

Vilniaus Viršuliškių mokyklos
direktoriaus pavaduotojos ugdymui,
laikintai einančios direktoriaus pareigas
2021-03-10 įsakymo Nr. V-13

**Vilniaus Viršuliškių mokyklos
SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA
„VIRŠULIŠKIŲ SVEIKUOLIUKAI“
2021 – 2026 m.**

*Parengė Vilniaus Viršuliškių mokyklos direktoriaus pavaduotoja ugdymui, laikinai einanti direktoriaus pareigas Daiva
Adomaitienė ir Vilniaus miesto savivaldybės visuomenės sveikatos biuro
bendrojo ugdymo įstaigų visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Jurgita Misaniuk*

I. BENDROSIOS NUOSTATOS

Vilniaus Viršuliškių mokyklos Sveikatos stiprinimo programa 2021-2026 metams (toliau – programa), sudaryta atsižvelgiant į strateginį įstaigos planą, metinę veiklos programą, bendruomenės poreikius. Sveikatos stiprinimo programa 2021-2026 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 sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.

Programa parengta vadovaujantis:

1. Mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis 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. Vilniaus Viršuliškių mokyklos strateginiu planu 2018-2022 m., patvirtintu direktoriaus 2017 m. gruodžio 15 d. įsakymu Nr.V-105.

II. SITUACIJOS ANALIZĖ

Vilniaus Viršuliškių mokykloje sveikatingumo ugdymas ir stiprinimas vyksta šiomis kryptimis:

1. Sveikatingumo ugdymas ir ligų prevencija.
2. Sveikatai palankios psichologinės aplinkos bei mikroklimato formavimas.
3. Saugios, higienos reikalavimus atitinkančios vidaus ir lauko aplinkos kūrimas.

Vilniaus Viršuliškių mokykloje organizuojamos įvairios veiklos, skatinančios vaikų sveikatai palankios gyvenimo įgūdžius. Taip pat formuojamas holistinis požiūris į sveikatą kaip fizinę, dvasinę ir socialinę asmens gerovę, o ne tik ligos nebuvimą. Vaikams periodiškai akcentuojama sveikos mitybos, fizinio aktyvumo bei tinkamos asmens higienos svarba, teorinės žinios nuolat įtvirtinamos įvairioms praktinėmis veiklomis. Dalyvaujama LTOK projekte „Olimpinis meniu“, Lietuvos mokyklų žaidynėse „Drąsūs, stiprūs, vikrūs“, minimos įvairios sveikatingumo dienos: „Pasaulinė vandens diena“, „Pasaulinė AIDS diena“, „Pasaulinė rankų higienos diena“ ir kt., organizuojamos aktyvios pertraukos. Daug dėmesio skiriama gerai ugdytinių psichologinei savijautai – ypač naujai atėjusių vaikų adaptacijai, pratinimui prie įstaigos dienos ritmo, sveiko gyvenimo būdo, taisyklingo sėdėjimo mokykloje, tinkamo kuprinės pasirinkimo. Klasių vadovai skatina tinkamą vaikų tarpusavio elgesį. Grupėse vykdoma konfliktų bei smurto prevencija, mokiniai nuolat supažindinami su žalingų įpročių pasekmėmis. Tapusi sveikatai stiprinančia mokykla, Vilniaus Viršuliškių mokykla sieks dar aktyviau formuoti sveiko gyvenimo įpročius, skatins vaikų fizinį aktyvumą bei visos bendruomenės tapimą dar sveikesne ir aktyvesne bendruomene.

Vilniaus Viršuliškių mokykloje vykusios sveikatos stiprinimo veiklos

Veiklos sritis	Priemonės	Data	Dalyvių skaičius per metus	Atsakingi asmenys
Psichosocialinė aplinka	<i>Veiklos, skatinančios bendruomeniškumą, toleranciją, tarpusavio susitarimą, kultūringą bendravimą.</i>			
	Tolerancijos dienos minėjimas „Tolerancijos raktas“. Akcija „Gerojo lašelio diena“. Tą dieną mokiniai atėjo pasipuošę žaliu drabužiu arba turėjo žalią atributą, aksesuarą ir taip palaikė šiuo metu sunkiai onkologinėmis ligomis sergančius bendraamžius.	2020 m. vasario mėn.	583	Socialinė pedagogė E. Valutytė ir mokytoja A. Steponėnienė
	Mokyklos bendruomenė dalyvavo visuomeninės organizacijos „Gelbėkit vaikus“ septintajame Solidarumo bėgime.	2020 m. rugsėjo 30 d.	366	Direktoriaus pav. ugd. D. Adomaitienė
	Mokyklos 5-8 kl. mokiniai dalyvavo socialinėje akcijoje „Sveikiname vienišus žmones“. Aplankė vienišus Viršuliškių mikrorajono	2019 m. gruodžio mėn.	60	Klasių vadovai

senolius, įteikė kalėdinių dovanų, palinkėjo geros sveikatos.			
Patyčių prevencijos tema 1-4 kl. prarastos po 5 klasės valandėles ir 5-8 kl. prarastos po 4 klasės valandėles ir po 5 individualius pokalbius su mokiniais. Socialinė pedagogė vedė prevencines pamokas skirtas sąmoningumo didinimui „Be patyčių“ (5 pamokos) 3-4 kl. mokiniams.	2020 m. kovo mėn.	583	Klasių vadovai, socialinė pedagogė E. Valutytė, psichologė G. Kazlauskienė
Pravesti psichologo pokalbiai su visais 1 kl. vadovais ir mokinių tėvais apie mokinių adaptaciją ir darbą klasėje. Buvo pateiktos rekomendacijos, kaip pagerinti klasės darbą bei mokinių adaptaciją. 5 kl. mokinių sklandesnės adaptacijos tikslais buvo organizuojamas 5 kl. vadovų bendradarbiavimas su pradinių klasių vadovais.	2020 m. rugsėjis	75	Psichologė G. Kazlauskienė
Visose 1-8 klasėse įgyvendinama socialinių emocinių įgūdžių programa „Olweus“. Vedami užsiėmimai klasės valandėlių metu. Pagal poreikį pagalbą teikia psichologė. Visi mokyklos bendruomenės nariai dalinasi gerąja patirtimi vieni su kitais reguliariuose posėdžiuose.	Nuo 2016 m.	583	Klasių vadovai ir visi mokytojai, psichologė G. Kazlauskienė
Dalyvauta ES projekte „Mokymasis būti: socialinių, emocinių ir sveikos gyvensenos įgūdžių vertinimo praktikos bei metodikų plėtojimas švietimo sistemose“ (toliau Projektas) Nr. “ Nr. 582955-EPP-1-2016-2-LT-EPPKA3-PI-POLICY, finansuojamą Erasmus+KA3 programos.	2018 – 2019 m. m.	100	Projekto koordinatore psichologė Sandra Muračiovienė ir 4-ą klasių ir 7A, 7B klasių auklėtojai
Tėvams nuolat siunčiami švietėjiški straipsniai įvairiomis tėvystės, pedagogikos, psichologijos temomis.	Metų eigoje	583	Socialinė pedagogė, psichologė, VSS J. Misaniuk
Mokiniai dalyvavo draugiškojoje socialinio – emocinio ugdymo olimpiadoje „Dramblys“.	2019 m. ir 2020 m. kovas	24	Klasės auklėtoja Daiva Gaidanienė
<i>Žmogaus saugos programos temų integravimas į pamokas. Saugaus elgesio buityje, priešgaisrinės saugos ir saugaus eismo valandėlės.</i>			
Veiklos, viktorinos, pokalbiai, refleksijos su vaikais pamokose: edukacinė pamoka saugiam elgesiui viešajame transporte „Apie viešąjį transportą“ 2-4 kl. mokiniams; Saugaus eismo prevencija (3 pam.) 1 kl. mokiniams; Saugaus elgesio vandenyje pamokos „Saugus elgesys vandenyje“ (5 pam.) 4 kl. mokiniams; „Saugus elgesys žiemos metu“ 1 kl. mokiniai; „Priešgaisrinė sauga. Išlikimo mokymai.“ 3 kl. mokiniai; Pirmosios pagalbos mokymai „Išgelbėk draugą“ 5 kl.	Metų eigoje	386	Klasių vadovai, VSS J. Misaniuk, Saugaus miesto centras

mokiniai; „Radiacinės saugos“ mokymai 1-4 kl. mokiniams.			
Akcija „Būk matomas“, kurios metu dėl vaikų saugumo ant vaikų striukių prilipinami patvarūs atšvaitai. Klasėse vyko atšvaitų gaminimo dirbtuvės „Mano atšvaitas“.	2019 m. lapkričio mėn. Kasmet spalį	326	Dir. pavaduotoja ugdymui D. Adomaitienė
Visuotinos mokomosios praktinės evakuacijos priešgaisrinės saugos pratybos Viršuliškių mokykloje.	2019 m. lapkričio mėn.	583	Direktorės pav. ūkiui Z. Suzanovičius
<i>Gyvenimo įgūdžių ugdymo bei tabako, alkoholio ir kitų psichiką žalojančių medžiagų naudojimo prevencijos programos.</i>			
Suorganizuotos prevencinės pamokos apie rūkymo žalą „Elektroninės cigaretės ir jų žala“ (4 pamokos) 6-8 kl. mokiniams. Pravesta prevencinė paskaita apie rūkymo žalą ir administracinę atsakomybę tikslinei 7-8 klasių mokinių grupei.	2020 m. kovo mėn.	172	VSS J. Misaniuk, socialinė pedagogė E. Valutytė
Prevenčinės pamokos „Taisyklinga laikysena mokykloje“ vykdančios ydingos laikysenos, skoliozės bei regos prevenciją.	2020 m. rugsėjo mėn.	576	VSS J. Misaniuk
Natūralaus šeimos planavimo asociacijos programos „Mano vaisingumas yra svarbus“ seminaras mergaitėms "Ciklo šou" ir berniukams "Agentai vykdo misiją".	2019 m. balandžio mėn.	26	„Mano vaisingumas yra svarbus“ lektoriai
Pamokos sveikos mitybos temomis „Vaisių ir daržovių nauda sveikatai“ 1 kl. mok. Priešpiečių dėžutės konkursas 2 kl. mok.	2020 m. spalio, 2021 m. sausis	145	VSS J. Misaniuk
Projektas „Graži šypsena“ 3 ciklų pamokėlės 1-2 kl. su odontologe. Prevenčinės pamokos „Burnos higiena“ (užduočių atlikimas).	2020 m. sausio - vasario mėn.	145	Klasės vadovai ir odontologė
Psichikos sveikatos (triukšmo prevencijos) Tarptautinės kovos su triukšmu ir pasaulinės knygos dienos minėjimas - akcija „TYLŪS skaitymai“. Projektas „Paguodos skrynelė“ 4 klasės mokiniams. Psichikos sveikatos perspektyvos metodinės priemonės.	2019 m. balandis - gegužė, 2020 m. gruodis	583	VSS J. Misaniuk
Pamokos ir informaciniai pranešimai asmens higienos ir užkrečiamųjų ligų profilaktikos temomis.	Metų eigoje	583	VSS J. Misaniuk, Šeškinės poliklinikos VSS
<i>Mokinių fizinis aktyvumas įvairiuose sportiniuose renginiuose:</i>			
„Olimpinis meniu“. Projekto tikslas – skatinti pradinių klasių moksleivių fizinį aktyvumą. Rudenį vykstančio projekto metu pradinių klasių moksleiviai supažindinami su sportu ir sveika gyvensena, skatinami aktyviai laiką leisti pertraukose tarp pamokų ir, jei įmanoma, pamokose, išbando įvairias mankštas ir žaidimus.	2019 m. rugsėjo- gruodžio mėn.	326	1-4 klasių vadovai

Aktyvių pertraukų organizavimas, aktyvi Kalėdinė pertrauka. VVSB sukurti vaizdo klipai.	2019 m. rugsėjo - gruodžio mėn.	326	VSS J. Misaniuk, socialinė pedagogė E. Valutytė, šokių mokytoja
Tarpmokyklinės kvadrato, salės futbolo varžybos 1-4 klasių mokiniams.	2019 m. spalio, 2020 m. kovas	326	Fizinio ugd. mokytojai A. Jurevičius, R. Dikinis
Tarptaukšinės krepšinio varžybos 7-8 klasių mokiniams.	2020 m. kovo mėn.	97	Fizinio ugd. mokytoja A. Jurevičius
Futbolo turnyras Jėnoje. Futbolo komandos išvyka į Vokietiją.	2019 m. liepos mėn.	20	Dir. pav. ugdymui D. Adomaitienė
Mūsų mokykloje vykdoma vaikų vasaros poilsio stovykla „Futbolo būrelis pamaina“.	2020 m. birželis - liepa	25	Dir. pav. ugdymui D. Adomaitienė
Mūsų mokykloje kasmet tradiciškai vyksta 1-4 klasių komandų "DSV" estafečių varžybos. Visų 1-4 klasių komandos labai aktyviai dalyvavo šiose varžybose ir bandė parodyti geriausią rezultatą.	2019 m. balandžio mėn.	326	Fizinio ugdymo mokytojai A. Jurevičius
Dalyvaujama VŠĮ Lietuvos plaukimo federacijos informacijos ir paslaugų biuro projekte „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“.	2018-2019 ir 2020-2021 m. m.	111 76	Direktoriaus pavaduotoja ugdymui D. Adomaitienė
<i>Renginiai ir akcijos, minint kalendorines dienas:</i>			
Organizuojamas šokių konkursas 3-5 kl. mokiniams „Judam muzikos ritmu“, skirtas tarptautinei šokio dienai.	2019 m. balandis	200	Šokio mokytoja A. Kirvelienė
Visa mokyklos bendruomenė dalyvauja akcijoje „Darom“.	Balandžio mėnesį	583	Direktoriaus pav. ūkiui Z. Suzanovičius
Minint tarptautinę kovos su triukšmu dieną, mokiniai dalyvavo akcijoje „Tylos stebuklinga versmė“.	2019 m. kovo mėn.	576	Pradinių klasių metodinė grupė
Mokiniai dalyvavo projekto Žemei „Mūsų namai – dorybių Žemė“ kūrybinių darbų dirbtuvėse „Žemė – meilės planeta“. Buvo surengta darbų paroda „Pradinukai sveikina pavasarį“.	2019 m. kovo mėn.	326	Direktoriaus pavaduotoja ugdymui D. Adomaitienė
Protmūšis – „AIDS: geriau žinoti 19“. Dalyvavo 8 kl. mokiniai. Pasaulinei AIDS dienai paminėti. „ULAC“ parengta viktorina	2019 m. gruodžio mėn.	42	VSS J. Misaniuk, klasių vadovai
Pasaulinei psichikos sveikatos dienai paminėti suorganizuotos pamokos „Pasaulinė psichikos sveikatos diena“ 3 kl. mokiniams. Mokiniai pasigamino geros savijautos medį.	2019 m. spalio mėn.	60	VSS J. Misaniuk
Europos sveikos mitybos dienos paminėti surengtas užkandžių	2020 m.	67	VSS J. Misaniuk

dėžutės konkursas 2 kl. mok. Apdovanoti sveikiausi ir originaliausi priešpiečiai.	lapkričio mėn.		
Tolerancijos dienos minėjimas „Tolerancijos raktas“. Akcija „Gerojo lašelio diena“. Tą dieną mokiniai atėjo pasipuošę žaliu drabužiu arba turėjo žalią atributą, aksesuarą ir taip palaikė šiuo metu sunkiai onkologinėmis ligomis sergančius bendraamžius.	2020 m. vasario mėn.	583	Socialinė pedagogė E. Valutytė, ir mokytoja A. Steponėnienė
<i>Dalyvavimas sveikų maisto produktų vartojimo programose:</i>			
ES programa „Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“.	Nuo 2016 m.	326	Direktoriaus pav. ugd. D. Adomaitienė
<i>Maitinimo organizavimas pagal sveikos mitybos rekomendacijas:</i>			
Vaikų maitinimas mokykloje vykdomas pagal LR Sveikatos apsaugos ministro patvirtintą vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašą 2018 m. balandžio 10 d. įsakymo Nr. V-394. Vykdomos visuomenės sveikatos specialisto patikros, patikrinimai fiksuojami maitinimo organizavimo atitikties žurnale.	Metų eigoje	33	Individuali Indros Malakauskienės įmonė, Mokyklos administracija, VSS J. Misaniuk

SSGG ANALIZĖ

STIPRYBĖS	SILPNYBĖS
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dauguma mokyklos bendruomenės narių žino ir toliau siekia puoselėti mokyklos vertybes, tradicijas, kurti savitą, atvirą mokyklos kultūrą, svetingą aplinką. 2. Mokykloje veikia daug neformaliojo ugdymo programų (būrelių), organizuojama sveikos gyvensenos būrelis „Sveikuoliukai“ veiklos. 3. Diegiamos socialinių – emocinių įgūdžių ugdymo programos, kurios tenkina įvairius vaikų ugdymosi poreikius. Išbandyta socialinės emocinės sveikatos programa „Learning2be“. 4. Organizuojamos vasaros poilsio stovyklos „Viršuliškių vasara“ nuo 2004 metų. 5. Sugriežtinta užkrečiamųjų ligų, asmens higienos kontrolė. 6. Viršuliškių mokykloje veikia Vaiko gerovės komisija, kuri padeda spręsti įvairias problemas, taip pat ir susijusias su vaikų sveikata. Pagalbos specialistai, mokytojai ir administracija bendradarbiauja tarpusavyje ir teikia įvairiapusę pagalbą mokiniams. 7. Minimoms įvairios įsimintinos kalendorinės dienos (Pasaulinė Žemės diena, Širdies diena, AIDS diena, Europos sveikos mitybos diena, pasaulinė psichikos sveikatos diena ir kt.) 8. Nupirktos priemonės mokinių užimtumui per pertraukas: teniso, futbolo stalai, įvairūs 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ne visi bendruomenės nariai laikosi taisyklių ir tapatinasi su mokyklos vertybėmis. 2. Nepasiektas pakankamas mokinių mokymosi motyvacijos ir mokėjimo mokytis lygis. 3. Ne visi mokiniai ir jų tėvai nori pasinaudoti mokyklos teikiama informacija ir siūloma mokytojų, specialistų pagalba, mokinių tėvai nepakankamai dalyvauja ugdymo procese. 4. Daliai mokytojų ir pagalbos specialistų trūksta patirties sveikatos ugdymo srityje.

<p>žaidimai, minkšti kamuoliai, kuriomis vaikai aktyviai naudojami. Mokykla turi vidinius kiemus ir šalia esantį parką, kur mokiniai leidžia pertrauką gryname ore.</p> <p>9. Įrengtas kabinetas „Jausmų gaudyklė“, kuriame mokiniai nusiramina ar tiesiog pasėdi tyloje.</p> <p>10. Mokykla turi šiltnamį, kur mokiniai susipažįsta su ekologiškai auginamomis daržovėmis.</p> <p>11. Sudarytos sąlygos mokiniams aktyviai sportuoti mokyklos aikštyne, mokytojai veda pamokas lauko klasėse.</p>	
GALIMYBĖS	GRĖSMĖS
<p>1. Galimybė pasinaudoti „Geros mokyklos“ koncepcija mokyklos veiklai tobulinti.</p> <p>2. Papildomi finansavimo šaltiniai: ES lėšos ir GPM skyrimas mokyklai.</p> <p>3. Didėjančios prieigos galimybės prie šiuolaikiško ugdymo turinio mokiniams patraukliomis formomis ir priemonėmis.</p> <p>4. Naujų technologijų ir priemonių įsigijimas ir panaudojimas (priemonių vaikų psichikos sveikatos stiprinimui įsigijimas).</p> <p>5. Augančios socialinių partnerių galimybės bendradarbiavimui, patirties perdavimui, aktualių ugdymo programų įdiegimui.</p> <p>6. Aktyviau bendradarbiauti su kitų mokyklų bendruomenėmis bei visuomeninėmis organizacijomis.</p>	<p>1. Kvalifikuotų mokytojų stygius, auga konkurencija su kitomis Vilniaus mokyklomis ir privačiu sektoriumi.</p> <p>2. Jaunų pedagogų trūkumas (pedagogų amžiaus vidurkis 55 metai).</p> <p>3. Švietimo sistemos nepasirengimas SUP poreikių mokinių integracijai.</p> <p>4. Mokykla neturi pakankamų žmogiškųjų išteklių parengti ir įgyvendinti ES remiamus projektus.</p>

III. TIKSLAS, PRIORITETAU

TIKSLAS

Kurti šiuolaikišką mokyklą – atvirą kaitai, kuri formuoja atsakingą požiūrį į ugdytinių sveikos gyvensenos įgūdžius, atnaujina aplinką palankią šiam tikslui ir užtikrina sveikatingumo ugdymo kokybę.

PRIORITETAU:

- Skatinti draugišką mokyklos bendruomenės mikroklimatą.
- Ugdyti palankios vaikų sveikatai gyvensenos įpročius.
- Užtikrinti vaikų sveikatai palankią ir saugią ugdymosi aplinką.

**IV. SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS,
LAUKIAMAI REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI**

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

Tikslas – užtikrinti sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos planavimą ir įgyvendinimą

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
1.1 Sveikatą stiprinančios mokyklos programos vykdymo grupės sudarymas	Už programos koordinavimą ir vykdymą atsakinga 2021 m. kovo 10 d. įsakymu Nr.V-13 sudaryta sveikatą stiprinančios mokyklos programos vykdymo grupės (SSMPVG).	2021 m. kovo 10 d.	Direktorius
	Paskirtas sveikatą stiprinančios mokyklos programos vykdymo grupės koordinatorius.	2021 m. kovo 10 d.	Dir. pavaduotojas ugdymui
	Parengta ir patvirtinta sveikatos stiprinimo programa „Viršuliškių sveikuoliukai“.	Iki 2021 m. kovo 31 d.	SSMPVG, direktorius
1.2. Sveikatos stiprinimo procesų ir jų rezultatų vertinimas	Rengti darbo grupės susirinkimus, planuoti artimiausią veiklą bei aptarti einamojo laikotarpio renginius ir kitas veiklas, numatyti jų tęstinumo galimybes.	2 kartus per metus	SSMPVG koordinatorius
	Rengti anketas, apklausas, tyrimus bendruomenei, kuriose bus pateikti klausimai apie sveikatos stiprinimo veiklas.	Ne rečiau kaip kartą per metus	VSS, SSMPVG
	Veiklų vertinimo rezultatai naudojami strateginių ir metinių planų rengimui.		Planų rengimo grupės
<p>Laukiamas rezultatas –</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sudaryta ir veikia sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė. • Mokyklos strateginio plano tikslų, metinių veiklos programų, ugdymo planų įgyvendinimas numatytas Sveikatos stiprinimo programoje. • Sveikatos stiprinimo programos planavime ir įgyvendinime dalyvauja dauguma mokyklos bendruomenės narių. • Atlikti programos veiklų vertinimai ir analizės padeda planuoti priemones tolesniam sveikatos stiprinimui bendruomenėje. 			

2 veiklos sritis. PSICHOSOCIALINĖ APLINKA

Tikslas - plėtoti pasitikėjimą ir partnerystę, akcentuojant gerus Viršuliškių mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykius.

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
2.1. Viršuliškių mokyklos bendruomenės narių tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas.	Organizuoti tėvų susirinkimus (galimybė susirinkimus rengti ir nuotoliniu būdu), formuojančius bendruomeniškumą, draugiškumą, toleranciją, padedančius adaptuotis naujiems nariams.	Kasmet rugpjūčio rugsėjo mėn.	Klasių vadovai
	Teikti pedagoginę psichologinę pagalbą darbuotojams, dirbantiems su spec. poreikių vaikais.	Pagal poreikį	Vaiko gerovės komisija
	Teikti psichologines konsultacijas pagal poreikį visiems bendruomenės nariams.	Pagal poreikį	Vaiko gerovės komisija
	Bendradarbiavimas su Pal. J. Matulaičio socialinio centru vaiko gerovės klausimus atvejų aptarimo grupėse.	Pagal poreikį	VGK
	Mokymai „Tėvų įtraukimas į mokyklos bendruomenės veiklas“.	2022 m.	Dir. pav. ugdymui
	Organizuoti bendruomeniškumą skatinančius renginius: <ul style="list-style-type: none"> • Mokytojo dienos šventė; • Šeimos diena, kultūrinės – pažintinės dienos, minėjimai ir kt.). 	Pagal veiklos planą	Direktorius pavaduotojai ugdymui
2.2. Viršuliškių mokyklos bendruomenės narių dalyvavimas vykdant programą.	Mokyklos mikroklimato tyrimas: mokiniai, mokinių tėvai, mokytojai, pagalbos specialistai, techninis personalas, ir analizė. Rezultatų pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje.	Metų eigoje	SSMPVG
	OLWEUS tyrimas mokinių patyčių prevencijos tema.	Kasmet gruodžio mėn.	Socialinė pedagogė
	Veiklos įsivertinimo grupės tyrimas IQES online platformoje (mokytojai, mokiniai, tėvai).	Metų eigoje	Veiklos įsivertinimo grupė
2.3. Numatytas smurto mažinimas.	Analizuoti elgesio taisyklių pažeidimus, smurto, prievartos, patyčių, žalingų įpročių ir kitų pažeidimų atvejus. Teikti konsultacijas pedagogams, ugdytiniams, tėvams švietimo pagalbos klausimais.	Pagal poreikį	Vaiko gerovės komisija
	Mokinių tyrimas „Smurto atvejai mokyklos aplinkoje“, analizės pristatymas mokinių tėvų susirinkimuose ir Mokytojų taryboje.	Kartą per metus	SSMPVG
	Dalyvaujama ilgalaikėse socialines ir emocines kompetencijas ugdančiose smurto prevencijos programose: <ul style="list-style-type: none"> • Smurto ir patyčių prevencijos ir intervencijos programa; • Olweus programa; 	Metų eigoje	Klasių auklėtojai

	<ul style="list-style-type: none"> • Žipio draugai. 		
	Tarpinstitucinis bendradarbiavimas, įgyvendinant pagalbas ir prevencines priemones prieš smurtą.	Pagal poreikį	Vilniaus 5 PK specialistai ir VGK
Laukiamas rezultatas –			
<ul style="list-style-type: none"> • Tenkinami specialieji ugdymosi poreikiai, įvertinamos ir laiku sprendžiamos įvairios problemos. • Palankus mikroklimatas: geri bendruomenės narių tarpusavio santykiai, vyrauja draugiška atmosfera. • Formuojamas bendruomenės atsakingas požiūris į sveikatos ugdymą ir sveikatinimo veiklas. 			

3 veiklos sritis. **FIZINĖ APLINKA**

Tikslas – Kurti saugią, sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią mokyklos aplinką

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
3.1. Viršuliškių mokyklos teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas	Užtikrinti reikiamą patalpų valymą, vėdinimą ir saugą, aprūpinimą higienos priemonėmis.	Nuolat	Direktoriaus pav. ūkio reikalams
	Mokyklos teritorijos aptvėrimas.	2023 m.	Direktoriaus pav. ūkio reikalams
	Sukurtos erdvės poilsiui ir relaksacijai.	2021 m.	
	Lauko klasių įrengimas.	2021 m.	
	Triukšmo šviesoforų įrengimas mokyklos koridoriuose, valgykloje.	2021 m.	
Atlikti įstaigos aplinkos ir ugdymo proceso atitikties bendriesiems saugos reikalavimams vertinimą bei pastabas pateikti direktorei.	2 kartus per metus arba pagal poreikį	VSS, direktoriaus pav. ūkio reikalams	
3.2. Viršuliškių mokyklos bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas lauko ir vidaus erdvėse.	Organizuoti sporto renginius mokykloje, dalyvauti miesto ir Lietuvos mokyklų sporto žaidynėse, Tarptautiniame futbolo turnyre Jėnoje (Vokietija), organizuoti veiklas vidaus ir lauko erdvėse pagal programos keliamus iššūkius.	Metų eigoje	Fizinio ugdymo mokytojai
	Dalyvauti projekte „Olimpinis mėnuo“ LR Švietimo, mokslo ir sporto ministerijos, LR Sveikatos apsaugos ministerijos ir Lietuvos tautinio olimpinio komiteto (LTOK) inicijuotas projektas pradinėjų klasių moksleiviams. „Olimpinis mėnuo“ – tai „vitaminas“ visuomenei ir pramoga tūkstančiams pradinukų.	Kasmet rugsėjo – spalio mėn.	Pradinių klasių vadovai
	Organizuoti „Solidarumo bėgimą“ su Pal. J. Matulaičio socialinio centru (įtraukiant neįgaliuosius).	Metų eigoje	Fizinio ugd. mok., socialinis centras
	Vesti integruotas pamokas plokščiapėdystės prevencijos tema, naudotis mokykloje esančiu masažiniu kilimėliu „Ortodon“.	Metų eigoje	Pradinių klasių mokytojai, VSS

	„Kneipo“ basų kojų tako įrengimas, dalyvaujant mokinių tėvams.	2025 m.	SSMPVG
	Dviračių bei paspirtukų saugojimo vietos įrengimas.	2022 m.	Dir. pav. ūkiui
	Mokyklos aikštyno atnaujinimas.	2021 – 2023 m.	Dir. pav. ugdymui
3.3. Vaikų sveikatai palankaus meniu formavimas.	Diegti mokykloje sveikos mitybos principus. „Švediško stalo“ maitinimo tipo organizavimas. Papildyti bufetą sveikatai palankiais užkandžiais ir patiekalais.	2022 m.	Mokinių maitinimą organizuojanti įmonė
	Pateikti informaciją tėvams apie mokyklos meniu internetiniame puslapyje ir valgyklos stende.	Metų eigoje	Dir. pav. ugdymui
	Dalyvavimas pieno produktų bei vaisių ir daržovių vartojimo skatinimo programose.		SSMPVG
	Darbuotojų kvalifikacijos kėlimas sveikos mitybos, naujo meniu ir maisto higienos klausimais.		Dir. pav. ūkiui, kabinetų vadovai
	Įrengti geriamojo vandens stoteles klasėse, mokyklos erdvėse mokiniams ir darbuotojams. Pasirūpinti vienkartiniais puodeliais.		VSS, pradinių klasių vadovai
	Projektas „Tvaraus vartojimo kultūra“. Minėti Europos sveikos mitybos dieną. Propaguoti vaisių ir daržovių naudą. Mokomieji video apie tinkamą mitybą, metodinės priemonės - magnetinės mitybos lėkštės panaudojimas 1-4 kl. mokiniams.	Lapkričio mėn.	
	Atlikti valgiaraščio ir mokinių maitinimo atitikties vertinimą, su paslaugos tiekėjais aptarti vaikų maitinimo rekomendacijas.	Kartą per savaitę ir visada esant poreikiui	VSS
Laukiamas rezultatas –			
<ul style="list-style-type: none"> • Bus sukurtos bent 2 edukacinės erdvės pritaikytos pamokų organizavimui lauke, bent 3 papildomos zonos mokinių poilsiui ir veiklai. • Siekiant kurti vaikų sveikatai palankią aplinką, pagerės mokyklos bendruomenės narių bendradarbiavimas. • Netradicinio sveikatos ugdymo renginiuose dalyvaus bent 80 procentų bendruomenės narių. • Suformuoti mokinių sveikos mitybos įpročiai. 			

4-a veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

Tikslas – Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos	Mokytojų dalyvavimas sveikatingumo idėjas propaguojančiuose seminaruose bei konferencijose bent kartą per 3 m.	Esant galimybei	Direktorius, VSS
	Vykdyti privalomus sveikatos žinių ir įgūdžių mokymus (privalomas pirmos pagalbos ir higienos įgūdžių mokymas).	Kasmet gruodžio mėnesį	Direktorius

tobulinimas sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais.	Periodiniai instruktažai, civilinės ir gaisrinės saugos mokymai.	Metų eigoje	Dir. pavaduotojas ūkiui
4.2. Mokyklos bendruomenės nariai pasitelkiami ugdant sveikatą.	Tėvų bendruomenės įtraukimas į sveikatos ugdymo ir stiprinimo programą, kviečiant dalyvauti sveikatingumo renginiuose ir veiklose.	Bent 2 kartus per metus	Dir. pav. ugd., klasių vadovai
	Individualiai konsultuoti tėvus (globėjus, rūpintojus) apie jų vaikų sveikatos būklę mokykloje ir kaip ją gerinti (fizinio aktyvumo, tinkamos mitybos klausimais).	Pagal poreikį	VSS
	Tėvų (globėjų, rūpintojų) parengtos pamokos vaikams sveikatos ugdymo temomis.	Kiekvienai klasei bent 2 k. / m.	Klasių auklėtojai ir dalykų mokytojai
	Edukacinės pažintinės išvykos į tėvų darbovietes (poliklinikos, sveikatos centrai, odontologijos klinika, laboratorijos, priešgaisrinės gelbėjimo tarnyba, policija ir kt.).	Kiekvienai klasei bent 2 k. / m.	Klasių auklėtojai ir dalykų mokytojai
4.3. Metodinių medžiagų, mokymo priemonių ir kito inventoriaus, skirto sveikatos stiprinimo veiklai vykdyti, įsigijimas.	Tyrimas „Priemonių poreikio nustatymas sveikatos stiprinimui vykdyti“.	2021 m. rudenį	SSMPVG
	Įsigyti naujų priemonių, leidinių, žaidimų vaikams, propaguojančių ir skatinančių sveiko gyvenimo įpročius (tinkamos mitybos, fizinio aktyvumo, psichikos sveikatos gerinimui).	2021 m. gruodžio mėn.	Direktorius, VSS
	Priemonės logopedinėms pratyboms rengimas.	Metų eigoje	Logopedė
	Veiklų vykdymas ekologiškų daržovių tema „Nuo sėklos iki stalo“, (integruotos pamokos šiltnamyje) ir paaugštintų lysvių įrengimas.	Pavasaris – rudenį	Mokytojai, pagalb. darbininkai
4.4. Bendradarbiavimas su socialiniais partneriais.	Dalyvauti <u>Vilniaus visuomenės sveikatos biuro</u> programose bei projektuose „Graži šypsena“, „Paguodos skrynelė“, „Be iliuzijų“ ir kt.	Ne mažiau 3 kartus per metus	VSS
	STEAM veiklų vykdymas dalyvaujant <u>nevyriausybinių organizacijų „Gyvoji planeta“</u> projekte “Sodinam”: prie mokyklos pasodintų vaismedžių (obelys ir kriaušės) priežiūra, skatinant vaisių vartojimą.	Pavasaris – rudenį	Pradinių klasių mokytojai
	Organizuoti pokalbius mokiniams su specialistais apie lytiškumo ugdymą, alkoholio ir narkotinių medžiagų ir kt. prevenciją.	Kiekvienai klasei bent 1 k. / m.	Šeškinės ir Karoliniškių poliklinikos, Vilniaus 5 PK
	Organizuoti „Solidarumo bėgimą“ su <u>Pal. J. Matulaičio socialinio centru</u> (įtraukinat neįgaliuosius).	Metų eigoje	Fizinio ugd. mok., socialinis centras
	Projektas „Sveikata visus metus“.	Metų eigoje pagal planą	VSS ir <u>Taikos progimnazijos</u> VSS
	Projektuose „Sveikatiada“.	Metų eigoje pagal planą	M-klos ir lopšelio

	Estafečių varžybos mokyklos 1-ų klasių mokiniai ir lopšelio darželio „Žilvitis“.	Kasmet kovo mėnesį	darželio „Žilvitis“ dir. pav. ugdymui
Laukiamas rezultatas –			
<ul style="list-style-type: none"> • Visi mokyklos darbuotojai įgis būtinų higienos įgūdžių, pirmosios medicinos pagalbos žinių, civilinės bei priešgaisrinės saugos mokymų pažymėjimus. • Bus racionaliai naudojami ištekliai, kuriant mokyklos bendruomenės poreikius atliepiančią aplinką. • Pedagogai kels kvalifikaciją sveikatos saugojimo ir stiprinimo srityje. • Į sveikatingumo ugdymą aktyviai įsitrauks visa mokyklos bendruomenė ir socialiniai partneriai. 			

5-a veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

Tikslas – užtikrinti sveikatos ugdymo kokybę.

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
5.1. Sveikatos ugdymas yra suplanuotas.	Programa “Viršuliškių sveikuoliukai” integruota į mėnesio veiklos planus, metinį mokyklos veiklos planą, strateginį mokyklos planą.	Iki mėnesio 5 d. Iki sausio 10 d.	Dir. pav. ugd., planų rengimo grupės
	Į ugdymo turinį integruota civilinė, priešgaisrinė sauga, saugus eismas, nelaimingų atsitikimų, traumų prevencijos temos pagal programas.	Metų eigoje	Dalykų mokytojai
	Parengtas ir patvirtintas “Integruojamųjų ir prevencinių programų įgyvendinimo tvarkos aprašas” (sveikatai palanki mityba; tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo bei nelaimingų atsitikimų, traumų, streso, prievartos, patyčių prevencija; eengimo šeimai ir lytiškumo ugdymas; užkrečiamųjų ligų prevencija ir asmens higiena; vartojimo kultūros ugdymas).	Iki rugsėjo 5 d.	Direktoriaus pavaduotojai ugdymui
	1-4 kl. vieno kūno kultūros pamoka skiriama šokiui.	Metų eigoje	Šokio mokytoja
	Fizinio aktyvumo nustatymo testų organizavimas.	Mokslo metų pabaiga	Fizinio ugd. mokytt.
	Parengti klasių vadovų veiklos planai, kuriuose integruota bendravimo, tolerancijos temos, taip pat OLWEUS programos vykdymas.	Metų eigoje	Klasės vadovai, pagalbos specialistai
	Parengti visuomenės sveikatos specialisto metiniai planai: paskaitos, pranešimai, stendai, lankstinukai, plakatai, mokomieji žaidimai šiomis temomis: <i>Sveika gyvensena ir sveikatos sauga. Sveika mityba ir nutukimo prevencija. Fizinis aktyvumas. Asmens higiena ir užkrečiamųjų ligų prevencija. Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija. Tvaraus vartojimo kultūra. Dienos ir poilsio režimas.</i>	Iki kiekvienų metų sausio 10 d.	VSS

	Minėti Europos sveikos mitybos dieną. Propaguoti vaisių ir daržovių naudą 1-4 kl. mokiniams.	Lapkričio 8 d.	VSS, pradinių klasių vadovai
5.2. Mokykloje įgyvendinamos kitos su sveikatos stiprinimu susijusios programos.	Dalyvavimas ES programoje „Vaisių ir daržovių bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“.	Metų eigoje	Dir. pav. ugdymui
	2-ų klasių mokiniai dalyvauja VŠĮ Lietuvos plaukimo federacijos informacijos ir paslaugų biuro projekte „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“.	Metų eigoje	Dir. pav. ugdymui
	Į mokyklos veiklas integruotos: <ul style="list-style-type: none"> • Gyvenimo įgūdžių ugdymo programa; • Alkoholio tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa; • SLUŠR programa; • OLWEUS patyčių prevencijos programa; • Žipio draugai; • Smurto ir patyčių prevencijos ir intervencijos programa. 	Metų eigoje	Klasių auklėtojai, dalykų mokytojai, švietimo pagalbos specialistai, Vilniaus 5 PK
5.3. Numatytas sveikatos ugdymo tęstinumas neformaliojo švietimo veiklomis atsitikimų prevencija. ir kt.	Organizuoti viktorinas, konkursus, protmūšius apie lytiškai plintančias infekcijas, rūkymą, alkoholio vartojimą, sveiką mitybą, sveiką gyvenimo būdą, kt. prevencines veiklas.	Bent 3 kartus per metus	VSS, biologijos mokytojas, klasių vadovai
	Aktyvių pertraukų organizavimas.	Kartą per mėnesį	VSS, šokio fizinio ugd., būrelių mokytojai.
	Dalyvauti miesto, šalies renginiuose apie lytiškai plintančias infekcijas, rūkymą, alkoholio vartojimą, sveiką mitybą, sveiką gyvenimo būdą, kt. prevencines veiklas.	Bent 2 renginiai per metus	VSS, dalykų mokytojai, klasių auklėtojai
	Sveikos gyvensenos būrelis „Sveikuoliukai“ dalyvauja miesto ir šalies renginiuose, iniciatyvose ir kt. veiklose.	Bent 3 renginiai per metus	Būrelio mokytoja
	Įstaigoje veikia įvairūs būreliai: judrieji žaidimai, karate, rankinis, krepšinis, futbolas, šokiai, Tolerancijos ugdymo centras.	Metų eigoje	Būrelių vadovai
	Vaikų vasaros poilsio stovykla „Viršuliškių vasara“.	Kasmet	Dir. pav. ugdymui.
Laukiamas rezultatas – <ul style="list-style-type: none"> • Sveikatos ugdymas integruojamas į ugdymo procesą, formalųjį ir neformalųjį švietimą. • Mažės mokinių mokymosi krūvis. • Taikomi ugdymo metodai ir prevencinės priemonės formuos vaikų sveikos gyvensenos nuostatas ir įgūdžius. 			

6-a veiklos sritis. **SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA IR TĘSTINUMO LAIDAVIMAS**

Tikslas – skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį vietos bendruomenei

Rodiklis	Priemonės	Data	Atsakingi asmenys
6.1. Numatyta sveikata stiprinančios mokyklos patirties sklaida mokykloje.	Skelbti informaciją apie sveikatingumo veiklas bei sveikatai palankios gyvensenos rekomendacijas įstaigos ir metodinėse lentose, stenduose, medicinos kabineto informacinėse lentose, valgykloje, įstaigos internetėje svetainėje: http://www.virsuliskiu.vilnius.lm.lt/ .	Metų eigoje	SSMPVG
	Rekomendacijas apie sveiką gyvenimą platinti tėvų grupėse ir forumuose, „Tamo“ dienyne.	Bent 4 kartus per metus	VSS
	Pranešimas mokinių tėvų susirinkime „Viršuliškių sveikuoliukų gyvenimas“.	Kartą per metus	SSMPVG
6.2. Mokyklos patirties sklaida už Viršuliškių mokyklos ribų.	Apie vykdomus sveikatingumo renginius skelbti informaciją svetainėje www.smlpc.lt , www.sveikatiada.lt , žiniasklaidoje.	Bent 2 kartus metus	SSMPVG
Laukiamas rezultatas –			
<ul style="list-style-type: none"> • Apie mokyklos sveikatinimo veiklą sužinos tėvai, partnerinių institucijų, Vilniaus miesto ir kitų šalies mokyklų bendruomenės; pasinaudos gerąja darbo patirtimi, seks mūsų bendruomenės pavyzdžiu stiprinant mokinių sveikatą. • Gerės mokyklos mikroklimatas. 			

V SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Programos įgyvendinimas bus vertinamas, vadovaujantis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų vertinimas. Metodinės rekomendacijos.“.

Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo vertinimas atliekamas kasmet, mokslo metų pabaigoje. Programos įgyvendinimo vertinimą atlieka sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo ir koordinavimo grupė, koordinuojama direktoriaus pavaduotojo ugdymui. Vertinimas atliekamas remiantis išvardintais kriterijais ir metodais.

Vertinimo kriterijai:	Vertinimo metodai:	Ataskaitos rengimas:
<ul style="list-style-type: none"> • bendruomenės sveikos gyvensenos įgūdžiai; • bendruomenės aktyvumas įgyvendinant programą; • mokyklos pedagogų ir specialistų kvalifikacijos kėlimas sveikatinimo srityje; • programos veiklų gerosios patirties sklaida; • įstaigos ugdymo(si) aplinkos 	<ul style="list-style-type: none"> • dokumentų analizė; • grupinės diskusijos; • programos veiklų aptarimas ir analizė; • pokalbiai su mokiniais, tėvais (globėjais, rūpintojais), pedagogais, kitais bendruomenės nariais; • tyrimų ir apklausų organizavimas. 	<ul style="list-style-type: none"> • išanalizuoti programos uždavinių, priemonių įgyvendinimo / neįgyvendinimo priežastis; • pateikti išvadas apie sveikatos stiprinimo pokyčius bendruomenėje; • numatyti sveikatos stiprinimo programos kryptis, prioritetus kitiems metams.

pritaikymas sveikatinimo veikloms.		
------------------------------------	--	--

VI SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI

Žmogiškieji ištekliai:	Finansiniai ištekliai:	Kiti ištekliai:
<ul style="list-style-type: none">• mokyklos administracija;• pedagogai, neformaliojo ugdymo pedagogai;• švietimo pagalbos specialistai;• nepedagoginiai darbuotojai;• mokiniai ir jų tėvai (globėjai, rūpintojai);• sveikatos ugdymo specialistai;• socialiniai partneriai.	<ul style="list-style-type: none">• mokymo lėšos;• savivaldybės lėšos;• GPM lėšos;• nuomos lėšos;• programų / projektų lėšos;• rėmėjų lėšos.	<ul style="list-style-type: none">• turimi ištekliai: IKT, priemonės ir medžiagos, literatūra, videomedžiaga,• mokyklos patalpos;• mokyklos teritorija ir vidinis kiemas;• mokyklos aikštynas;• mokyklas kiemaskiemas, socialinių partnerių teritorija ir patalpos.

VII SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Už programos koordinavimą ir vykdymą atsakinga direktoriaus 2021 m. kovo 10 d. įsakymu Nr.V-13 sudaryta sveikata stiprinančios mokyklos programos vykdymo grupė. Į sveikatinimo veiklas bus stengiamasi įtraukti kuo daugiau mokyklos bendruomenės narių. Kiekvienais mokslo metais bus sudaromas renginių planas, kurio veiklas bei renginius numatys sveikatos stiprinimo darbo grupė.
