4 PRIEDAS MOKYKLŲ
P A T V I R T I N T A
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos
biuro direktoriaus
2021 m. sausio 6 d. įsakymu Nr. J-1

# „AITVARO“ GIMNAZIJOS
# VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS VEIKLOS PLANAS 2021 METAMS

Parengė: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
visuomenės sveikatos specialistė
Natalja Markina

Klaipėdos „Aitvaro" gimnazija - bendrojo lavinimo mokykla, įgyvendinanti vidurinio, pagrindinio ugdymo turinio antrosios dalies formaliojo ir neformaliojo švietimo programas. Mokykloje yra 405 mokinių. Mokykloje yra 17 klasių.

**Mokyklos misija** –

• Tenkinanti pažintinius mokinio poreikius, plėtojanti fizines ir dvasines galias, meninius polinkius.
• Sudaranti lygias ugdymosi galimybes įvairių poreikių ir galimybių mokiniams.
• Tai institucija, kurioje ugdomas doras, savarankiškas, kritiškai mąstantis Lietuvos pilietis, kurioje užtikrinama saugi ir sveika ugdymosi aplinka.

**Mokyklos strateginio plano prioritetinis tikslai -**

• Sudaryti sąlygas bendrojo lavinimo ir neformaliojo švietimo kokybei.
• Skatinančių mokymosi lankstumą ir atvirumą bei leidžiančių taikyti įvairias mokymosi formas, puoselėjimas.

**Numatytos sveikatinimo veiklos kryptys.**

• Žalingų įpročių, prevencija.
• Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas.
• Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas mokyklose.
• Mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklos viešinimas.

**Sveikatos stiprinimo SSGG analizė**

| | |
|---|---|
| Stiprybės<br>1.Skiriama pakankamai dėmesio sveikos gyvensenos pagrindams .<br>2.Mokejimas atpažinti gyvybei pavojingas būkles ir suteikti pirmąją pagalbą.<br>3. Pirminė lėtinių infekcinių ligų profilaktika ir šių ligų bendrųjų rizikos veiksnių nustatymas.<br>4.Analizuojama mokinių sveikatos ir sergamumo rodikliai ir pateikiama informacija mokyklos bendruomenei, tėvams (globėjams), savivaldybei bei kitoms suinteresuotoms institucijoms. | Silpnybės<br>1.Tėvai skiria mažai dėmesio sveikos gyvensenos pagrindams.<br>2. Tėvų neaktyvus bendradarbiavimas su šeimos gydytojais. |
| Galimybės<br>1. Pagalba mokiniams ugdant sveikos gyvensenos ir asmens higienos įgūdžius.<br>2. Didėjantis mokinių ir tėvų (globėju) poreikis sveikatos išsaugojimui ir stiprinimui.<br>3. Skatinti sveiką mitybą, bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą. | Grėsmės<br>1. Nesuformuotas teigiamas tėvu( globėju) požiūris į sveiką gyvenseną, sveikatos išsaugojimą ir stiprinimą savo vaikų.<br>2. Netinkama mityba namuose turi įtakos dideliam mokiniu sergamumui lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis. |

•Kaip panaudoti stiprybes galimybėms realizuoti?

Pokalbiai, paskaitos, protų mūšiai, viktorinos. Išugdyti mokinių pasitikėjimą ir įgūdžius padėti sau.

•Kaip pašalinti silpnybes pasinaudojant galimybėmis?

Laiku pastebėti mokinių sveikatos problemas. Paaiškinti mokiniams, tėvams bei mokytojams sveikatos išsaugojimo būdus. Vykdyti traumatizmo profilaktiką.

•Kaip panaudoti stiprybes grėsmėms sumažinti?

Kartu su klasės vadovais ir mokiniais per klasių valandėle formuoti sveiko gyvenimo įgūdžius.

• Kokias silpnybes reikia pašalinti, kad sumažėtų grėsmės?

Sveiko gyvenimo įgūdžius formuoti glaudžiai bendradarbiaujant su fizinio ugdymo mokytojais, klasių vadovais, biologijos mokytojais.

**Sveikatos stiprinimo tikslas**

Sveikos gyvensenos ugdymas, sveikos visuomenės formavimas.

**Sveikatos stiprinimo artimieji tikslai**

Darbas su mokiniais įvairiais sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais.

**Sveikatos stiprinimo uždaviniai**

- Didinti mokinių supratimą apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms.
- Informuoti mokinius apie rizikingo ir neatsargaus elgesio pasekmes.
- Mokyti mokinius burnos higienos, asmens higienos įgūdžių.
- Skatinti mokinius vartoti daugiau vaisių ir daržovių.
- Įtraukti kuo daugiau mokinių į fizinio aktyvumo veiklas.
- Viešinti mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklas.

**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 „Pusryčiai – tai mūsų organizmo energiją“ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 50 | | Rugsėjis | | |
| | | Paskaita „ Ką turėtume valgyti, norėdami išvengti diabeto“ | Mokymas | 10 klasių mokiniai | 25 | | Lapkritis | | |
| | | Paskaita „Daržovių nauda“ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 30 | | Gegužis | | |
| | | Paskaita „Žalingos dietos “ | Mokymas | 12 klasių mokiniai | 40 | | Kovas | | |
| | | Paskaita „Burnos higiena “ | Mokymas | 11 klasių mokiniai | 40 | | Birželis | | |
| | | **Mokinių maitinimo organizavimo priežiūra skatinant sveiką mitybą bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą.** Konsultuoti specialistus, atsakingus už mokinių maitinimą, sveikos mitybos klausimais. | Konsultavimas | Virtuvės darbuotojai | 5 | | Nuolat | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Prižiūrėti mokinių maitinimą pagal patvirtintą valgiaraštį.** | Konsultavimas | Virtuvės darbuotojai | 5 | | Nuolat | | |
| | | **Valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalo pildymas** | Pildymas | Sveikatos priežiūros specialistas | | | 1 kartą per dvi savaites | | |
| | | Sudaryti mokinių sąrašą, kuriems reikalingas tausojantis maitinimas. | Konsultavimas | Mokiniai | | | Pagal poreikį | | |
| 2. | **Sveikos aplinkos kūrimas** | **Mokyklos aplinkos atitikties, pagal visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimus priežiūra.** Mokyklos patalpų higieninės būklės patikrinimas. | Konsultavimas | Administracija | 5 | | 1 k. per mėn. | | |
| | | Mokinių susodinimo priežiūra, vykdant ydingos laikysenos, skoliozės bei regos prevenciją mokykloje. | Konsultavimas | Mokiniai | | | Pagal poreikį | | |
| 3. | **Sužalojimų prevencija** | Paskaita ,,Teisingas pirmosios pagalbos teikimas’ | Įgūdžių formavimas | 11 klasių mokiniai | 40 | | Sausis | | |
| | | Paskaita ,, ,,Žaizdos, sumušimai, lūžimai“ | Įgūdžių formavimas | 10 klasių mokiniai | 30 | | Gruodis | | |
| | | Paskaita ,,Apsinuodijimas. Pirma pagalba . “ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 30 | | Vasaris | | |
| | | Saugaus eismo užsiėmimai apie el. pasitrūktų saugų naudojimąsi, šalmų dėvėjimą. | Mokymas | Mokiniai | | | Balandis | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Vykdyti traumų, įvykstančių ugdymo proceso metu bei pakeliui į mokyklą ir iš jos, registraciją ir analizę | Registravimas | Mokiniai | | | Esant įvykiui | | |
| | | **Pirmosios medicinos pagalbos teikimas ir koordinavimas**<br>Teikti pirmąją medicinos pagalbą įvykus nelaimingam atsitikimui, pranešti mokinio tėvams apie įvykį, esant reikalui, iškviesti greitąją pagalbą ir palydėti mokinį į sveikatos priežiūros įstaigą. | | | | | | | |
| | | Sukomplektuoti pirmosios pagalbos rinkinius mokyklos dirbtuvėse, sporto salėje, sveikatos kabinete, ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje kiekvienoje grupėje. Vykdyti jų naudojimosi priežiūrą. | Priežiūra | | | | Rugsėjis ir esant poreikį | | |
| 4. | **Užkrečiamųjų ligų profilaktika** | Paskaita „Viskas apie skiepų naudą“ | Mokymas | 10 klasių mokiniai | 45 | | Lapkritis | | |
| | | Paskaita ,,Sunki plaučių liga ir ne tik ...‘‘ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 35 | | Kovas | | |
| | | Paskaita „Mikrobų manija ir antibiotikai “ | Mokymas | 10 klasių mokiniai | 35 | | Gegužis | | |
| | | Paskaita ,,Hepatitas‘‘ | Mokymas | 12 klasių mokiniai | 50 | | Gruodis | | |
| | | Paskaita „AIDS: geriau žinoti“ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 100 | | Lapkritis | | |
| | | Paskaita ,, Encefalitas ir Laimos liga “ | Mokymas | 10 klasių mokiniai | 30 | | Gegužė | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Paskaita ,,Plauk rankas saugok save ir esančius . “ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 30 | | Vasaris | | |
| | | Paskaita ,,Užkrečiamųjų ligų simptomai “ | Mokymas | 12 klasių mokiniai | 30 | | Balandis | | |
| | | Paskaita ,,Imunitetas ir Peršalimo ligas . “ | Mokymas | 11 klasių mokiniai | 35 | | Rugsėjis | | |
| | | Paskaita ,,Mikrobų manija ir antibiotikai “ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 35 | | Spalis | | |
| | | **Asmens higienos įgūdžių ugdymas ir priežiūra.** | Tikrinimas | Mokiniai | | | Pagal epidemiologines reikmes | | |
| 5. | **Psichinės sveikatos stiprinimas** | Paskaita ,,Pasaulinė psichikos sveikatos diena“ | Mokymas | 10 klasių mokinai | 30 | | Spalis | | |
| | | Paskaita ,,Visuomenė prieš abortus“ | Mokymas | 12 klasių mokiniai | 50 | | Spalis | | |
| 6. | **Fizinio aktyvumo skatinimas** | Paskaita ,,Fizinis aktyvumas-sveikas gyvenimas‘‘ | Mokymas | 9 klasių mokinai | 30 | | Gegužis | | |
| | | Paskaita ,,Kaip išvengti ydingos laikysenos? ‘‘ | Mokymas | 11 klasių mokiniai | 40 | | Balandis | | |
| | | **Informacijos dėl mokinių galimybės dalyvauti sporto varžybose teikimas kūno kultūros mokytojams.** | Informavimas | Mokiniai | | | Pagal poreikį | | |
| 7. | **Alkoholio, rūkymo ir kt. psichotropinių medžiagų vartojimo prevencija** | Paskaita ,,Žalingi įpročiai, jų poveikis sveikatai“ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 30 | | Balandis | | |
| | | Paskaita,, Laisvalaikis be tabako“ | Mokymas | 10 klasių mokiniai | 30 | | Gruodis | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 8. | **Keletą poveikio sričių apimančios sritys** | Paskaita „Saugokite savo jaunystės Grožį“ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 30 | 28 | Spalis | | |
| | | Paskaita-diskusija „Duoti kraujo -tai yra misija kiek vieno žmogaus ‘‘ | Mokymas | 9 klasių mokiniai | 40 | | Balandis | | |
| | | **Informacijos apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinių patikrinimų apibendrinimas.** | Analizė | Mokiniai | 405 | | Rugsėjis Spalis | | |
| | | **Mokyklos vadovui ar jo įgaliotam darbuotojui** pateikti asmens sveikatos priežiūros įstaigų specialistų **Fizinio aktyvumo skatinimas** išvadas ir rekomendacijas | Informavimas | Mokiniai | | | Ne vėliau kaip iki 2020.10.01 ir vėliau pagal poreikį | | |
| | | Pagalbos mokinių **savirūpai organizavimas** ugdymo įstaigose | LNL sergančių mokinių, savirūpai parengtų planų skaičius | Mokiniai | Pagal poreikį | | Pagal poreikį | | |
| | | Apibendrintų sveikatos duomenų pristatymas mokyklos bendruomenei. | Informavimas | Mokyklos bendruomenė | | | Sausis | | |
| | | **Priemonių efektyvumo vertinimas.** Anketinė apklausa po įvykdytų priemonių | Analizė | Mokiniai | | | Po pravėstos priemonės | | |
| | | **Sveikatinimo veiklos metodinių konsultacijų teikimas** (Teikti individualias metodines konsultacijas besikreipiantiems pagalbos arba matant konkrečią problemą) | Konsultavimas | Tėvai Pedagogai Mokiniai | | | Naujai pradėjusių lankyti vaikų tėvams ir pagal poreikį | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Sveikatinimo veiklų viešinimas įstaigos internetinėje svetainėje | Informavimas | Mokyklos bendruomenė | | | Po įvykdytų veiklų | | |

**Sudarė:** Visuomenės sveikatos specialistė Natalja Markina

**Suderinta**: Mokyklos direktorius Irina Fiodorova