir vykdyti tikslingą bei sistemingą ugdymo(si) procesą, siekiant fizinės, psichinės, dvasinės darnos bendruomenėje.

**Prioritetai**: vaikų sveikatos saugojimas ir stiprinimas.

IV skyrius

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS uždaviniai, priemonės, laukiami rezultatai ir jų vertinimo rodikliai

**Programos uždaviniai:**

* Kurti vaikų sveikatai palankią aplinką, pasitelkiant Mokyklos bendruomenę.
* Kurti psichologiškai palankią aplinką, puoselėti gerus Mokyklos bendruomenės narių santykius.
* Gerinti, stiprinti ir plėtoti bendradarbiavimą su šeima.
* Plėtoti bendradarbiavimą su sveikatą stiprinančiomis mokyklomis, kitomis vaiko sveikata ir gerove besirūpinančiomis institucijomis, keičiantis sveikatos stiprinimo veiklos patirtimi už mokyklos ribų.

**Programos įgyvendinimas**:

Sveikatos stiprinimo programa įtraukiama į metinę mokyklos veiklą, detalizuojama, parenkamos konkrečios veiklos ir priemonės jai įgyvendinti. Rengiami mėnesio veiklos planai.

Už programos įgyvendinimo atsakinga sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, patvirtinta mokyklos direktoriaus. Veiklą koordinuos visuomenės sveikatos specialistė.

Programos įgyvendinimui pasitelkiami mokiniai, jų tėvai, mokytojai, pagalbos specialistai, aptarnaujantis personalas, partneriai – specialistai iš visuomenės ir asmens sveikatos priežiūros įstaigų, sveikatinimo, ugdymo institucijų: gydytojai, sveikatos stiprinimo specialistai, treneriai, lektoriai.

**Laukiami rezultatai**:

* Sudarytos palankios sąlygos ugdytinių sveikos gyvensenos įgūdžių ir gebėjimų įtvirtinimui;
* Aktyvus bendruomenės narių dalyvavimas sveikatos ugdymo ir stiprinimo veikloje;
* Saugi ir sveika ugdymo(si) aplinka;
* Vaikų sergamumo mažėjimas;
* Bendruomenės nariai įgyja daugiau sveikatai palankių kompetencijų;
* Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida ir tęstinumo užtikrinimas.

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

Uždavinys: Užtikrinti sveikatos stiprinimo veiklos planavimo ir įgyvendinimo kokybę

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| 1.1. Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupės darbas. | 1.1.1. Mokykloje sudaryta sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė, kurią sudaro mokyklos bendruomenės nariai: mokinių ir jų tėvų atstovai, mokytojai, visuomenės sveikatos specialistas, ir mokyklos administracijos atstovai. | 2020-03 | Visuomenės sveikatos specialistėVisuomenės sveikatos specialistė |
| 1.1.2. Parengiama sveikatos stiprinimo programa „Sveiki visus metus“ 2020–2025 m. | 2020-03 |
| 1.2 Numatytas sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas | 1.2.1. Mokyklos bendruomenės nariai supažindinami su sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimo metodika | 2020-2025 m. | Direktoriaus pavaduotoja ugdymuiDirektoriaus pavaduotoja ugdymuiDirektoriaus pavaduotoja ugdymuiVaiko gerovės komisijos pirmininkas |
| 1.2.2. Sveikatos stiprinimo veiklos integravimas į strateginį ir metinės veiklos planus, atsižvelgiant į bendruomenės narių poreikius. | 2020-2025 m. |
| 1.2.3. Parengti ir įtraukti sveikatos priežiūros veiklos planą į įstaigos metinį veiklos planą. | 2020-2025 m. |
| 1.2.4. Sveikatos stiprinimo programa suderinama su Vaiko gerovės komisijos veikla | 2020-2025 m. |
| 1.3 Sveikatos priežiūros veiklos įstaigoje organizavimas | 1.3.1. Sveikatos stiprinimas įtraukiamas į Sveikatos priežiūros specialisto veiklos planą   | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistėVisuomenės sveikatos specialistė |
| 1.3.2. Periodiškai kaupiama ir analizuojama informacija apie vaikų sveikatą  | 2020-2025 m. |
| 1.3.3. Reguliariai Mokyklos bendruomenė supažindinama su vaikų sveikatos problemomis, rizikos veiksniais, su dažniausiai pasitaikančiomis vaikų ligomis ir jų profilaktinėmis priemonėmis | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistė |
| Laukiamas rezultatas – organizuota sveikatą stiprinanti ugdymo aplinka pagal bendruomenės poreikį, sudaryta ir veikia sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė. Sveikatos stiprinimo ir ugdymo uždaviniai įtraukti į mokyklos veiklos planus. Į sveikatos stiprinimo programą įtraukta dauguma bendruomenės narių.  |

2 veiklos sritis. PSICHOLOGINĖ APLINKA

Uždavinys: Ugdyti pasitikėjimą ir partnerystę, pagrindine vertybe laikant gerus Marijampolės Šv. Cecilijos gimnazijos bendruomenės narių tarpusavio santykius.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| 2.1. Priemonės, užtikrinančios mokyklos bendruomenės narių gerus tarpusavio santykius. | 2.1.1. Bendradarbiauti su socialiniais partneriais, organizuoti seminarus įstaigos pedagogams | 2020-2025 m. | Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupėPsichologasSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupėVaiko gerovės komisijos pirmininkas |
| 2.1.2. Teikti psichologinę pagalbą, pagal poreikius, visiems bendruomenės nariams. | 2020-2025 m. |
| 2.1.3. Į organizuojamus renginius, temines dienas, pažintines išvykas, tyrimus, įtraukiami mokyklos bendruomenės nariai bei socialiniai partneriai | 2020-2025 m. |
| 2.1.4. Vaiko gerovės komisijos posėdžiuose analizuojami specialiųjų ugdymo poreikių ugdytinių ugdymo(si) pasiekimai ir atsirandančios problemos, konsultuojami tėvai (globėjus), mokytojai | 2020-2025 m. |
| 2.2. Kurti gerus mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykius | 2.2.1. Kiekvienais mokslo metais atliekama anketinė apklausą pirmos klasės mokinių tėvų, kad išsiaiškintume poreikius ir lūkesčius sveikatinimo klausimais. | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistėSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė |
| 2.2.2. Bendradarbiaujama su Pedagoginės psichologinės tarnybos specialistais, psichologais. | 2020-2025 m. |
| 2.3. Vykdyti mokykloje agresyvaus, grubaus elgesio apraiškų prevenciją | 2.3.1. Tarptautinės Olweus patyčių prevencinės programos vykdymas | 2020-2025 m. | Vaiko gerovės komisijos pirmininkasVaiko gerovės komisijos pirmininkas |
| 2.3.2. Aptariami vaikų elgesio problemų atvejai Vaiko gerovės komisijoje, siekiant padėti mokytojams ir šeimai. | 2020-2025 m. |
|  Laukiamas rezultatas - Bendruomenės nariai glaudžiai bendradarbiauja tarpusavyje, su socialiniais partneriais, rodo iniciatyvą sveikatos ugdymo veikloje, vykdo tikslus. Gerėja pasitikėjimas ir bendradarbiavimas tarp mokinių, tėvų ir mokytojų. |

3 veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

Uždavinys:kurti saugią, sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką

| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| --- | --- | --- | --- |
| 3.1. Užtikrinti teritorijos ir patalpų priežiūrą bei aplinkos saugumą | 3.1.1. Mokyklos pastato būklės priežiūra bei remontas pagal poreikį. Dalyvaujama akcijose bei talkose tvarkant Mokyklos ir miesto aplinką   | 2020-2025 m. | Ūkio padalinio vadovas MokytojaiMokytojaiŪkio padalinio vadovasŪkio padalinio vadovasŪkio padalinio vadovas |
| 3.1.2. Dalyvaujama akcijose bei talkose tvarkant Mokyklos ir miesto aplinką  | 2020-2025 m. |
| 3.1.3. Atnaujinta dviračių laikymo vieta. | 2020-2025 m. |
| 3.1.4. Lauko treniruoklių įrengimas | 2020-2025 m. |
| 3.1.5 Statoma universalaus sporto komplekso aikštelę | 2020-2025 m. |
| 3.2. Skatinti bendruomenės narių fizinį aktyvumą. | 3.2.1. Skatinamas fizinis vaikų aktyvumas: mankštos, fizinio ugdymo valandėlės, pertraukos bei pasivaikščiojimai lauke.   | 2020-2025 m. | Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupėSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupėFizinio ugdymo mokytojasSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė |
| 3.2.2. Dalyvaujama miesto, savivaldybės fizinį aktyvumą ir sveikatingumą skatinančiuose renginiuose (konkursuose, akcijose, talkose, sporto šventėse) 3.2.3. Organizuojamos netradicinės ugdymo dienos, sporto šventės, turizmo, žaidimų dienos, netradicinės fizinės veiklos užsiėmimai | 2020-2025 m. |
|  3.2.4. Rengiami vaikų, pedagogų ir tėvų ekologiniai žygiai | 2020-2025 m. |
| 3.3.Organizuojama sveikatai palanki mityba | 3.3.1. Kontroliuojama maisto tiekėjo paslaugų kokybė, siekiant vaikų subalansuoto maitinimo;  | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistėSocialinė pedagogėVisuomenės sveikatos specialistė MokytojaiVisuomenės sveikatos specialistė Mokytojai |
| 3.3.2. Tęsiamas dalyvavimą ES programose „Pienas vaikams“ ir „Vaisių vartojimo skatinimas švietimo įstaigose“ | 2020-2025 m. |
| 3.3.3. Skaitomos paskaitos vaikams apie sveikos mitybos svarbą;   | 2020-2025 m. |
| 3.3.4. Organizuojami renginiai, viktorinos, konkursai, šventės, pramogas sveikai mitybai propaguoti   | 2020-2025 m. |
| 3.3.5. Užtikrinama geriamojo vandens kokybės atitikimą reikalavimams  | 2020-2025 m. | Ūkio padalinio vadovas |
| Laukiamas rezultatas – Saugi ir sveika mokyklos aplinka skatins bendruomenę dar labiau puoselėti ugdymo(si) aplinką, aktyviai dalyvauti organizuojamuose renginiuose sveikos ir saugios gyvensenos propagavimui, atsiras daugiau erdvių fizinio aktyvumo skatinti. Netradicinio ugdymo veikloje, renginiuose, konkursuose dalyvaus dauguma bendruomenės narių. Bendruomenės nariai įgis sveikos mitybos žinių ir įgūdžių. |

4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

Uždavinys:sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| --- | --- | --- | --- |
| 4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais organizavimas. | 4.1.1. Kelti bendruomenės narių kvalifikaciją vaikų sveikatos stiprinimo klausimais: seminaruose, mokymuose, konferencijose. | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistė MokytojaiŪkio padalinio vadovas |
| 4.1.2. Privalomos sveikatos žinių ir įgūdžių programos vykdymas: privalomas pirmos pagalbos mokymas, privalomas higienos įgūdžių mokymas. | 2020-2025 m. |
| 4.2. Bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui. | 4.2.1. Paskaitos, diskusijos, praktiniai mokymai, valandėlės, viktorinos mokiniams vedamos tėvų, socialinių partnerių. | 2020-2025 m. | Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupėSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė |
| 4.2.2. Žygiai, kelionės, akcijos, mugės, turnyrai su tėvais. | 2020-2025 m. |
| 4.3. Mokyklos partnerių įtraukimas. | 4.3.1. Įgyvendinant sveikatingumo programą bendradarbiaujama su:* Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuru.
 | 2020-2025 m. | Visuomenės sveikatos specialistė |
| Laukiamas rezultatas – bendruomenės nariai mokosi teisingai ir atsakingai priimti sprendimus, susijusius su rizika sveikatai. Į sveikatos stiprinimo veiklas įtraukiami socialiniai partneriai, nevyriausybinės organizacijos, tėvai. Racionaliai naudojami žmogiškieji ir materialieji ištekliai. |

5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

Uždavinys: ugdyti sveikatai palankias gimnazijos bendruomenės kompetencijas.

| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| --- | --- | --- | --- |
| 5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ir kitų sveikatos ugdymo sričių ilgalaikius planus. | 5.1.1. Į gamtos mokslų, kūno kultūros, neformalaus ugdymo teminius planus integruotos programos:5.1.2. Bendroji sveikatos ugdymo programa;5.1.3. Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programa.5.1.4. Sveikata ugdoma projektinėje veikloje.5.1.5. Sveikatos ugdymo metodinės konsultacijos vaikams, jų tėvams, mokytojams. | 2020-2025 m. | Direktoriuspavaduotoja ugdymui |
| 5.2.Sveikatos ugdymas apima visą bendrąjį ugdymą. | 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. | 2020-2025 m. | Mokytojai |
| 5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos temas. | 5.3.1. Pamokos ,,Sveika mityba“ | 2020-2025 m | Visuomenės sveikatos specialistė |
| 5.3.2. Pamokos ,,Asmens higiena“ |
| 5.3.3. Pasaulinės vandens dienos minėjimas |
| 5.3.4. Pamokos ,,Žalingų įpročių prevencija'' |
| 5.3.5. Pamokos ,,Lytiškumo ugdymas“  |
| 5.3.6. Praktiniai užsiėmimai ,,Kvėpavimo pratimai“ |
| 5.3.7. Protmūšis ,,Rūkymui ne“ |
| 5.3.8. Pasaulinės AIDS dienos protmūšis: „AIDS: geriau žinoti“ |
| 5.3.9. Prevencinis renginys - Tarptautinei maisto dienai paminėti ,,Protų mūšis“ |
| 5.3.10. Pamokos-praktiniai užsiėmimai ,,Pirmoji pagalba“ |
| 5.3.11. Akcija-praktiniai užsiėmimai „Kuprinių svėrimas“ |
| Laukiamas rezultatas – pamokų, renginių, išvykų, sveikatos valandėlių, akcijų metu vaikai įgyja žinių apie sveiką gyvenseną, formuoja neigiamą požiūrį į alkoholio vartojimą, rūkymą. Gerės ugdytinių fizinės sveikatos būklę: gerės kūno išvaizdą, laikysena, raumenų veiklą, mažės ligų riziką. |

6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PATIRTIES SKLAIDA

Uždavinys: siekiama skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį savivaldybės ir šalies mokyklų bendruomenėms

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Rodiklis | Priemonė | Priemonės įgyvendinimo data | Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos) |
| 6.1. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaida mokykloje | 6.1.1. Informacijos pateikimas apie programą, priemonių planą, renginius mokyklos internetinėje svetainėje, stenduose, socialiniuose tinkluose. 6.1.2. Veiklos ataskaitų pateikimas mokyklos tarybai, tėvų susirinkimų metu. | 2020-2025 m | Visuomenės sveikatos specialistėSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė |
| 6.2. Sveikatos stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų.  | 6.2.1. sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaidos viešinimas vieną kartą sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo laikotarpiu, parengiant pranešimą visuomenei (vietos savivaldybės, regiono apskrities mastu) | 2020-2025 m | Visuomenės sveikatos specialistėSveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė |
| Laukiamas rezultatas – apie sveikatinimo veiklą sužinos tėvai, miesto mokyklų bendruomenės. Daugės sveikatą stiprinančių mokyklų. Šv. Cecilijos gimnazija taps žinomas kaip sveikatą stiprinanti mokykla |

V SKYRIUS

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Už programos įgyvendinimą atsakinga mokyklos bendruomenės sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, kuri vieną kartą metuose parengia sveikatinimo programos įgyvendinimo ataskaitą ir pristato bendruomenei. Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo priežiūrą numatoma atlikti viso proceso metu, dviem etapais

I etapas. Kasmetinis sveikatos stiprinimo programoje numatytų priemonių realizavimo vertinimas. II etapas. Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo būklės analizė. Vertinimai atliekami kasmet, naudojantis sveikatos stiprinimo programos priemonių analizės, vaikų sveikatos saugojimo kompetencijos pasiekimų vertinimo pagal įstaigos vaikų pasiekimų ir pažangos vertinimo metodiką, anketavimo, diskusijų metu. Remiantis vertinimo rezultatais rengiama ataskaita įstaigos bendruomenei, joje numatant teigiamus sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo pokyčius, neigiamus veiklos aspektus, sveikatos stiprinimo programos kryptis, prioritetus kitiems metams.

VI SKYRIUS

PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO lėšų šaltiniai

**1. Žmogiškieji ištekliai**: Mokyklos administracija, pedagogai, pagalbos vaikui specialistai, nepedagoginiai darbuotojai, vaikai, tėvai, sveikatos priežiūros specialistas, socialiniai partneriai.

**2. Finansiniai ištekliai**:

* mokymo lėšos: išvykų, ekskursijų, edukacinių programų finansavimas, pedagogų kvalifikacijos kėlimo apmokėjimas;
* biudžetinių įstaigų pajamų lėšos: lauko įrangos, sportinio inventoriaus ir metodinės medžiagos įsigijimas;
* savivaldybės lėšos: darbuotojų kvalifikacijos kėlimo apmokėjimas, kanceliarinių priemonių įsigijimas;
* visuomenės sveikatos programos rėmimo lėšos: konkursų, sportinių renginių, varžybų finansavimas.

**3. Kiti ištekliai**: Mokyklos patalpos, kiemas, socialinių partnerių teritorija ir patalpos, lauko teritorija už mokyklos ribų.

VII SKYRIUS

baigiamosios nuostatos

Su sveikatinimo programa supažindinti visi bendruomenės nariai. Remiantis programos vertinimo rezultatais, atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, mokyklos strateginio plano stebėsenos strateginių tikslų pasiekimo analizę, sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama.