

MARIJAMPOLĖS SŪDUVOS GIMNAZIJOS

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA 2023–2027 METAMS

SVEIKOS MOKYKLOS LINK

I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Marijampolės Sūduvos gimnazijos bendruomenės sveikatos stiprinimo programa 2023–2027 metams parengta vadovaujantis mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2019 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr. V-651/V-665 „Dėl mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis ir aktyviomis mokyklomis tvarkos aprašo patvirtinimo“ bei atsižvelgus į gimnazijos strateginio veiklos plano, metinio veiklos plano tikslus ir uždavinius, vidaus veiklos įsivertinimo darbo grupės išvadas. Šia programa siekiama tenkinti bendruomenės poreikius ir priimti iššūkį 2023–2027 metams išsikeliant tikslus bei uždavinius, apibrėžiant prioritetus ir priemones uždaviniams vykdyti, numatant sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimą bei sklaidą.

2. Sūduvos gimnazijos mokinių sveikatos stiprinimo programos 2023–2027 m. paskirtis – tobulinti gimnazijos bendruomenės sveikatinimą propaguojant sveiką gyvenimo būdą, stiprinant sveikos gyvensenos įgūdžius, sudarant palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką sveikatos stiprinimui ir saugojimui.

3. Programos įgyvendinimas grindžiamas integracija į mokomuosius dalykus, klasių vadovų veikla, neformaliuoju švietimu, gimnazijos bendruomenės bendradarbiavimu tarp ugdymo įstaigų, mokytojų, švietimo pagalbą teikiančių ir sveikatos priežiūros specialistų, bendromis gimnazijos ir šeimos bei sveikatinimo institucijų pastangomis.

4. Programą įgyvendins Marijampolės Sūduvos gimnazijos bendruomenė: administracija, pedagogai ir kiti pedagoginę pagalbą teikiantys specialistai, mokiniai ir jų tėvai, aptarnaujantis personalas, socialiniai partneriai, sveikatos priežiūros ir sveikatinimo institucijos.

II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ

Marijampolės Sūduvos gimnazijoje yra I–IV klasės (I klasių – 6 komplektai, 178 mokiniai; II klasių – 6 komplektai, 156 mokiniai; III klasių – 5 komplektai, 137 mokiniai ir IV klasių – 6 komplektai, 154 mokiniai). Nuo 2022-09-01 Gimnaziją lanko 625 15–19 metų mokiniai, dirba 67 pedagogai. Dauguma gimnaziją lankančių mokinių auga palankioje socialinėje aplinkoje. Kiekvienais metais mokinių sveikatos duomenys analizuojami remiantis mokinių profilaktinio patikrinimo pažymose pateikta informacija. Atlikus 2022 metų vaikų sveikatos analizę nustatyta, kad 82,1 proc. mokinių yra sveiki. 17,9 proc. mokinių, turi įvairių sveikatos rizikos veiksnių bei lėtinių ligų, regos sutrikimų, skeleto-raumenų sistemos sutrikimų ir kt. 572 mokiniai ugdomi pagrindinėse fizinio ugdymo grupėse. 15 specialiųjų ugdymosi poreikių turinčių mokinių bei 4 fizinę negalią turintys mokiniai ugdomi bendrose klasėse. Fizinę negalią turintiems mokiniams padeda mokytojų padėjėjai. Vaikams, turintiems elgesio sunkumų ar motyvacijos problemų, pagalbą teikia socialinis pedagogas, psichologinę pagalbą – psichologas. Sveikatos priežiūrą bei sveikatos ugdymo ir mokymo renginius įvairiomis formomis gimnazijoje vykdo visuomenės sveikatos priežiūros specialistas.

Gimnazijoje yra puoselėjamos sveikos gyvensenos idėjos, kuriama sveika ir saugi aplinka, skatinanti vaikus aktyviai ir kūrybingai veiklai. Gimnazijos kultūros vertybė – bendradarbiavimas ir mokymasis visą gyvenimą, t. y. nuolatinis darbuotojų profesinių kompetencijų tobulinimas vykdant gerosios patirties sklaidą, rengiant ir įgyvendinant Europinius, šalies, savivaldybės lygmens projektus. Į ugdymo procesą integruojama Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa, patvirtinta Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016 m. spalio 25 d. įsakymu Nr. V-941 „Dėl Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendrosios programos patvirtinimo“. Gimnazijos neformaliojo vaikų švietimo veiklos yra orientuotos į sveikatingumo skatinimą, pvz.: 2022–2023 m. m. mokiniai pasirinko ir lanko šiuos būrelius: „Sveika gyvensena“ – III klasėms; „Sportas ir sveikata“ – IV klasėms; futbolo, krepšinio, tinklinio, stalo teniso būreiliai – I–IV klasėms; Valančiukai – III klasėms; Jaunieji šauliai – I–IV klasėms; Etnografinis ansamblis „Klevelis“ – I–IV klasėms; Šokių studijos – I–IV klasėms ir kt.

Gimnazijoje sistemingai organizuojamos integruotos ar kolegialios pamokos, klasės valandėlės, visuomenės sveikatos specialisto paskaitos, kurių metu mokiniai ugdomi įgūdžius ir gebėjimus rūpintis savo sveikata, priimti racionalius sprendimus renkantis sveiką gyvenimo būdą: „Sveika mityba“, „Sveikata ir aš“, „Fiziškai aktyvūs – sveikesni ir laimingesni“ ir kt. Pedagogai kompetentingi, aukštos kvalifikacijos, nuolat besimokantys, reflektuojantys savo veiklą ir pasirenkę kaitai, savo darbe vadovaujasi demokratišku ir bendruomenišku darbo stiliumi. Gimnazijos bendruomenė kartu kuria palankias sąlygas mokytis ir tobulėti, skleisti gerąją darbo patirtį. Gimnazijos fizinė aplinka palanki sveikatingumo ugdymui, nuolat kreipiamas dėmesys jų pagerinimui: įrengtos poilsio, skaitymo, stalo žaidimų zonos; parengtas projektas ir gautas finansavimas Multifunkcinio centro įrengimui, kurį remia JAV lietuvių paramos fondas „Saulutė“ ir Marijampolės savivaldybės administracija. Šis multifunkcinis centras bus moderni specialiųjų ugdymosi poreikių (toliau – SUP) ir fizinę negalią turinčių mokinių mokymosi ir poilsio erdvė, sudaranti galimybę „kitokiam“ vaikui įsitraukti į gimnazijos gyvenimą ir jaustis jos visaverte dalimi. Šio projekto tikslas – iš anksto pasiruošti 2024 m. laukiančiai įtraukiojo ugdymo reformai, sukurti sveiką, saugią ir draugišką erdvę SUP ir patiriančių socialinę atskirtį („paraštės“) vaikų sėkmingai integracijai, šalinti fizinius, emocinius ir socialinius barjerus, kad šie mokiniai jaustųsi visaverčiais bendruomenės nariais.

III SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS TIKSLAS, PRIORITETAI

Programos tikslas – kurti sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką, gilinti sveikatos žinias bei formuoti bendruomenės sveikos gyvensenos įgūdžius siekiant stiprinti fizinę, psichoemocinę sveikatą.

Prioritetai:

1. Kryptingas mokinių sveikatos saugojimo ir stiprinimo kompetencijos ugdymas.
2. Mokinių sveikos gyvensenos ir ekologinės savimoneės ugdymas.
3. Gimnazijos bendruomenės bendradarbiavimas su socialiniais partneriais, siekiant stiprinti bendruomenės narių fizinę, emocinę ir socialinę sveikatą.

IV SKYRIUS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS UŽDAVINIAI, PRIEMONĖS, LAUKIAMIE REZULTATAI IR JŲ VERTINIMO RODIKLIAI

Programos uždaviniai:

1. Kurti ir puoselėti fiziškai ir psichologiškai saugią ir sveiką ugdymo aplinką, ugdant fizinio aktyvumo ir sveikatai palankios mitybos įpročius.
2. Tobulinti sveikatos stiprinimo procesų kokybę ir vertinimą gimnazijoje.
3. Plėtoti ir stiprinti geranoriškumo, pagarbos, pasitikėjimo, solidarumo, lygiateisiškumo principais grįstus gimnazijos bendruomenės narių tarpusavio santykius.

4. Užtikrinti kokybišką sveikatos ugdymą.
5. Sutelkti gimnazijos bendruomenės narius, ypač moksleivių tėvus sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo veiklai.

Priemonės:

1. Sveikos mitybos, fizinio aktyvumo užsiėmimų, sportinių renginių organizavimas su mokiniais ir visa gimnazijos bendruomene.
2. Paskaitų, pamokų, prevencinių programų, akcijų ir konferencijų rengimas.
3. Tėvų bendruomenės kompetencijos didinimas sveikatos stiprinimo ir saugojimo klausimais, informuojant juos apie vaikų sveikatos saugojimo ir stiprinimo priemones gimnazijoje bei skatinant įsijungti į sveikatos stiprinimo programą.

Laukiami rezultatai:

1. Sudarytos palankios sąlygos moksleivių sveikos gyvensenos įgūdžių ir gebėjimų įtvirtinimui.
2. Aktyvus bendruomenės narių dalyvavimas sveikatos ugdymo ir stiprinimo veikloje.
3. Sveika ir saugi ugdymo aplinka: pedagogai ir specialistai didesnę dėmesį skirs vaiko ir šeimos sveikatos puoselėjimui, saugojimui ir aktyvinimui.
4. Vaikų sergamumo mažėjimas.
5. Stiprinamas kompetencijomis grįstas ugdymas: bendruomenės nariai įgyja vis daugiau sveikatai palankių kompetencijų.
6. Užtikrinama sveikatos stiprinimo veiklos patirties sklaida ir tęstinumas. Įgyta patirtimi dalijamasi kvalifikacijos kėlimo renginiuose su švietimo įstaigų pedagogais, publikuojami straipsniai spaudoje, bendruomenės skatinamos rūpintis emociškai, socialine ir fizine sveikata.

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. Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupės sudarymas.	2023 m. sausis	Gimnazijos direktorius
	1.1.2. Sveikatos stiprinimo veiklą organizuojančios grupės veiklos planavimas, narių atsakomybės už atskiras veiklos sritis pasiskirstymas (apklausų vykdymas ir gautų rezultatų analizė, renginių ir projektų rengimas).	2023 m. sausis–vasaris	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	1.1.3. Sveikatos stiprinimo veiklos gimnazijoje organizavimo grupės pasitarimai.	3 kartus per metus	Darbo grupė
	1.1.4. Informacijos pateikimas bendruomenei apie programos tikslus, uždavinius, siektinus rezultatus bei vykdymą.	2023 m. gegužė	Darbo grupė

1.2. Sveikatos stiprinimas įtrauktas į gimnazijos veiklą.	1.2.1. Sveikatos stiprinimo programos nuostatų ir prioritetų įtraukimas į 2024–2027 metų gimnazijos strateginius ir metinius veiklos planus.	Kasmet	Direktoriaus pavaduotojas ugdymui
	1.2.2. Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto veiklos plano priemonių įtraukimas į gimnazijos metinį veiklos planą.	Kasmet	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas
	1.2.3. Pagalbos mokiniui specialistų (psichologo ir socialinio pedagogo) veiklos plano priemonių įtraukimas į gimnazijos metinį veiklos planą.	Kasmet	Psichologas Socialinis pedagogas
1.3. Sveikatos priežiūros veiklų gimnazijoje organizavimas.	1.3.1. Visuomenės sveikatos specialisto dalyvavimas įgyvendinant sveikatos stiprinimo programą (susipažinimas su mokinių sveikatos problemomis, profilaktinių priemonių taikymas, sergamumo rodiklių aptarimas, analizės atlikimas).	Nuolat	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistas
	1.3.2. Sveikatingumo veiklų, prevencinių priemonių planavimas ir įgyvendinimas.	Nuolat	Darbo grupė
1.4. Sveikatos stiprinimo procesų valdymas ir rezultatų vertinimas.	1.4.1. Sukurta ir įgyvendinama sveikatos stiprinimo vertinimo sistema. Sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo vertinimas pagal numatytus kriterijus.	Kasmet gruodžio mėn.	Darbo grupė
	1.4.2. Gimnazijos bendruomenės narių supažindinimas su sveikatos stiprinimo procesų ir rezultatų vertinimo metodika.	2023 m. gruodis	Darbo grupės koordinatorius
	1.4.3. Veiklos įsivertinimas bei gautų rezultatų panaudojimas tarnauja sveikatos stiprinimo kokybei gerinti ir yra integruotas į bendrą gimnazijos vidaus įsivertinimo sistemą.	Tarpinis įsivertinimas – 2024 m. birželis; galutinis – 2026 m. gruodis	Darbo grupės vadovas
Laukiamas rezultatas – remiantis tyrimų duomenimis ir veiklos rezultatų analize sukurta ir veikia sveikatos stiprinimo ir ugdymo sistema gimnazijoje. Informacija apie sveikatos ugdymą teikiama gimnazijos bendruomenei. Kasmet atliekamas veiklos vertinimas, kuriame dalyvauja visi bendruomenės nariai. Gauti duomenys naudojami veiklos kokybei analizuoti ir gerinti.			

2 veiklos sritis. PSICHOSOCIALINĖ APLINKA

Uždavinys: plėtoti ir stiprinti geranoriškumo, pagarbos, pasitikėjimo, lygiateisiškumo principais grįstus gimnazijos bendruomenės narių tarpusavio santykius.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
2.1. Gimnazijos bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimas ir puoselėjimas.	2.1.1. Bendruomenės telkimo renginiai (edukacinės išvykos, sportinės varžybos, sporto šventės, konkursai, projektai).	Pagal veiklų planus 2023–2027 m.	Darbo grupė Mokiniai, mokytojai, ir kiti darbuotojai
	2.1.2. Mokinių–tėvų–mokytojų forumai, apskrito stalo diskusijos bendruomenės mikroklimato gerinimo temomis.		
	2.1.3. Tyrimas „Gimnazijos mikroklimatas“. Priemonių, gerinančių bendruomenės mikroklimatą numatymas.		
	2.1.4. I klasių mokinių ir jų tėvų adaptacijos tyrimas.		
	2.1.5. Seminarai, paskaitos, renginiai, akcijos, kuriuose dalyvauja visi bendruomenės nariai: 2.1.5.1. Renginiai, skirti akcijai „Savaitė be patyčių“. 2.1.5.2. Akcija „Išpildyk vaiko svajonę“. 2.1.5.3. Akcija „Darom.“ 2.1.5.4. Akcija „Uždenkime ukrainiečių tankus“ (kamufliazinio tinklo pynimas). 2.1.5.5. Vasaris – sveikatos mėnuo. 2.1.5.6. Konferencija „Vaiko saugumo kodas“. 2.1.5.7. Akcija tarptautinei laimės dienai paminėti „Laimės barometras“. 2.1.5.8. Kalėdinė popietė bendruomenei ir kt.		
2.2. Saugios psichosocialinės aplinkos kūrimas, sveikatą „nuodijančių“ apraiškų prevencijos vykdymas.	2.2.1. Mokinių specialiųjų ugdymosi poreikių nustatymas ir jų tenkinimas.	Kasmet	Darbo grupė
	2.2.2. Tinkamo elgesio moksleivių taisyklės, susitarimai.	Pagal poreikį	Pagalbos mokiniui specialistai
	2.2.3. Tyrimų apie smurtą, patyčias gimnazijoje atlikimas ir rezultatų analizė bei priemonių prevencijai numatymas.	Pagal poreikį	Klasių auklėtojai
	2.2.4. VŠĮ Lions Quest socialinio emocinio ugdymo prevencinės programos „Raktai į sėkmę“ vykdymas, įtraukiant kiekvieną bendruomenės narį.	Kartą per mėnesį	Administracija

	2.2.5. Bendruomenės pasiūlymų dėl priemonių psichosocialinei aplinkai gerinti teikimas.	Kartą per metus	Darbo grupė
2.3. Galimybių ir sąlygų dalyvauti programos vykdyme ne tik visiems gimnazijos bendruomenės nariams, bet ir socialiniams partneriams sudarymas.	2.3.1. Sveikatos stiprinimo renginiai, susitikimai su socialiniais partneriais, bendri tėvų susirinkimai, Tėvų diena, apskrito stalo diskusijos, apklausos, tyrimai ir kt. renginiai, skirti stiprinti moksleivių tėvų ir gimnazijos bendradarbiavimą, puoselėjant vaikų, tėvų ir mokytojų tarpusavio ryšį.	2023–2027	Darbo grupė
	2.3.2. Mokinių, tėvų savivaldos bei socialinių partnerių įtraukimas į sveikatos ugdymo klausimų sprendimą.	Kasmet	Gimnazijos taryba Mokinių parlamentas
<p>Laukiamas rezultatas – gimnazijoje vyrauja saugi psichosocialinė aplinka. Tenkinami įvairių gebėjimų mokinių poreikiai, tėvų lūkesčiai. Bendruomenė aktyviai dalyvauja sveikatą stiprinančios mokyklos programos įgyvendinime bei pritraukia išorės organizacijų atstovus: aktyviai dalyvauja įvairiuose gimnazijos renginiuose, prisideda juos organizuojant, generuoja idėjas. Bendruomenės nariai motyvuotai siekia išsikeltų tikslų įgyvendinimo sveikatos stiprinimo srityje. Sistemingai atliekami tyrimai apie bendruomenės narių santykius, su tyrimų rezultatais supažindinama bendruomenė, priimami sprendimai. Gerėja pasitikėjimas ir bendradarbiavimas tarp mokinių, tėvų ir mokytojų.</p>			

3 veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

Uždavinys: kurti ir puoselėti fiziškai saugią ir sveiką ugdymo(si) aplinką, fizinio aktyvumo ir sveikatai palankios mitybos įpročius.

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
3.1. Gimnazijos teritorijos ir patalpų priežiūros užtikrinimas bei sveikatą stiprinančios aplinkos kūrimas.	3.1.1 Tinkamos gimnazijos teritorijos priežiūros užtikrinimas: gimnazijos teritorijoje nenuodingų augalų, gėlynų sodinimas; edukacinių aplinkų plėtojimas lauke.	2023–2027 m.	Direktoriaus pavaduotojas ūkiui
	3.1.2. Klasių, edukacinių aplinkų atnaujinimas. Gimnazijos aplinkos atitikimo HN įvertinimo atlikimas, siūlymų gimnazijos administracijai pateikimas.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	3.1.3. Sveikatos saugos reikalavimų užtikrinimas ugdymo procese: darbų saugos instruktažų bei klasės valandėlių šia tema organizavimas.	Pagal veiklų planą	Dalykų mokytojai Klasių auklėtojai

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
	3.1.4. Sąlygų gerinimas fizinę negalią turintiems mokiniams – multifunkcinio centro įrengimas (su nusiramino, mokymosi bei poilsio erdvėmis).	2023 m. gruodis	Gimnazijos administracija
3.2. Bendruomenės narių fizinio aktyvumo skatinimas.	3.2.1. Dalyvavimas šalies, miesto, gimnazijos organizuojamuose fizinį aktyvumą skatinančiuose renginiuose: 3.2.1.1. šiaurietiško ėjimo užsiėmimai bendruomenės nariams; 3.2.1.2. HIIT treniruotės po darbo; 3.2.1.3. sportinių žaidimų treniruotės; 3.2.1.4. lektorių, kineziterapeutų, sporto trenerių kvietimas, organizuojant fizinio aktyvumo veiklas, sporto šventes ir kt.; 3.2.1.5. mokinių, mokytojų ir tėvų žygių pėsčiomis, dviračiais organizavimas; 3.2.1.6. naktinis bėgimas; 3.2.1.7. šokis sporto ritmu; 3.2.1.8. orientavimosi sporto varžybos; 3.2.1.9. joga; 3.2.1.10. šokis – flash mob; 3.2.1.11. pilateso treniruotės ir kt.	2023–2027 m. pagal mėnesių planus	Darbo grupė Fizinio ugdymo mokytojai
	3.2.2. Integruotos fizinio ugdymo pamokos su Alytaus regioninio karo prievolės ir komplektavimo skyriaus Marijampolės poskyrio kariais.	Pagal mėnesių planus	Darbo grupė Dalykų mokytojai
	3.2.3. Integruotos fizinio ugdymo – etikos, biologijos, muzikos pamokos.		
3.3. Sveikatai palankios mitybos organizavimas.	3.3.1. Tėvų švietimas ir bendradarbiavimas formuojant mokinių sveikos mitybos įpročius tėvų susirinkimų metu.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	3.3.2. Mokslinių tyrimų rezultatų sklaida gimnazijos interneto puslapyje, susirinkimų metu.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	3.3.3. „Gyvos“ paskaitos ir paskaitų įrašai apie judėjimo, sveikos mitybos svarbą.	2023–2027 m.	Darbo grupė

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
	3.3.4. Vaikų maitinimo organizavimo tvarkos aprašo įgyvendinimas pagal funkcijas, reguliarius tikrinimas.	Kartą per pusmetį	Darbo grupė
	3.3.5. Individualaus meniu teikimas atsižvelgiant į vaiko ar mokytojo sveikatą (ligos, sutrikimai).	Nuolat	Valgyklos darbuotojos
	3.3.6. Klasės valandėlių, švenčių, popiečių, susitikimų sveikai mitybai populiarinti organizavimas.	2023–2027 m.	Klasių auklėtojai
	3.3.7. „Švediško stalo“ principų ir priemonių prieš maisto švaistymą taikymas.	2024–2025 m. m.	Klasių auklėtojai
Laukiamas rezultatas – fiziškai saugi ir sveika ugdymo(si) aplinka. Didėja bendruomenės narių, dalyvaujančių sveikatinimo renginiuose, skaičius. Organizuojamas subalansuotas, individualizuotas vaikų maitinimas taikant sveikos mitybos principus. Gerėja vaikų sveikos mitybos įpročiai. Tėvai sveikos mitybos principus taiko ir namų aplinkoje.			

4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALINIAI IŠTEKLIAI

Uždavinys: sutelkti gimnazijos bendruomenės narius sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo veikloms.

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. Tyrimas „Dėl profesinių kompetencijų sveikatos stiprinimo ir ugdymo klausimais tobulinimo poreikio nustatymo“.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	4.1.2. Sistemingai planuojami ir organizuojami seminarai, konferencijos, pedagogų tarybos posėdžiai, diskusijos sveikatos saugojimo ir ugdymo klausimais.	Pagal metinį veiklos planą	Darbo grupės vadovas Administracija
	4.1.3. Sveikatos žinių ir įgūdžių programos vykdymas: pirmos pagalbos mokymai, higienos įgūdžių formavimas.	Kas treji metai	Direktoriaus pavaduotojas ūkiui
	4.1.4. Gimnazijos bendruomenės dalyvavimas savivaldybės ir ES fondų finansuojamose programose.	2023–2027 m.	Darbo grupė

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
	4.1.5. Konferencija „Sveikas mokytojas – sėkmingo ugdymo garantas“ (Sveikata stiprinančios mokyklos programos vykdymo sėkmės ir patirtys; dalijimasis patirtimi).	2026 m. lapkritis	Administracija Darbo grupė
4.2. Bendruomenės narių pasitelkimas sveikatos ugdymui.	4.2.1. Savivaldos institucijų įtraukimas į sveikatingumo klausimų sprendimą.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	4.2.2. Mokinių bei tėvų informavimas apie sveikatos saugojimo ir stiprinimo priemones gimnazijoje.	Sistemiškai	Administracija Darbo grupė
	4.2.3. Mokinių ir tėvų iniciatyvų palaikymas, įtraukimas į procesų vykdymą.	2023–2027 m.	Darbo grupė Mokinių parlamentas
4.3. Gimnazijos socialinių partnerių įtraukimas į sveikatos ugdymo procesą.	4.3.1. Bendradarbiavimas ir veiklų organizavimas su socialiniais partneriais (4 sutartys): Marijampolės savivaldybės visuomenės sveikatos biuru- sutartis (mokymai, paskaitos, seminarai bendruomenės nariams, žygiai ir kt.); Lietuvos sporto universitetu- sutartis (bendri renginiai); Marijampolės Moksleivių kūrybos centru – sutartis (bendri renginiai); Marijampolės savivaldybės vaiko teisių tarnyba - sutartis (susitikimai klasių valandėlėse); VšĮ Marijampolės ligoninė (ekskursijos, gydytojų susitikimai su mokiniais); Marijampolės pirminės asmens sveikatos priežiūros įstaiga (paskaitos, karjeros ugdymo renginiai); Marijampolės apskrities vyriausiojo policijos komisariato nepilnamečių reikalų inspekcija (susitikimai su mokiniais); Marijampolės pedagogine psichologine tarnyba (konsultacijos, specialistų paskaitos); Marijampolės visuomenės sveikatos centru (mokymai, paskaitos);	2023–2027 m. Nuolat	Administracija Darbo grupė

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
	Marijampolės miesto švietimo įstaigomis (bendri renginiai, konkursai); Alytaus regioninio karo prievolės ir komplektavimo skyriaus Marijampolės poskyriu (žygiai, akcijos, susitikimai).		
4.4. Apsirūpinimas metodine medžiaga, sveikatos ugdymui reikalingomis priemonėmis	4.4.1. Poreikio sveikatos ugdymo priemonių įsigijimo klausimais tyrimas, tikslinių lėšų metodinei medžiagai ir kitoms sveikatos ugdymui reikalingoms priemonėms įsigyti numatymas.	Kartą per metus	Darbo grupė
	4.4.2. Bibliotekos ir skaitymo zonos turtinimas sveikatingumo leidiniais. Metodinės medžiagos, priemonių sveikatos ugdymo klausimais įsigijimas.	Sistemiškai	Bibliotekininkas
<p>Laukiamas rezultatas – bendruomenės nariai mokosi teisingai ir atsakingai priimti sprendimus, susijusius su rizika sveikatai. Įgytas žinias ir gebėjimus pedagogai taiko sveikatos stiprinimo ir ugdymo procesuose, dalijasi patirtimi kvalifikacijos tobulinimo renginiuose. Gimnazijos patalpos aprūpintos moderniomis ugdymo priemonėmis, tinkamomis sveikatingumo skatinimui. Vyksta kryptingas bendradarbiavimas su socialiniais partneriais, nevyriausybinėmis organizacijomis. Vykdoma gimnazijos organizuojamų renginių sklaida. Darbas mokinių sveikatos kompetencijos ugdymo srityje yra nuoseklus ir sistemingas.</p>			

5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

Uždavinys: ugdyti sveikatai palankias gimnazijos bendruomenės kompetencijas, užtikrinti ugdymo kokybę.

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. Sveikatos ugdymas suplanuotas gimnazijos ugdymo plane ir apima šias temas: fizinį aktyvumą ir sportą; sveikatai palankią mitybą; tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo, streso, prievartos, patyčių prevenciją; rengimą šeimai ir lytiškumo ugdymą.	2023–2027 m.	Administracija Dalykų mokytojai
	5.1.2. Sveikatos ugdymo ir žalingų priklausomybių prevencijos programų integravimas į mokomuosius dalykus ir	Kasmet	Mokytojai

	<p>neformaliąją veiklą:</p> <p>5.1.2.1. Alkoholio, tabako ir psichotropinių medžiagų prevencijos programa, kitų žalingų priklausomybių prevencijos (priklausomybės nuo kompiuterio, interneto pavojų, energetinių gėrimų žalos) įgyvendinimas.</p> <p>5.1.2.2. Bendroji sveikatos ugdymo programa;</p> <p>5.1.2.3. Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programa.</p>		
	5.1.3. Dalyvavimas Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro organizuojamuose renginiuose.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	5.1.4. Sveikatos ugdymo konsultacijos vaikams, tėvams, mokytojams.		
5.2. Sveikatos ugdymas apima visą bendrąjį ugdymą.	5.2.1. Sveikatos ugdymas pamokų metu.	2023–2027 m.	Mokytojai
	5.2.2. Sveikatos ugdymas neformaliojo švietimo užsiėmimų metu.		
	5.2.3. Sveikatos ugdymas klasių valandėlių, išvykų, renginių ir kt. metu.		
5.3. Sveikatos ugdymas apima įvairias sveikatos sritis.	5.3.1. Įvairių sveikatos ir sveikatinimo temų įtraukimas į pedagogų metinius veiklos planus.	Kasmet pagal metų, mėnesio planus.	Mokytojai Pagalbos specialistai Darbo grupė
	5.3.2. Tėvų informavimas apie mokinių sveikatos ugdymo organizavimą susirinkimų, individualių pokalbių metu, gimnazijos internetinėje svetainėje, soc. tinkluose.		
	5.3.3. Projektinės veiklos, susijusios su gyvenimo įgūdžių formavimu, naujovėmis, atsižvelgiant į esamus poreikius ir keliamus tikslus, stiprinimas.		
	5.3.4. Metodų įvairovės ugdymo procese užtikrinimas.		
	5.3.5. Renginių organizavimas: 5.3.5.1. sveikos mitybos savaitė; 5.3.5.2. diena be automobilio; 5.3.5.3. švari ir saugi aplinka; 5.3.5.4. švarus vanduo; 5.3.5.5. kartu šilčiau; 5.3.5.6. akcija „Ar žinai savo AKS?“; 5.3.5.7. protų mūšis Pasaulinei sveikatos dienai paminėti;		

	<p>5.3.5.8. pamokos „Psichoaktyvios medžiagos. Mitai ir realybė“;</p> <p>5.3.5.9. protų mūšis „Pasaulinei vandens dienai paminėti“;</p> <p>5.3.5.10. pamokos „Antibiotikų atsparumas“, „Sveika gyvensena – gyvenimo būdas nuo vaikystės“;</p> <p>5.3.5.11. viktorina „Sveika mityba“;</p> <p>5.3.5.12. paskaita „Sveikata prasideda lėkšteje“;</p> <p>5.3.5.13. greitojo maisto pavojai;</p> <p>5.3.5.14. kodėl mūsų organizmui svarbus vanduo?;</p> <p>5.3.5.15. nutukę vaikai-tėvų klaidų įkaltai;</p> <p>5.3.5.16. ką pasiūlyti vaikui užkandžiams?;</p> <p>5.3.5.17. sportuojančio vaiko mityba;</p> <p>5.3.5.18. kodėl mums taip norisi saldumynų?;</p> <p>5.3.5.19. kaip pasirinkti sveikatai palankiausias maistas?;</p> <p>5.3.5.20. fizinis aktyvumas, subalansuota mityba, ir stipri psichika;</p> <p>5.3.5.21. paauglių psichikos sveikata.</p> <p>5.3.5.22. protų mūšis Pasaulinei AIDS dienai paminėti;</p> <p>5.3.5.23. psichoaktyvių medžiagų prevencija;</p> <p>5.3.5.24. Renginys Tarptautinei miego dienai paminėti „Miegas=?“ ir kt.</p>		
<p>Laukiamas rezultatas – sveikatos ugdymo prioritetai: inovatyvių, nepabodusių akcijų, projektų ir renginių organizavimas. Ugdymo turinys atitinka mokinių amžių, individualius poreikius, gebėjimus ir yra orientuotas į vaiko asmenybės ūgtį, tobulėjimą. Didelė sveikatos temų įvairovė sudaro pedagogui galimybę rinktis, atsižvelgiant į tos grupės poreikius, įgūdžius, gebėjimus. Didėja bendruomenės narių aktyvumas sveikatos stiprinimo ir saugojimo srityje..</p>			

6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PATIRTIES SKLAIDA

Uždavinys: Dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerąja patirtimi gimnazijoje ir už jos ribų

Rodiklis	Priemonė	Priemonės įgyvendinimo data	Už priemonės įgyvendinimą atsakingi asmenys (tik pareigos)
6.1. Sveikatos stiprinimo veiklos patirties	6.1.1. Individualių sveikatos programų, projektų organizavimas klasių valandėlių, tėvų susirinkimų, posėdžių metu ir jų įgyvendinimo analizė, įsivertinimas, sklaida.	Pagal poreikį	Darbo grupė

sklaida gimnazijoje.	6.1.2. Veiklos ataskaitų pateikimas gimnazijos tarybai, tėvų susirinkimų metu.		
	6.1.3. Individualių konsultacijų sveikatos stiprinimo ir išsaugojimo klausimais mokiniams, mokytojams, gimnazijos darbuotojams ir tėvams organizavimas.		
	6.1.4. Su sveikatinimo veikla susijusios informacijos talpinimas įstaigos internetinėje svetainėje ir FB mokytojų kambaryje.		
6.2. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos patirties pavyzdžių sklaida už mokyklos ribų.	6.2.1. Informacijos pateikimas, socialiniuose tinkluose, spaudoje, TV, konferencijose, seminaruose.	2023–2027 m.	Darbo grupė
	6.2.2. Gerosios patirties pasidalijimas per SMLPC tinklalapį.		
	6.2.3. Sėkmingų sveikatos stiprinimo ir ugdymo veiklos pavyzdžių pristatymas įvairiuose renginiuose.		
Laukiamas rezultatas – įvairiomis komunikacijos priemonėmis vykdoma gerosios darbo patirties sklaida. Auga tėvų, kolegų susidomėjimas sveikos gyvensenos ugdymo veikla. Pedagogai domisi sveikatingumo stiprinimo naujovėmis, bendradarbiauja su kolegomis iš sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo, dalijasi gerąją patirtimi.			

V SKYRIUS

SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO VERTINIMAS

Vertinimo kriterijai:

1. Gimnazijos mokinių sveikos gyvensenos įgūdžiai.
2. Gimnazijos bendruomenės aktyvumas įgyvendinant sveikatos ugdymo priemones.
3. Gimnazijos pedagogų ir specialistų gerosios patirties sklaida ir kvalifikacijos kėlimas.
4. Gimnazijos mokymo(si) aplinka.

Vertinimo metodai:

1. Mokinių sveikos gyvensenos nuostatų vertinimas.
2. Bendruomenės narių anketavimas, dokumentų analizė.
3. Mokinių sveikatos būklės analizė.
4. Veiklos stebėjimas, pokalbiai, interviu, jų analizė.

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 iki sausio mėn. 20 dienos.

VI SKYRIUS

PROGRAMOS ĮGYVENDINIMO LĖŠŲ ŠALTINIAI

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

2. Finansiniai ištekliai: Programos įgyvendinimui bus skiriama dalis 1,2 proc. pajamų mokesčio, savivaldybės ir valstybės biudžeto specialios tikslinės dotacijos, projektinės, rėmėjų lėšos.

3. Kiti ištekliai: Gimnazijos patalpos, kiemas, socialinių partnerių teritorija ir patalpos, lauko teritorija už gimnazijos ribų.

VII SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

Programos įgyvendinimą koordinuoja gimnazijos direktoriaus pavaduotojas ugdymui.

Priemonių įgyvendinimo kokybę analizuoja programos vadovas, darbo grupė.

Apie programos vykdymą bus informuojama gimnazijos internetinėje svetainėje, apie vykdomą sveikatos stiprinimo veiklą ir renginius informuojama mokytojų tarybos, gimnazijos tarybos posėdžių metu.

Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius bei programos įgyvendinimą, strateginį ir metinį veiklos planus, mokinių sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama pagal poreikį.
