

4 PRIEDAS
P A T V I R T I N T A
Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos
biuro direktoriaus
2024 m. sausio 2 d. įsakymu Nr. J-1

**KLAIPĖDOS JŪRŲ KADETŲ MOKYKLOS
VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS VEIKLOS PLANAS 2024 METAMS**

Parengė: Klaipėdos miesto visuomenės sveikatos biuro
visuomenės sveikatos specialistė V. Cirtautienė

Klaipėdos Jūrų Kadetų mokykla – aktyvi, demokratiška, inovatyvi, atvira kaitai, nuolat besimokanti ugdymo institucija, kurioje kiekvienas bendruomenės narys yra svarbus, reikalingas ir saugus.

Jūrų Kadetų mokykloje mokosi 218 mokinių, suformuota 14 klasių.

Jūrų Kadetų mokykloje ypač didelis dėmesys skiriamas mokinių fizinio aktyvumo skatinimui, palankaus sveikatai mikroklimato kūrimui.

Numatytos sveikatinimo veiklos kryptys

1. Mokinių fizinio aktyvumo skatinimas.
2. Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas.
3. Traumų ir sužalojimų prevencijos skatinimas mokyklose.
4. Burnos higienos mokymas.
5. Mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklos viešinimas.
6. Sveikos mitybos skatinimas.
7. Mokinių psichinės sveikatos stiprinimas.

Silpnybės

1. Prastėjanti mokinių rega, nemėgsta fizinio lav. pamokų.
2. Nepakankamas vaisių ir daržovių vartojimas.
3. Mokinių tėvai nepakankamai domisi vaikų sveikatos stiprinimo galimybėmis ugdymo įstaigoje, neįsitraukia į aktyvias sveikatos stiprinimo veiklas.

Stiprybės

1. Specialistų bendradarbiavimas.
2. Teigiamas progimnazijos bendruomenės mikroklimatas.
3. Tarpsektorinis bendradarbiavimas.
4. Sveikatos stiprinimas kryptingai integruotas į strateginį ir metinį veiklos planus, mokyklinio ugdymo programą (sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa, alkoholio tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa, nelaimingų atsitikimų, traumų, streso, prievartos, patyčių prevencija). Įstaigos prioritetas-vaiko sveikatą palaikanti ir stiprinanti įstaiga, užtikrinanti sąlygas vykdyti tikslinius sveikos gyvensenos ugdymo projektus.
5. Įstaigos prioritetas-vaiko sveikatą palaikanti ir stiprinanti įstaiga, užtikrinanti sąlygas vykdyti tikslinius sveikos gyvensenos ugdymo projektus.

Galimybės

1. Treniruokliai ir žaidimų stalai .
2. Sporto reikmenys: kamuoliai, lankai.
3. Dalyvavimas projektuose (prizai).
4. Bendravimo ir bendradarbiavimo su šeima plėtojimas stiprinant tėvų vaidmenį vaikų sveikatos palaikymo ir stiprinimo klausimais, dalyvaujant įstaigos sveikatinimo, fizinio aktyvumo ir kultūriniame gyvenime.
5. Patirties sklaida, bendradarbiavimas su kitomis įstaigomis.

Grėsmės

1. Jaunų, kompetentingų mokytojų trūkumas, komunikabilumo trūkumas.
2. Mokinių atsisakymas valgyti sveiką maistą, greitus užkandžius mokiniai perka iš šalia mokyklos esančių parduotuvių.
3. Tėvų pasyvumas, didėja socialiai remtinų šeimų skaičius, daugėja socialiai apleistų vaikų.
4. Didėjanti priklausomybė nuo mobiliųjų telefonų.
5. Žalingi įpročiai (elektroninių cigarečių rūkymas).

Rezultatų apibendrinimas ir rekomendacijos

1. Skatinti mokinius dalyvauti įvairiose prevencinėse programose, projektuose.
2. Įsigyti naujų stalo žaidimų, šachmatų lentų mokinių poreikius ir amžių.
3. Bendradarbiauti su tėvais per Tamo dieną, tėvų susirinkimuose.
4. Paskaitos mokiniams ir tėvams apie mobiliųjų telefonų ir judėjimo stokos žalą sveikatai, sveikos mitybos reikšmę gerai savijautai.
5. Tėvų ir visuomenės sveikatos specialistės bei virtuvės darbuotojų bendradarbiavimas dėl sveikos mitybos įpročių skatinimo mokykloje.
6. Judrios pertraukos (esant geroms oro sąlygoms rekomenduojama sportuoti lauke).

Sveikatos stiprinimo tikslas

Stiprinti mokinių ir kitų mokyklos bendruomenės narių fizinę, protinę, dvasinę sveikatą, gilinti sveikatos žinias bei formuoti sveikos gyvensenos įgūdžius, bendromis mokytojų, medikų, šeimos bei visuomenės pastangomis kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo sistemą bei sveikatai palankią aplinką.

Sveikatos stiprinimo artimieji tikslai

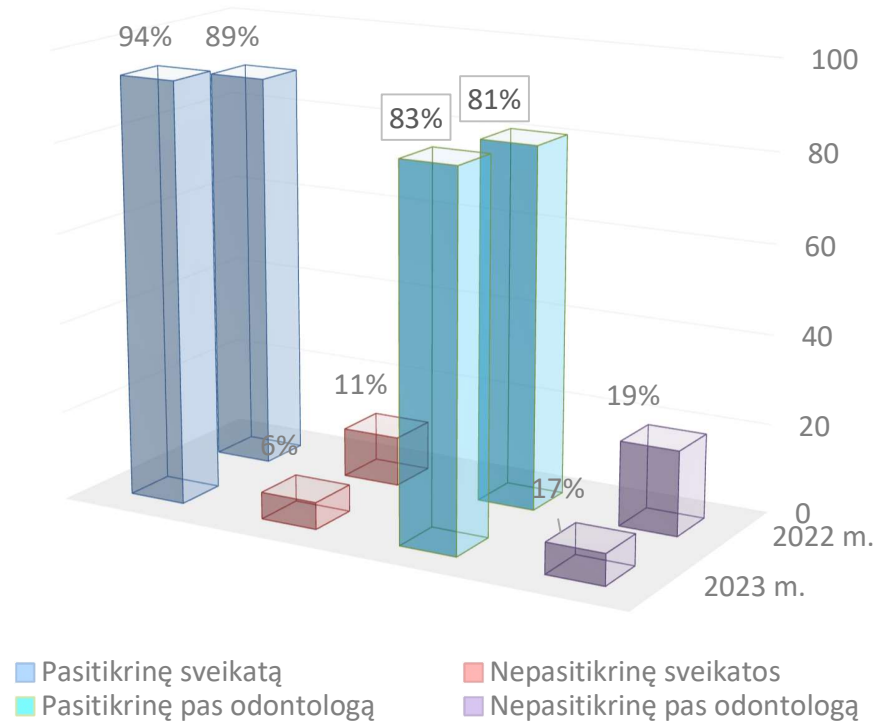
1. Skatinti visos mokyklos bendruomenės įsitraukimą į aktyvias veiklas.
3. Prižiūrėti maitinimo organizavimą mokykloje ir teikti rekomendacijas.
4. Skatinti traumų ir sužalojimų prevenciją mokyklose.
5. Mokyti bendruomenę lėtinių neinfekcinių ir infekcinių ligų prevencijos.

Sveikatos stiprinimo uždaviniai

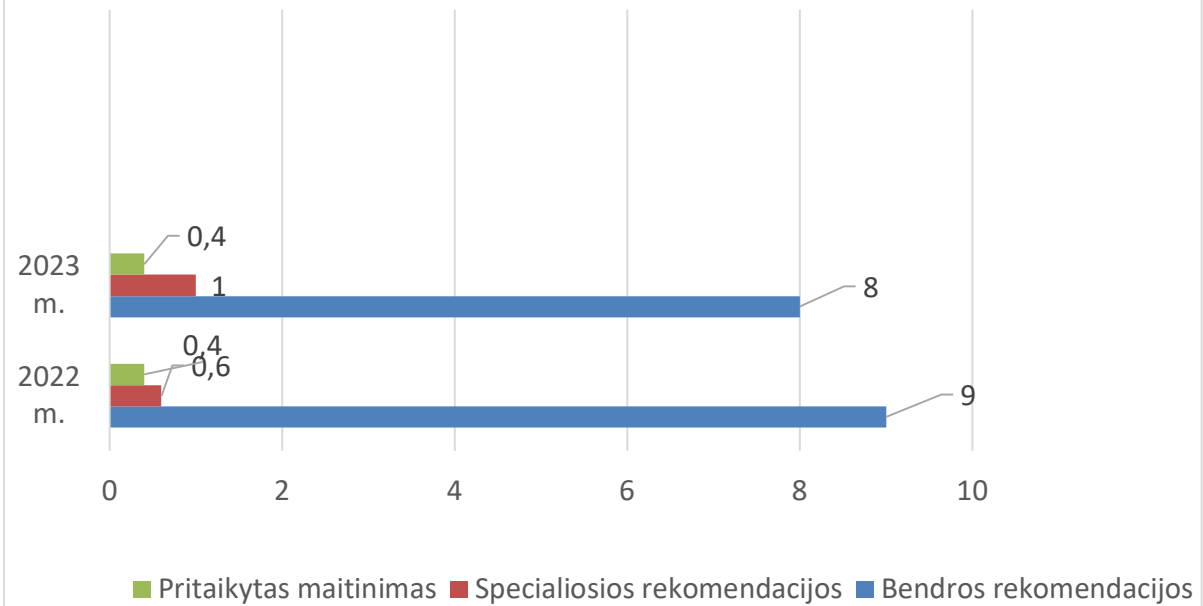
1. Didinti mokinių supratimą apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms.
2. Informuoti mokinius apie rizikingo ir neatsargaus elgesio pasekmes.
3. Mokyti mokinius burnos higienos, asmens higienos įgūdžių.
4. Skatinti mokinius vartoti daugiau vaisių ir daržovių.
5. Įtraukti kuo daugiau mokinių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

Mokinių sveikatos pokyčių analizė

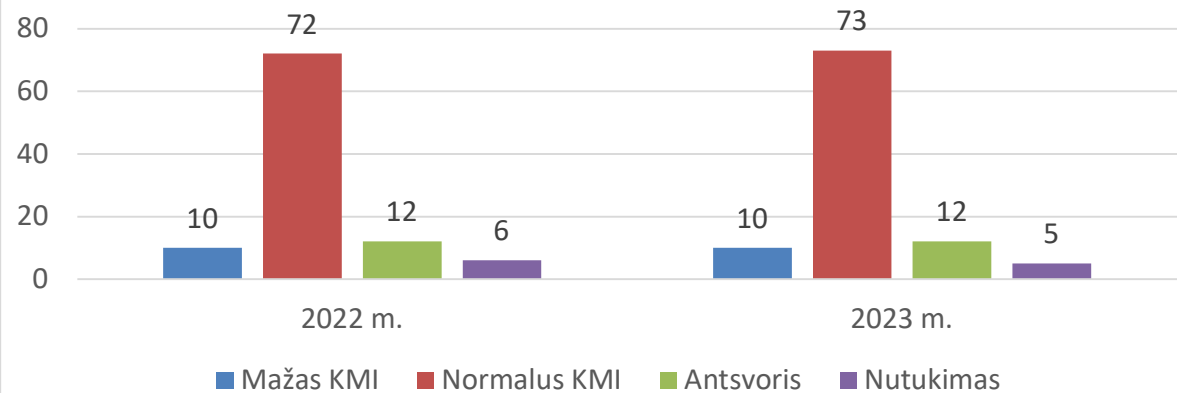
Mokiniai, pasitikrinę sveikatą

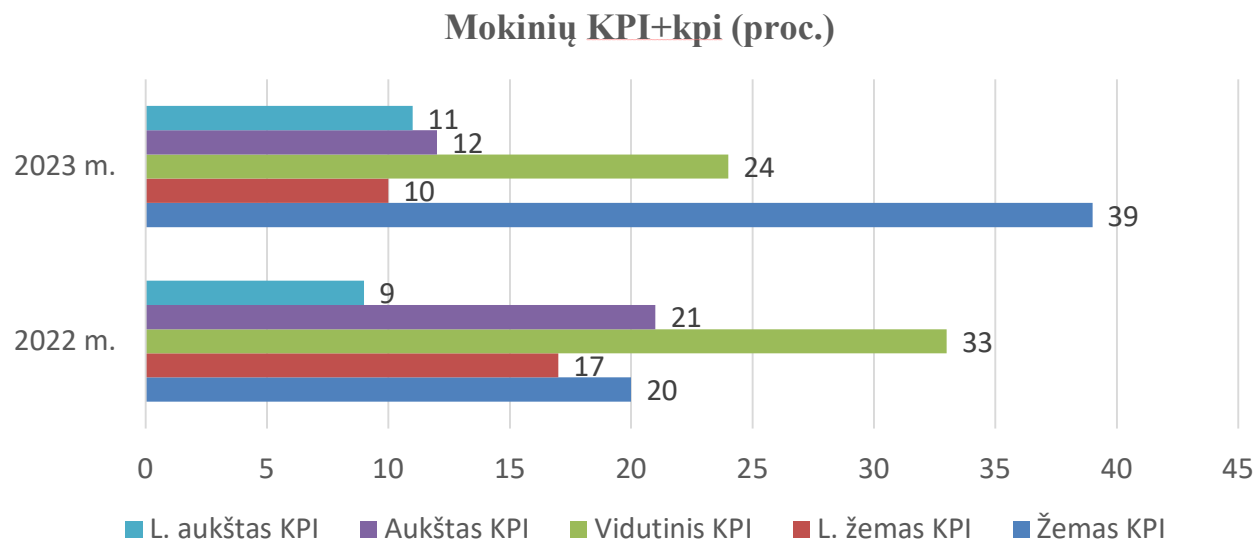
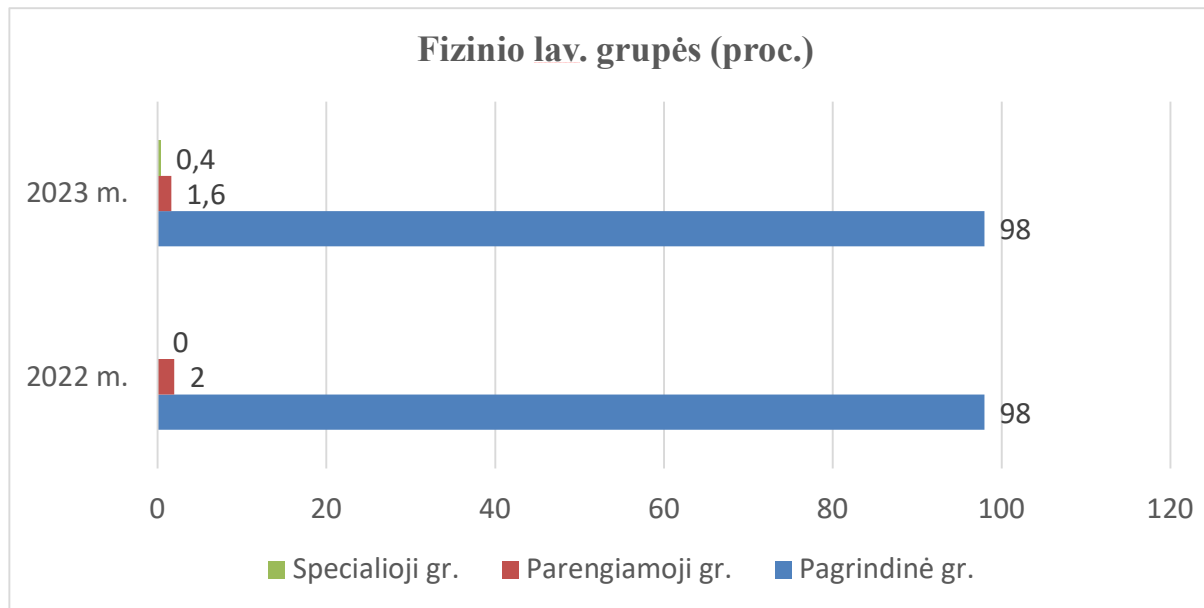


Gydytojų rekomendacijos (proc.)



Mokinių KMI (proc.)





Organizacinės priemonės

Eil. Nr.	Poveikio sritis	Priemonės pavadinimas ir metodas	Paslaugų grupė	Dalyviai			Veiklos data		Pastabos
				Tikslinė grupė	Planuojamas dalyvių skaičius	Tikslus dalyvių skaičius po priemonės įvykdymo	Planuojama	Įvykdyta	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1.	Sveikos mitybos skatinimas	Paskaita „Sveikos mitybos principai“	Mokymas	I-IV kl.	50		I mėn. III sav.		
		Iššūkis „Daržovės kasdien“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė	50		I mėn.		
		Paskaita „Vandens nauda sveikatai“	Įgūdžių formavimas	I-II klasių mokiniai	70		III mėn. I sav.		
		Konkursas „Mano sveiki pusryčiai“	Mokymas	I-IV kl.	40		X mėn. II sav.		
		Stendas „Sveika mityba-puiki savijauta“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			III mėn. II sav.		
		Mokinių maitinimo organizavimo priežiūra skatinant sveiką mitybą bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą. Konsultuoti specialistus, atsakingus už mokinių maitinimą, sveikos mitybos klausimais	Konsultavimas	Specialistai	5		Nuolat		
		Prižiūrėti mokinių maitinimą pagal patvirtintą valgiaraštį.	Konsultavimas	I-IV kl.	218		1 kartą mėn.		
		Valgiaraščių ir vaikų maitinimo atitikties patikrinimo žurnalo pildymas	Pildymas	Sveikatos priežiūros specialistas	1		1 kartą per dvi savaites		
		Sudaryti mokinių sąrašą, kuriems reikalingas tausojantis maitinimas	Informavimas	I-IV kl.	218		IX-X mėn.		
Maisto bloko HN atitikimo įvertinimas.	Konsultavimas	Valgykla	5		1x mėn.				
2.		Paskaita „Darbo vietos ergonomika“	Mokymas	I-IV kl.	100		IX mėn. III sav.		

	Sveikos aplinkos kūrimas	Stendas „Taisyklinga laikysena“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			IX mėn. III sav.		
		Mokyklos aplinkos atitikties, pagal visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimus priežiūra. (Mokyklos patalpų higieninės būklės patikrinimas)	Konsultavimas	Mokyklos administracija	3		1x mėn.		
		Mokinių susodinimo priežiūra, vykdant ydingos laikysenos, skoliozės bei regos prevenciją mokykloje.	Konsultavimas	I-IV kl.			IX-X mėn.		
3.	Sužalojimų prevencija	Paskaita „Pirmoji pagalba“	Mokymas	I-II kl.	200		IX-X mėn.		
		Vykdyti traumų, įvykstančių ugdymo proceso metu bei pakeliui į mokyklą ir iš jos, registraciją ir analizę	Registravimas, analizė.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
		Pirmosios medicinos pagalbos teikimas ir koordinavimas (Teikti pirmąją medicinos pagalbą įvykus nelaimingam atsitikimui, pranešti mokinio tėvams apie įvykį, esant reikalui, iškviešti greitąją pagalbą ir palydėti mokinį į sveikatos priežiūros įstaigą)	Pirmosios pagalbos teikimas, konsultavimas, informavimas.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
		Sukomplektuoti pirmosios pagalbos rinkinius mokyklos dirbtuvėse, sporto salėje, sveikatos kabinete, ikimokyklinėje ugdymo įstaigoje kiekvienoje grupėje. Vykdyti jų naudojimosi priežiūrą	Rinkinių komplektavimas, priežiūra	Mokyklos bendruomenė			Rugsėjo mėn., periodinis papildymas pagal poreikį		

		Pirmosios pagalbos teikimas sporto varžybų metu.	Pirmosios pagalbos teikimas varžybų metu.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
4.	Užkrečiamųjų ligų profilaktika	Paskaita „Covid-19 profilaktika”	Mokymas	I-III kl.	170		I-XII mėn.		
		Stendas „Užkrečiamųjų ligų profilaktika“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			XI mėn. II sav.		
		Paskaita „Supratimo apie mikroorganizmų atsparumą antimikrobinėms medžiagoms didinimas. Ką žinome apie antibiotikų vartojimą?“. Žinių gilumo vertinimas	Mokymas, įgūdžių formavimas.	I-IV kl.	150		IV mėn. III sav.		
		Protmūšis „AIDS: geriau žinoti“	Įgūdžių formavimas	III kl.	100		XII mėn.		
		Paskaita „Tuberkuliozė. Simptomai.Priežastys. Profilaktika“	Mokymas	I-IV kl.	150		III mėn. IV sav.		
		Paskaita „Erkių platinamos ligos“	Mokymas	I-IV kl.	140		III mėn. III sav.		
		Stendas „Erkių platinamos ligos“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			II mėn. III sav.		
		Mokinių sergamumo kontrolė gripo epidemijos metu. (Sergančiųjų mokinių skaičiavimas, duomenų perdavimas VSB)	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			Epidemijos metu		
		Informacijos apie užkrečiamąsias ligas ar apsinuodijimus mokykloje teikimas. (Teikti informaciją VSC įtarus apsinuodijimą ar užkrečiamąją ligą mokykloje).	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			Pagal poreikį		
5.	Psichinės sveikatos stiprinimas	Paskaita „Kaip valdyti stresą“	Mokymas	I-IV kl.	100		X mėn. II sav.		
		Pranešimai „Streso valdymo rekomendacijos“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			I-XII mėn.		
6.		Paskaita „Fizinio aktyvumo įtaka sveikatai“.	Mokymas	I-IV kl.	170		V mėn. II sav.		

	Fizinio aktyvumo skatinimas	Pasirengti stojimui į sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą ir projektą „Aktyvi mokykla“	Įgūdžių formavimas	Mokyklos bendruomenė			Visus metus			
		Šiaurietiško ėjimo mokymai	Įgūdžių formavimas	I-IV kl.	40		IX ir V mėn. II -IV sav.			
		Pagalba kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, informacijos dėl mokinių galimybės dalyvauti sporto varžybose teikimas. (Sudaryti fizinio pajėgumo grupių sąrašus)	Konsultavimas	I-IV kl.	.			Rugsėjo mėn.		
		Mokinių kūno kultūros grupių suvedimas į elektroninį dienyną, remiantis profilaktinio patikrinimo rezultatais	Informavimas	I-IV kl.	.			Rugsėjo mėn.		
		Informuoti kūno kultūros mokytojus apie mokinių galimybę dalyvauti sporto varžybose, remiantis jų sveikatos pažymomis.	Informavimas	I-IV kl.				Nuolat		
		8.	Alkoholio, rūkymo ir kt. psichotropinių medžiagų vartojimo prevencija	Paskaita „Alkoholio žala ir ilgalaikės pasekmės žmogaus organizmui“	Mokymas	I-IV kl.	150		I mėn. I sav.	
Pasaulinė diena be tabako. Straipsnis „Rūkymo žala“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė					V mėn. IV sav.			
Renginys skirtas pasaulinei dienai be tabako.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė		50			V mėn. IV sav.			
Paskaita „AI programa. Kuo ji naudinga?“	Mokymas	I-IV kl.		80			IV mėn. III sav.			
Stendas „AI programa“.	Informavimas	Mokyklos bendruomenė		218			IV mėn. III sav.			

9.	Keletą poveikio sričių apimančios sritys	Informacijos apie kasmetinius mokinių sveikatos profilaktinius patikrinimus kaupimas, informacijos apibendrinimas. Duomenų apie vaikų sveikatą suvedimas į duomenų bazę, bei mokinių sveikatos duomenų analizė	Kaupimas, apibendrinimas, mokinių sveikatos duomenų suvedimas ir analizė.	I-IV kl.			Pagal poreikį		
		Paskaita „Cukrinis diabetas-klastinga liga“	Informavimas	I-IV klasių mokiniai	170		XI mėn.		
		Paskaita „Burnos higiena“	Įgūdžių formavimas	I-IV kl.	150		II mėn.		
		Paskaita „Sveikos akys“	Įgūdžių formavimas	I-II kl.	150		X mėn.		
		Stendas „Kaip mankštinti akis“	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			X mėn.		
		Mokinių visuomenės sveikatos priežiūros veiklos viešinimas	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			Nuolat		
		Apibendrintų sveikatos duomenų pristatymas mokyklos bendruomenei	Informavimas	Mokyklos bendruomenė			III mėn. III sav.		
		Priemonių efektyvumo vertinimas Anketinė apklausa po įvykdytų priemonių	Apklausa	I-IV kl.			Po įvykdytų priemonių		
		Sveikatinimo veiklos metodinių konsultacijų teikimas (Teikti individualias metodines konsultacijas besikreipiantiems pagalbos arba matant konkrečią problemą).	Konsultavimas	Mokyklos bendruomenė			Naujai pradėjusių lankyti vaikų tėvams ir pagal poreikį.		

Sudarė: Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė

Vaidutė Cirtautienė

Suderinta: Mokyklos direktorė

Eglė Liaučienė