

**VILNIAUS RAJONO BEZDONIŲ „SAULĖTEKIO“ PAGRINDINĖS MOKYKLOS  
SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PROGRAMA 2020 – 2024 M.  
„SVEIKA MOKYKLA – SVEIKAS VAIKAS“**

**I. BENDROSIOS NUOSTATOS**

1. Vilniaus r. Bezdonių „Saulėtekio“ pagrindinės mokyklos (toliau – Mokykla) mokinių sveikatos stiprinimo programa 2020–2024 m. „Sveika mokykla – sveikas vaikas“ parengta atsižvelgus į Mokyklos strateginį veiklos planą, Mokyklos veiklos planą, bendruomenės poreikius ir nuostatus 2016–2021 m. tikslus bei uždavinius, apibrėžia prioritetus ir priemones uždaviniams vykdyti.
2. Sveikatos stiprinimo programa 2020–2024 m. „Sveika mokykla – sveikas vaikas“ siekiama gerinti Mokyklos vadovų, pedagogų bei mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius, sudaryti palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką sveikatos stiprinimui ir saugojimui.
3. Programą įgyvendins Mokyklos administracija, pedagogai ir kiti ugdymo procese dalyvaujantys specialistai, nepedagoginiai darbuotojai, mokiniai ir jų tėvai (globėjai, rūpintojai), socialiniai partneriai.

**II. SITUACIJOS ANALIZĖ (SSGG)**

Vilniaus r. Bezdonių „Saulėtekio“ pagrindinė mokykla įsikūrusi gražioje Bezdonių miestelio vietoje. Žalumos vaizdai pro klasių langus nuteikia pozityviai, ragindami saugoti švarią gamtinę aplinką. Taigi pati gamta leidžia Mokyklai organizuoti tikslingą veiklą, skatinančią tausoti švarų vandenį, tyrą orą ir sveikatą, kaip vieną pagrindinių gyvenimo vertybių.

2019–2020 m. m. klasių komplektų skaičius –10. Nuo rugsėjo 1 d. Mokykloje atidaryta priešmokyklinio ugdymo grupė. Mokslo metus pradėjo 89 mokiniai. Visi mokiniai mokosi vienoje pamainoje. Dauguma Mokyklą lankančių mokinių auga palankioje socialinėje aplinkoje. Mokykloje dirba 22 pedagoginiai darbuotojai.

Mokyklos veikloje visada buvo vykdomas sveikatos ugdymas, tačiau įsitraukus į sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą, mokymamiesi iš kitų patirties galėtume pasiekti geresnių rezultatų.

VEIKLOS SRITIS	STIPRYBĖS	SILPNYBĖS
<b>1. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas</b>		
<p>1.1. Sudaryta asmenų grupė, organizuojanti sveikatos stiprinimo veiklą mokykloje.</p> <p>1.2. Sveikatos stiprinimas yra įtrauktas į mokyklos veiklą.</p> <p>1.3. Visuomenės sveikatos priežiūros organizavimas.</p> <p>1.4. Numatytas sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mokykloje sudaryta sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė.</li> <li>• Mokykloje vykdoma mokytojų, pagalbos specialistų tikslinė veikla, stiprinanti sveikatos saugojimą.</li> <li>• Sveikatos stiprinimas įtrauktas į mokyklos strateginį planą, metines veiklos programas.</li> <li>• Vaikų visuomenės sveikatos priežiūrą mokykloje vykdo visuomenės sveikatos specialistas.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Žemas darbuotojų (ypač pagalbinio personalo) dalyvavimas, aptariant sveikatos stiprinimo rezultatus, planuojant veiklą.</li> <li>• Vaikų visuomenės sveikatos priežiūros specialistas įstaigoje dirba 1 dieną per mėnesį, tad nuosekliai įgyvendinti įvairias veiklas nėra palanku.</li> <li>• Nepakankamas tėvų dėmesys vaikų sveikatos gyvenimo įpročių ir gyvenimo įgūdžių formavimui.</li> </ul>
<b>2. Psichosocialinė aplinka</b>		
<p>2.1. Mokyklos bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas.</p> <p>2.2. Sudarytos galimybės dalyvauti programos vykdyme visiems bendruomenės nariams.</p> <p>2.3. Numatytos emocinės, fizinės, seksualinės prievartos ir vandalizmo mažinimo priemonės.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Administracija ir personalas didelį dėmesį skiria konstruktyviam bendravimui su tėvais, stengiasi operatyviai reaguoti į jų poreikius ir pastabas, kurti palankią psichosocialinę aplinką.</li> <li>• 2015–2016 m. m. 2–3 klasių mokiniai dalyvavo ankstyvosios prevencijos ir vaikų socialinių gebėjimų ugdymo programoje „Įveikiame kartu“.</li> <li>• Antri metai pradinių klasių mokiniai dalyvauja socialinio emocinio ugdymo olimpiadoje „Dramblys“. Šios olimpiados tikslas atkreipti visuomenės dėmesį į socialinio ir emocinio ugdymo svarbą ir atliekant bendras užduotis, įtraukti vaikus, pedagogus ir tėvus. Šias mokslo metais šioje programoje dalyvauja priešmokyklinės grupės ir 5–6 klasių mokiniai.</li> <li>• Nuo 2019 m. sausio mėnesio mokykloje vykdoma VEIK programa 5–6 klasės mokiniams.</li> <li>• 2019–2020 mokslo metais mokykla pradėjo dalyvauti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos programoje „Savo keliu“.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Šiuo metu pradinių klasių mokiniai nedalyvauja jokioje patyčių prevencijos programoje.</li> <li>• Tėvai nepakankamai išnaudoja galimybes gauti pedagoginę, psichologinę pagalbą sprendžiant vaikų emocijų, elgesio problemas.</li> <li>• Ankstyvosios prevencijos ir vaikų socialinių gebėjimų ugdymo programoje „Įveikiame kartu“ buvo vykdoma 1 metus. Neturėjo galimybės sudalyvauti kiti mokiniai.</li> <li>• VEIK programoje nedalyvauja kitų klasių mokiniai.</li> </ul>

<b>3. Fizinė aplinka</b>		
<p>3.1. Įstaigos teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas bei sveikos ir saugios aplinkos užtikrinimas.</p> <p>3.2. Mokyklos bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas.</p> <p>3.3. Priemonės sveikos mitybos organizavimui ir geriamojo vandens prieinamumui užtikrinti.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Renovuota mokykla, pastatytas naujas mokyklos priestatas, kuriame yra įrengta sporto salė, valgykla. Mokykla turi higienos pasą. Įstaigoje kuriama higienos reikalavimus atitinkanti saugi aplinka. Nuolat rūpinamasi higienos normas atitinkančiu apšvietimu, šildymu, valymu, vėdinimu. Triukšmo lygis neviršija higienos normų reikalavimų.</li> <li>• Užtikrintas karšto vandens tiekimas, yra įrengti persirengimo kambariai ir dušai.</li> <li>• Mokykloje yra įrengtos pradinių klasių mokinių užimtumo erdvės, kuriose pertraukų metu vykdomos įvairios veiklos.</li> <li>• Pradinių klasių mokiniai skatinami judėti pertraukų metu. Vaikams yra paruoštos „Judrių žaidimų erdvės“.</li> <li>• Geriamo vandens kokybė atitinka visuomenės sveikatos teisės aktų reikalavimus.</li> <li>• Nuo 2011-12-06 dalyvaujame Žemės ūkio ministerijos ir Sveikatos apsaugos ministerijos pieno produktų vartojimo vaikų ugdymo ir švietimo įstaigose paramos „Pienas vaikams“ programoje.</li> <li>• Nuo 2013 m. dalyvaujame „Vaisių ir daržovių vartojimo skatinimo mokyklose“ programoje.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Nėra mokykloje sporto stadiono.</li> <li>• Nėra įrengtų erdvių mokyklos kieme.</li> <li>• Nėra judėjimą skatinančių įrenginių lauke.</li> <li>• Vyresnių klasių mokiniams nėra įrengtų erdvių, kur galėtų aktyviai leisti laiką pertraukų metu.</li> <li>• Nepakankamas vaikų įprotis vartoti geriamą vandenį, vaisius ir pieno produktus.</li> </ul>
<b>4. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai.</b>		
<p>4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimo sveikatos ugdymo klausimais organizavimas.</p> <p>4.2. Bendruomenės narių telkimas sveikos gyvensenos ugdymui.</p> <p>4.3. Metodinės medžiagos ir priemonių bei priemonių, reikalingų sveikatos</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mokykloje veikia Vaiko gerovės komisija ir pagalbos specialistų grupė: spec. pedagogas, logopedas, socialinis pedagogas, psichologas, mokytojo padėjėjas.</li> <li>• Didžioji dalis pedagogų ir kt. specialistai dalyvauja seminaruose, konferencijose, mokymuose vaikų sveikatos ugdymo klausimais.</li> <li>• Daugelis sveikatingumo veiklų vyksta bendradarbiaujant su</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalis pedagogų ir techninis personalas nesinaudoja galimybe tobulinti savo kvalifikaciją sveikatos stiprinimo klausimais.</li> <li>• Tėvai mažai teikia pasiūlymų dėl veiklos tobulinimo, atnaujinimo.</li> </ul>

ugdymui aprūpinimas.	Vilniaus m. visuomenės sveikatos biuru, socialiniais partneriais, NVO.	
<b>5. Sveikatos ugdymas.</b>		
<p>5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į pagrindinio ugdymosi programas.</p> <p>5.2. Sveikatos ugdymas organizuojamas visiems mokyklos vaikams atsižvelgiant į jų poreikius.</p> <p>5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos sritis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siekiant prasmingos integracijos mokyklos mokiniams prevencinė Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai programa, Žmogaus saugos bendroji programa (civilinės saugos, priešgaisrinės saugos ir saugaus eismo), tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa, integruojama į visus mokomuosius dalykus, bei klasės valandėles.</li> <li>• Mokykloje yra organizuojamos pamokos „Lauko klasėje“ ir kitose netradicinėse erdvėse.</li> <li>• 2019 m. rugsėjo 30 d. – spalio 27 d. 2–3 klasių mokiniai dalyvavo projekte „Olimpinis meniu“.</li> <li>• 2019 m. gruodžio mėnesį priešmokyklinės, 1–2 klasių mokiniai dalyvavo Vilniaus miesto savivaldybės Visuomenės sveikatos biuro organizuotame burnos higienos įgūdžių stiprinimo projekte „Graži šypsena“.</li> <li>• Kiekvienais metais vasario mėnesį organizuojama sveikatos stiprinimo programa. Jos metu mokiniai pamokas pradeda 10 minučių mankšta, vyksta integruotos pamokos, viktorinos, organizuojamos klasės valandėlės sveikatos ugdymo temomis, įvairios sportinės varžybos.</li> <li>• Kasmet mokyklos bendruomenė dalyvauja projektuose: „Tolerancijos diena“, „AIDS diena“, „Saugus internetas“, „Meniu be patyčių“, „Nenurašyk, o palaikyk“, „Profesijų pavasaris“ ir kt.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dauguma vaikų turi laikysenos sutrikimų ar ydingos laikysenos įpročių.</li> <li>• Dalis ugdytinių tėvų (globėjų) nepakankamai dėmesio skiria savo vaikų sveikatos stiprinimui namuose.</li> <li>• Tėvai nėra pakankamai supažindinami su sveikatos stiprinimo veiklomis, nėra organizuojami pokalbiai sveikatos stiprinimo temomis.</li> <li>• Dėl nepalankaus visuomeninio transporto grafiko dauguma mokinių neturi galimybių lankyti mokykloje organizuojamų neformaliojo vaikų užsiėmimų.</li> <li>• Mokykloje nėra skiriama erdvė, kur būtų skelbiama informacija sveikatos stiprinimo klausimais.</li> <li>• Sveikatą stiprinančias veiklas veda mokyklos mokytojai, kartais kviečiami įvairių sričių specialistai, sporto organizacijų atstovai.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dalyvaujame UAB „Atliekų tvarkymo centro“ projekte „Mes rūšiuojam“</li> <li>• Po pamokų mokykloje organizuojami neformaliojo vaikų užsiėmimai: „Muzika kitaip“, „Dailės kūrybiškumo studija“, „Sportiniai žaidimai“, „Gamtininkų būrelis“, „Molinukas“, „Šokių būrelis“, „Kulinarijos būrelis“, „Choro studija“, „Olimpiečiai“.</li> <li>• Bendradarbiaujama su VŠĮ Futbolo mokykla „Voriukai“ ir su Vilniaus Vingio tunto „Deglo“ draugove (Skautų veikla).</li> <li>• Du kartus savaitėje vyksta sportinės mankštos užsiėmimai mokyklos mokytojams ir tėvams.</li> <li>• Rudenį ir pavasarį organizuojama „Sporto šventė“ visai mokyklos bendruomenei.</li> </ul>	
<b>6. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaida</b>		
<p>6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida mokykloje.</p> <p>6.2. Sveikatos stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mokyklos bendruomenė pripažįsta sveikatos stiprinimą kaip vertybę ir yra pasirengusi vykdyti sveikatos stiprinimo programą.</li> <li>• Mokyklos planuose numatyti renginiai ir priemonės sveikatos stiprinimo sklaidai.</li> <li>• Į masinius renginius kviečiama Bezdonių seniūnijos gyvenvietės bendruomenė. Kas antri metai organizuojama Bezdonių miestelio bendruomenei skirta šventė „Šeimadienis“.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dar neužmegzti bendradarbiavimo ryšiai su kitomis sveikatą stiprinančiomis mokyklomis.</li> <li>• Nėra pateikiama informacija apie projektą tapti sveikatą stiprinančia mokykla.</li> </ul>
<b>GALIMYBĖS</b>		<b>GRĖSMĖS</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Parengti išsamesnę informaciją apie mokyklos galimybę tapti „Mokykla stiprinančia sveikatą“ (lankstinukai, sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties sklaida internetinėje erdvėje).</li> <li>• Padėti šeimai ugdyti sveiką vaiką, teikiant kokybiškas sveikatinimo paslaugas, ieškant naujų bendradarbiavimo su šeimomis formų. Skatinti šeimas aktyviau dalyvauti mokyklos gyvenime.</li> <li>• Kviesti įvairių sričių specialistus, sporto organizacijų atstovus vesti užsiėmimus.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mažas tėvų aktyvumas, kryptingas dalyvavimas mokyklos gyvenime.</li> <li>• Šeimose neskatinama sveika gyvensena.</li> <li>• Daugėja vaikų su elgesio, emocijų sutrikimais.</li> <li>• Nepakankamai veiksminga įstaigos informavimo sistema.</li> <li>• Išteklių stoka.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sudaryti sąlygas bendruomenės nariams ugdytis pozityvų požiūrį į sveiką gyvenimą, diegiant prevencines programas, sutelkiant bendruomenę, gerinant įstaigos mikroklimatą.</li> <li>• Tobulinti bendruomenės narių kvalifikaciją ir kompetencijas bei sudaryti sąlygas jiems dalyvauti mokymuose.</li> <li>• Racionalus įstaigai skirtų lėšų panaudojimas kuriant sveikatai palankią modernią edukacinę aplinką, diegiant naujausias ugdymo technologijas.</li> <li>• Naujų partnerių paieška ir bendradarbiavimas sveikatos stiprinimo klausimais.</li> <li>• Aktyvus dalyvavimas respublikiniuose projektuose, konkursuose.</li> </ul>	
--	--

### III SKYRIUS

#### SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, PRIORITETAI

**TIKSLAS** - saugoti ir stiprinti mokyklos bendruomenės narių sveikatą, ugdant vertybines nuostatas ir sveikos gyvensenos įgūdžius, diegiant vaikams visuminį sveikatos supratimą bei kuriant sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

**PRIORITETAS**- sveikatą stiprinanti mokykla užtikrinanti sąlygas tikslinei mokinių sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos įgūdžius formuojančiai veiklai.

### IV SKYRIUS

#### SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMIEJI REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI

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

**Uždavinys** - Tobulinti sveikatos stiprinimo procesų planavimą, organizavimą ir vertinimą Vilniaus r. Bezdonių „Saulėtekio“ pagrindinėje mokykloje.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
1.1.Sveikatos stiprinimo veiklos mokykloje organizavimo grupės sudarymas ir veiklos įgyvendinimas.	1.1.1. Sudaryti sveikatos stiprinimo veiklą organizuojančią grupę pedagogų ir tėvų (globėjų) atstovais, esant reikalui koreguoti jos sudėtį, paskirti veiklas už kurias bus atsakingi.	Kasmet rugsėjo mėn.	Direktorius
	1.1.2. Organizuoti pasitarimus, priimti sprendimus ir su jais supažindinti bendruomenę (internetiniame puslapyje, stenduose, parengti informacinius lankstinukus).	2 kartus per metus	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė

	1.1.3. Sveikatos stiprinimo veiklas integruoti į strateginį ir metinės veiklos planus, atsižvelgiant į bendruomenės narių poreikius.	2021 m. sausis	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
1.2. Sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimas.	1.2.1. Rengti sveikatos stiprinimo grupės susirinkimus, planuoti artimiausias veiklas.	2021–2024 m. m.	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė
	1.2.2. Sukurti mokykloje sveikatos stiprinimo veiklos vertinimo sistemą. Vykdyti sveikatos stiprinimo veiklos vertinimą ir supažindinti su rezultatais mokyklos bendruomenę.	Kasmet balandžio mėnesį	Sveikatą stiprinimo veiklą organizuojančios grupės pirmininkas
	1.2.3. Vertinimo rezultatus panaudoti kitų mokslo metų sveikatos stiprinimo veiklai planuoti ir kokybei gerinti.	Kasmet iki rugsėjo 1 d.	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė
<b>Laukiamas rezultatas</b> – sveikatos stiprinimo veikla taps efektyvesnė, labiau koordinuota, bus aiškiai matomi veiklos rezultatai. Žinant rezultatus, galėsime planuoti būsimą veiklą ir kokybiškiau įgyvendinti priemones.			

## 2 veiklos sritis. PSICHOSOCIALINĖ APLINKA

**Uždavinys** – Užtikrinti glaudų tarpusavio ryšį tarp mokyklos bendruomenės narių: mokytojų, mokinių ir mokinių tėvų.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
2.1. Mokyklos bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas.	2.1.1. Tobulinti konsultacinės pagalbos sistemą iškilusioms problemoms spręsti. Sudaryti maksimaliai palankias sąlygas specialiojo ugdymo poreikių turintiems mokiniams.	Nuolat	Psichologas, Vaiko gerovės komisija
	2.1.2. Pravesti pirmų, penktų klasių mokinių tėvams susirinkimus ir parengti lankstinukus tėvams „Vaikų adaptacija 1-oje klasėje“, „Ką turi žinoti penktoko tėvai?“.	Kiekvienų metų rugsėjo mėn.	Psichologas, mokyklos pedagogai
	2.1.3. Pirmų, penktų klasių mokinių adaptacijos įstaigoje tyrimas, pristatymas mokyklos bendruomenei.	Kiekvienų metų lapkričio mėn.	Psichologas, biologijos mokytojas
	2.1.4. Organizuoti bendras išvykas, ekskursijas	Rudenį ir pavasarį	Mokyklos pedagogai
	2.2.1. Seminarai streso valdymo, konfliktų sprendimo, bendravimo	2021-2024 m.	Mokyklos pedagogai

	įgūdžių tobulinimo temomis pedagogams		
2.2. Galimybių dalyvauti sveikatą stiprinančioje veikloje visiems mokyklos bendruomenės nariams sudarymas.	2.2.1. Organizuoti Vaikų vasaros stovyklą „Saulėtekis“.	Birželis	Pradinio ugdymo mokytojai
	2.2.2. Organizuoti susitikimus darbuotojams, tėvams su Vilniaus r. Švietimo pagalbos tarnybos specialistais bendravimo įgūdžių tobulinimo, vaikų adaptacijos gerinimo temomis.	Kasmet	Direktorius, direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	2.2.3. Puoselėti gerus tarpusavio santykius kviečiant tėvus dalyvauti sveikatos savaitėse, sporto šventėse, atvirų durų dienose, akcijose, pramogose ir kt. („Vasaris – sveikatos mėnuo“, Sporto šventė, „Šeimadienis“)	2021-2024 m.	Mokyklos renginių organizacinis komitetas, mokyklos taryba, mokyklos pedagogai
	2.2.4. Bendruomenės narių harmoningų santykių bendrakūrą formuojantys renginiai: pasaulinė psichikos sveikatos diena, tarptautinė tolerancijos diena, AIDS diena, renginiai skirti patyčių prevencijai.	Pagal įstaigos kiekvienų metų renginių planą.	Pagalbos vaikui specialistai, klasių / grupių vadovai
	2.2.5. Suteikti galimybę bendruomenės nariams dalyvauti ir aptarti problemines sveikatos stiprinimo sritis ir kartu numatyti sprendimo būdus.	Kasmet	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, mokyklos taryba
2.3. Numatyti emocinės, fizinės, seksualinės prievartos ir vandalizmo mažinimo priemonės	2.3.1. Priešmokyklinio ugdymo, pradinė klasių ir 5-6 klasių mokiniams vesti socialinio emocinio ugdymo olimpiados „Dramblys“ užsiėmimus.	Kartą per mėnesį	Klasių vadovai
	2.3.2. Vykdyti VEIK (vaiko emocijų išraiškos kontrolės) prevencinę programą 5 klasėje	1 val. per savaitę	Soc. pedagogas
	2.3.4. Vykdyti psichoaktyviųjų medžiagų vartojimo prevencijos programą „Savo keliu“ 1-10 klasėse.	1- 2 kartus per mėnesį klasių valandėlių metu	Klasių vadovai
	2.3.5. Pradėti dalyvauti ankstyvosios prevencijos ir vaikų socialinių gebėjimų ugdymo programoje „Įveikiame kartu“.	Nuo 2020 m rugsėjo mėnesio	3–4 klasių vadovai
	2.3.6. Pradėti dalyvauti tarptautinėje emocijų ir elgesio problemų prevencijos programoje „Obuolio draugai“.	Nuo 2020 m rugsėjo mėnesio	1–2 klasių vadovai



	2.3.7. Atlikti mokinių, tėvų apklausą apie patyčias mokykloje ir už jos ribų ir atlikus analizę vykdyti prevencines veiklas.	Spalis, balandis	Mokyklos psichologas, socialinis darbuotojas
	2.3.8. Analizuoti elgesio taisyklių pažeidimus, patyčių, žalingų įpročių ir kitų pažeidimų atvejus. Teikti konsultacijas pedagogams, mokiniams, tėvams švietimo pagalbos klausimais.	Mažiausiai kartą per mėnesį	Vaiko gerovės komisija
<b>Laukiamas rezultatas</b> – bendruomenė aktyviai dalyvaus sveikatą stiprinančios mokyklos veikloje, renginiuose, prisidės juos organizuojant. Gerės mikroklimatas, daugiau tėvų domės savo vaikų ugdymu, bus palaikomi glaudesni bendruomenės tarpusavio ryšiai.			

### 3 veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

**Uždavinys.** Vykdyti mokyklos išorės ir vidinės aplinkos priežiūros darbus, formuoti mokinių sveikos mitybos ir geriamojo vandens vartojimo įgūdžius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
3.1. Mokyklos teritorijos, patalpų saugos užtikrinimas ir sveikatą stiprinančios aplinkos kūrimas	3.1.1. Mokyklos aplinkos estetinio vaizdo gerinimas – aplinkos tvarkymas.	Nuolat	Ūkvedys
	3.1.2. Mokyklos kiemo pritaikymas mokinių poreikiams – mini sporto, lauko žaidimų aikštės įrengimas.	2020 m. lapkritis	Ūkvedys, Mokyklos taryba
	3.1.3. Kieme įrengti refleksoterapinį – „Pojųčių taką“ (skirtingų faktūrų paviršiai, stimuliuojantys pojūčiai);	2021 m. balandis	Sveikatos stiprinimo veiklą organizavimo grupės nariai, ūkvedys
	3.1.4. Užtikrinti higienos normos reikalavimus atitinkantį apšvietimą, šildymą, vėdinimą, patalpų valymą.	Nuolat	Ūkvedys
	3.1.5. Ugdymo proceso (ugdymo krūviai, tvarkaraščiai, kontrolinių darbų grafikai, individualus mokymas) organizavimas pagal higienos reikalavimus.	Iki kiekvienų metų rugsėjo mėn.	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	3.1.6. Saugaus mokinių pavėžėjimo organizavimas.	Nuolat	Administracija
	3.1.7. Aktyvinti šviečiamąją veiklą dėl vaikų ligų prevencijos, mažinant atvedamų sergančių mokinių skaičių.	2020-2024 m. m.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, pedagogai, tėvai (globėjai, rūpintojai)
	3.1.8. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistės iniciatyva organizuojamos akcijos: „Kiek sveria mokinio kuprinė?“	Kiekvienų metų	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas

	<p>„kaip reikia plautis rankas? „Kodėl svarbu taisyklinga laikysena?“ Parengti lankstinukus.</p>	<p>spalis Lapkritis sausis</p>	
<p>3.2. Mokyklos bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas</p>	<p>3.2.1. Skatinti mokyklos bendruomenės narių fizinį aktyvumą: -kiekvieną dieną pradėti 5 min. mini mankšta; - organizuoti judriųjų žaidimų pertraukas įstaigos teritorijoje; - įrengti stalo teniso žaidimo erdvę mokyklos patalpose, prieinamą mokiniams pertraukų metu.</p>	<p>Nuolat</p>	<p>Fizinio ugdymo mokytojas ir kiti mokyklos pedagogai</p>
	<p>3.2.2. Pagal galimybes dalyvauti šalies, rajono, miesto fizinį aktyvumą skatinančiuose renginiuose.</p>	<p>Kasmet</p>	<p>Fizinio ugdymo mokytojas ir kiti mokyklos pedagogai</p>
	<p>3.2.3. Organizuoti užklausinę veiklą, susijusią su fiziniu aktyvumu (stalo teniso, krepšinio, kvadrato, futbolo, judriųjų žaidimų užsiėmimai).</p>	<p>Nuolat</p>	<p>Fizinio ugdymo mokytojas</p>
	<p>3.2.4. Išnaudoti visas galimybes mokinius vesti į lauką, lauke organizuoti veiklas, šventes, pramogas ir kt.</p>	<p>Kasdien</p>	<p>Mokyklos pedagogai</p>
<p>3.3. Sveikatai palankios mitybos organizavimas</p>	<p>3.3.1. Vadovaudamasi sveikos mitybos principais mokykloje organizuoti sveikatą tausojantį maitinimą (pusiau „švedišką stalą“).</p>	<p>Kiekvieną dieną</p>	<p>Virėjas, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas</p>
	<p>3.3.2. Parengti informacinę medžiagą „Kodėl sveika valgyti vaisius ir daržoves?“, „Kuo naudingi pieno produktai?“ (stendas, lankstinukas).</p>	<p>Spalis, lapkritis</p>	<p>Sveikatos stiprinimo veiklą organizavimo grupės nariai, visuomenės sveikatos specialistas</p>
	<p>3.3.3. Geriamo vandens prieinamumo užtikrinimas mokyklos erdvėse.</p>	<p>Nuolat</p>	<p>Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, virėjas</p>
	<p>3.3.4. Dalyvauti ES remiamoje programoje „Vaisių ir daržovių, bei pieno ir pieno produktų vartojimo skatinimo vaikų ugdymo įstaigose“.</p>	<p>Nuolat</p>	<p>Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas, virėjas</p>
	<p>3.3.5. Organizuoti klasių valandėlių metu veiklas „Sveikas maistas – sveikas vaikas“.</p>	<p>1 kartą per mėnesį</p>	<p>Klasių vadovai</p>
	<p>3.3.6. Organizuoti viktoriną, įtraukiant tėvus ir pedagogus. „Sveikatos gūsis“.</p>	<p>Kiekvienų metų balandis</p>	<p>Sveikatos stiprinimo veiklą organizavimo grupės nariai,</p>

			visuomenės sveikatos specialistas
<p><b>Laukiamas rezultatas</b> – Bus sudaryta palanki sveikatai, gerai savijautai ir fizinį aktyvumą skatinanti aplinka, atitinkanti sveikatos saugos reikalavimus. Formuosis sveikos mitybos įgūdžiai ir įpročiai: vaikai sveikai maitinsis, įpras ir noriai valgys vaisius ir daržoves, pieno produktus ir gers vandenį.</p>			

#### 4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

**Uždavinys** – Gerinti bendradarbiavimą tarp mokyklos partnerių, sutelkti mokyklos bendruomenės narius sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiklai, racionaliai panaudoti esamus materialiuosius išteklius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
4.1. Mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių specialistų profesinių kompetencijų tobulinimas sveikatos stiprinimo ir ugdymo klausimais organizavimas	4.1.1. 2020 metų mokytojų kvalifikacijos tobulinimo planas.	Kasmet	Mokyklos pedagogai
	4.1.2. Per mokytojų susirinkimus rengti pranešimus, ieškoti naujų būdų ir metodų sveikatos stiprinimo procesui organizuoti.	2 kartus metuose	Mokyklos pedagogai, Visuomenės sveikatos specialistas
	4.1.3. Dalyvauti savivaldybės ir ES fondų finansuojamuose programose.	Kasmet	Mokyklos pedagogai, Visuomenės sveikatos specialistas, klasių vadovai, direktorius
4.2. Mokyklos bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui	4.2.1. Metiniuose planuose numatyti temas mokinių sveikatos ugdymui ir prevenciniam darbui.	Kasmet	Mokyklos pedagogai, direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	4.2.2. Vykdyti tėvų tiriamąją veiklą dėl sveikatos stiprinimo veiklos vertinimo. Susirinkimų metu informuoti tėvus apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo priemones. Pasinaudoti tėvų siūlomomis idėjomis.	2 kartus metuose	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė Mokyklos taryba, pedagogai
4.3. Apsirūpinimas metodine medžiaga ir kitomis sveikatos ugdymui reikalingomis priemonėmis.	4.3.1. Tirti sveikatos ugdymo priemonių poreikį ir numatyti tikslines lėšas metodinei medžiagai ir kitoms sveikatos ugdymui reikalingoms priemonėms įsigyti.	Kasmet	Administracija, bibliotekininkas, mokytojai, pagalbos mokiniui specialistai
4.4. Mokyklos partnerių įtraukimas	4.4.1. Stiprinti socialinę partnerystę su Vilniaus r. Bezdonių J. Slovackio gimnazija, Nemenčinės Gedimino gimnazija, Nemenčinės K. Parčevskio gimnazija, Sporto mokykla, Skautų organizacija.	Nuolat	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė

	4.4.2. Organizuoti susitikimus su gaisrininkais, policininkais, medikais.	Nuolat	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, VGK.
<b>Laukiamas rezultatas</b> - Sudarytos sąlygos visiems pedagogams tobulinti kvalifikaciją sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo srityje. Ugdytiniai naudojami moderniomis ugdymo priemonėmis. Aktyviai įsitraukiama į siūlomas veiklas, jos tikslingai integruojamos į vaikų ugdymo(si) procesą.			

## 5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

**Uždavinys** – plėtoti sveikatos ugdymo procesus, laiduojančius jų kokybę.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
5.1. Sveikatos ugdymas įtrauktas į dalykų ar ugdymo sričių ilgalaikius planus, pasirenkamojo dalyko ir dalykų modulių programas	5.1.1. Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai programa, Žmogaus saugos bendroji programa, tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa, integruojamos į visus mokomuosius dalykus, neformalųjį ugdymą bei pažintines – edukacines išvykas.	2020-2024 m. m.	Klasių vadovai, dėstomų dalykų mokytojai
	5.1.2. Sveikatos veiklų įtraukimas į strateginius ir metinius veiklos planus.	2020-2024 m. m.	Administracija
5.2. Mokykloje įgyvendinamos kitos su sveikatos stiprinimu susijusios programos	5.2.1. Organizuoti rytines mankštas (5 min. per pirmą pamoką).	Metų eigoje	Mokyklos pedagogai
	5.2.2. Organizuoti „Vasaris – sveikatos mėnuo“.	Kasmet vasario mėn.	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	5.2.3. Organizuoti saugaus eismo savaites.	Kasmet balandžio mėn.	Pradinio ugdymo pedagogai
	5.2.4. Tęsti bendradarbiavimą su VŠĮ Futbolo mokykla „Voriukai“	2020-2024 m. m.	Direktorius
	5.2.5. Tęsti bendradarbiavimą su Vilniaus Vingio tunto „Deglo“ draugove (Skautų veikla).	2020-2024 m. m.	Direktorius
5.3. Numatytas sveikatos ugdymo tęstinumas neformaliojo švietimo veiklomis	5.3.1. Po pamokų mokykloje organizuojami neformaliojo vaikų užsiėmimai: „Muzika kitaip“, „Dailės kūrybiškumo studija“, „Sportiniai žaidimai“, „Gamtininkų būrelis“, „Molinukas“, „Šokių būrelis“, „Kulinarijos būrelis“, „Choro studija“, „Olimpiečiai“.	2020-2024 m. m.	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
<b>Laukiamas rezultatas.</b> Sveikatos ugdymas vyksta integraliai, taikant aktyviuosius ugdymo metodus, atsižvelgiant į vaikų amžių, gebėjimus, poreikius. Sveikatos ugdymas apima įvairias sritis. Vykdomi įvairūs, vaikams patrauklūs, tikslingi sveikatos stiprinimo renginiai.			

## 6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PATIRTIES SKLAIDA

**Uždavinys** – Dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerą patirtimi mokykloje ir už jos ribų.

<b>Rodiklis</b>	<b>Priemonė</b>	<b>Data</b>	<b>Atsakingi asmenys</b>
6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida mokykloje	6.1.1. Informuoti mokyklos bendruomenę apie vykdomas veiklas susirinkimų metu, mokyklos internetiniame puslapyje, TAMO e. dienyne.	Metų eigoje	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė
	6.1.2. Parengti standą mokykloje apie sveikatos ugdymo plėtotę ir jį nuolat atnaujinti.	2 kartus metuose	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė
	6.1.3. Ruošti lankstinukus apie mokinių sveikatos ugdymą įstaigoje.	1 kartą per mėnesį	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas
	6.1.4. Kaupti ir padaryti prieinamą metodinę medžiagą sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais.	Visą laiką	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė
6.2. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų	6.2.1. Gerąją veiklos patirtimi dalytis su Lietuvos sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo nariais, informaciją talpinti bendrame sveikatą stiprinančių mokyklų puslapyje <a href="http://www.smlpc.lt">www.smlpc.lt</a>	2020-2024 m. m.	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė, visuomenės sveikatos priežiūros specialistas
	6.2.2. Ruošti ir pristatyti pranešimus rajono, respublikos renginiuose.	2020-2024 m. m.	Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė, mokyklos pedagogai.
	6.2.3. Užmegzti ryšius su kitomis sveikatą stiprinančiomis mokyklomis.	202-2024 m. m.	Direktorius
<b>Laukiamas rezultatas.</b> Nuolat skelbiama informacija apie sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiklas pritrauks daugiau Bezdonių „Saulėtekio“ pagrindinės mokyklos ir Bezdonių gyvenvietės bendruomenės narių aktyviai dalyvauti sveikatą stiprinančiose veiklose, pagerės mokyklos įvaizdis, bus pritraukta rėmėjų ir mokyklos partnerių lėšų tikslinei veiklai vykdyti.			

## V SKYRIUS

### SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Sveikatos stiprinimo veiklos vertinimą kasmet atliks sveikatos stiprinimo veiklą organizuojanti grupė.

Vertinimo rezultatai pristatomi Mokyklos bendruomenei.

Sveikatos stiprinimo įgyvendinimo veikla įsivertinama vadovaujantis Mokyklos specialistų bei Mokyklos veiklos ataskaitomis, dokumentais, tyrimų rezultatų analizėmis.

## **VI SKYRIUS**

### **PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI**

1. Programai įgyvendinti bus skiriama dalis 2 % pajamų mokesčio, savivaldybės biudžeto ir valstybės biudžeto specialiosios tikslinės dotacijos (mokinio krepšelio) lėšos.
2. Dalis programos bus finansuojama iš projektinių lėšų ir rėmėjų.

## **VII SKYRIUS**

### **BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

1. Programos įgyvendinimą koordinuos direktoriaus pavaduotojas ugdymui.
2. Kontrolę vykdys mokyklos direktorius.
3. Bus atsiskaitoma mokyklos tarybai, kitoms pavaldžioms institucijoms.
4. Apie programos vykdymą informuojama internetinėje svetainėje [www.sauletekio.vilniausr.lm.lt](http://www.sauletekio.vilniausr.lm.lt), Mokyklos stenduose, žiniasklaidoje.
5. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius bei programos įgyvendinimą, metinės Veiklos planą ir Strateginį planą, sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama.