

PATVIRTINTA:
Šiaulių „Romuvos“ progimnazijos
direktoriaus 2018 m. vasario 27d.
įsak. Nr. V- 50

ŠIAULIŲ „ROMUVOS“ PROGIMNAZIJOS
SVEIKATOS STIPRINIMO 2018-2023 METŲ PROGRAMA
„SVEIKUOLIŲ SALA“

I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šiaulių „Romuvos“ progimnazija, (toliau – progimnazija) vykdo priešmokyklinio, pradinio ir pagrindinio ugdymo programas, kitas neformaliojo vaikų švietimo programas ir (ar) sudaro sąlygas vietos bendruomenei reikalingoms kultūros, socialinėms ir kitoms paslaugoms teikti.
 - 1.1. **Vizija:** Progimnazija - moderni, patraukti, atvira kaitai, bendruomenė siekianti ir gebanti tobulėti.
 - 1.2. **Misija:** Šiaulių „Romuvos“ progimnazijos misija - teikti kokybišką, atitinkantį šiuolaikinius reikalavimus, privalomą pradinį ir pagrindinį ugdymą; ugdyti kritiškai mąstantį Lietuvos pilietį bei jo atsakomybę už savo veiksmus ir poelgius; kurti mokyklą, kurioje gera mokytis, dirbti, bendrauti ir bendradarbiauti.
2. Mokyklos sveikatos stiprinimo programos „Sveikuolių sala“ paskirtis – organizuoti sėkmingą vaikų sveikatos ugdymą, prisidėti prie bendruomenės narių dvasinių, fizinių, psichinių, socialinių pajėgumų ir gerovės bei kurti mokyklos bendruomenei palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.
3. Programa parengta vadovaujantis:
 - 3.1. Mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašu, patvirtintu Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2007 m. rugpjūčio 16 d. įsakymu Nr. V-684/ISAK-1637;
 - 3.2. Šiaulių „Romuvos“ progimnazijos strateginiu planu, patvirtintu direktoriaus 2017 m. gruodžio 29 d. įsakymu Nr. V-189;
 - 3.3. Šiaulių „Romuvos“ progimnazijos metiniu veiklos planu, patvirtintu direktoriaus 2017 m. gruodžio 29 d. įsakymu V-190.
4. Programa parengta atsižvelgiant į Šiaulių „Romuvos“ progimnazijos strateginį planą, progimnazijos veiklos kokybės įšivertinimo rezultatus, įstaigos dalyvavimą sveikatos ugdymo ir stiprinimo programose bei projektuose, bendruomenės poreikius, pasiūlymus, rekomendacijas.
5. Siekiant įgyvendinti programą bus pasitelkta bendruomenės, įstaigos socialinių partnerių, sveikatos priežiūros ir sveikatinimo institucijų pagalba.

II SKYRIUS SITUACIJOS ANALIZĖ

6. Įgyvendinant progimnazijos strateginius, metinius veiklos planus kasmet organizuojami sveikatos stiprinimo renginiai: vykdomi projektai (progimnazijoje nuo 2004 metų vykdomas projektas „Saugus. Aktyvus. Sveikas.“), konferencijos, motyvaciniai mokymai, akcijos, išvykos, ekskursijos, rengiamos šventės, varžybos, vykdoma švietėjiška veikla,
7. Progimnazijoje vaikų sveikatos stiprinimo priemonių įvairovė padeda kryptingai puoselėti sveiką gyvenimą, prisideda prie visos visuomenės sveikatos stiprinimo. Tai daroma neveltui, nes vaikų sveikata kasmet prastėja (duomenys iš mokinių sveikatos ir sergamumo suvestinių). Prisijungę ir išitraukę į sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą, dalindamiesi gerąja patirtimi, vykdydami sklaidą, galėtume pasiekti geresnių rezultatų.
8. Atlikę progimnazijos bendruomenės narių apklausą, išskyrėme stipriąsias ir silpnąsias sveikatos ugdymo sritis, numatėme galimybes ir grėsmes, kurios gali turėti įtakos programos tikslų įgyvendinimui.

SSGG (SWOT) analizė

STIPRYBĖS	SILPNYBĖS
<ul style="list-style-type: none"> - Sveikatos ugdymas mokykloje apima įvairius amžiaus tarpsnius - Progimnazijos bendruomenė sutinka, kad sveikatos stiprinimas yra viena iš vertybių ir yra pasirengusi įgyvendinti sveikatos stiprinimo programą. - Į ugdymo turinį integruojamos prevencijos „Alkoholio, tabako ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo prevencijos programa (1-8 kl.)“, „Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa (1-8 kl.)“, įgyvendinamos prevencinės programos: - Socialinių - emocinių gebėjimų ugdymo programa „Įveikiame kartu“ (PUG, 1-4 klasės) - Priklausomybės nuo tabako, alkoholio ir narkotikų prevencijos programa „Gyvai“ (6-7 klasės). - LIONS QUEST programa „Paauglystės kryžkelės“ (5-8 klasės) - LIONS QUEST programa „Laikas kartu“ (PUG, 1-4 klasės) - Progimnazijos mokiniai yra nuolatiniai 	<ul style="list-style-type: none"> - 72,3% mokinių turi sveikatos sutrikimų: <ul style="list-style-type: none"> o 15,8%-skeleto-raumenų sistemos sutrikimų, o 52% - regos sutrikimų, o 18,9% - kvėpavimo sistemos sutrikimų, o 1,9% - nervų sistemos sutrikimų, o 16,4% - kraujotakos sistemos sutrikimų. - Nepakankamas bendravimas su progimnazijos bendruomene sveikatos stiprinimo klausimais. - Nepakankamas mokinių fizinis aktyvumas. - Tėvų dėmesio stoka vaikų grūdinimui, sveikos mitybos įpročių ugdymui, sveikos psichosocialinės aplinkos kūrimui.

<p>Šiaulių miesto mokinių olimpinio festivalio varžybų dalyviai.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Progimnazijos mokiniai ir mokytojai aktyviai dalyvauja projekte „Saugus. Aktyvus. Sveikas“. - Progimnazijos pradinių klasių mokiniai dalyvauja VĮ Lietuvos žemės ūkio ir maisto produktų rinkos reguliavimo agentūros Vaisių vartojimo skatinimo programoje ir programoje „Pienas vaikams“ 	
<p>GALIMYBĖS</p>	<p>GRĖSMĖS</p>
<ul style="list-style-type: none"> - Progimnazijos bendruomenės narių poreikio gyventi sveikai stiprinimas. - Mokinių žalingų įpročių prevencija - Efektyvus bendradarbiavimas su socialiniais partneriais sveikatos stiprinimo klausimais: tėvais, visuomenės sveikatos biuru, psichologine-pedagogine tarnyba, vaiko teisių apsaugos skyriumi - Naujų partnerių paieška ir bendradarbiavimas bendruomenės sveikatos stiprinimo klausimais. - Žaidimų aikštelės įrengimas lauke PUG ugdytiniams. - Informacijos sklaida progimnazijoje, mieste, apskrityje, šalyje - Įrengti liftą / keltuvą mokinių su negalia ugdymo (si) sąlygoms užtikrinti - Sporto salės grindų remontas. 	<ul style="list-style-type: none"> - Dalies vaikų/mokinių tėvų abejingumas. - Išteklių stoka. - Dalies mokinių nenoras keisti savo nusistovėjusius įpročius (kartais žalingus).

III SKYRIUS TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

9. **Tikslas:** Progimnazijos bendruomenės narių sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas, sveikatos stiprinimas, kuriant sveikatai palankią fizinę ir psichosocialinę aplinką.

10. **Uždaviniai:**

10.1. Sukurti progimnazijoje sveikatos ugdymo struktūrą.

10.2. Kurti ir puoselėti gerus bendruomenės narių tarpusavio santykius, grįstus pasitikėjimu ir partneryste bei psichologiškai saugią, vaikų/mokinių poreikius atitinkančią aplinką.

10.3. Kurti sveikatos saugos reikalavimus atitinkančią ugdymo (si), mokymo (si) ir darbo aplinką.

10.4. Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

- 10.5. Ugdyti sveikatai palankias progimnazijos bendruomenės kompetencijas.
- 10.6. Kaupti, sisteminti, analizuoti žinias ir patirtį bendruomenės sveikatos stiprinimo klausimais, skleisti jas progimnazijos bendruomenėje ir už jos ribų.

IV SKYRIUS VEIKLOS KRYPTYS

11. Programą numatoma įgyvendinti dirbant šiomis kryptimis:
 - 11.1. su vaikais/mokiniais;
 - 11.2. su pedagogais;
 - 11.3. su bendruomene;
 - 11.4. plėtojant socialinę partnerystę;
 - 11.5. vykdant veiklos sklaidą.

V SKYRIUS NUMATOMI REZULTATAI

12. Įgyvendinus sveikatos stiprinimo programą:
 - 12.1. bus sukurta ir toliau tobulinama sveikatos ugdymo struktūra;
 - 12.2. bendruomenė taps susitelkusi, santykiai taps tampresni, atviresni;
 - 12.3. ugdymo (si), mokymo (si), darbo aplinka taps sveikesnė, saugesnė, patrauklesnė;
 - 12.4. vaikai/mokiniai žinos sveikatą stiprinančius veiksnius, ugdysis įpročius sveikai gyventi;
 - 12.5. bendruomenės nariai sistemingai ir įvairiomis formomis gaus informaciją sveikatos stiprinimo klausimais, taps aktyvūs programos dalyviai ir vykdytojai;
 - 12.6. kils mokytojų kompetencija;
 - 12.7. socialinių partnerių indėlis programos įgyvendinime bus tikslingas ir kryptingas;
 - 12.8. apie progimnazijos sveikatos stiprinimo veiklą bus supažindinta visuomenė, gerės mokyklos įvaizdis.

VI SKYRIUS PROGRAMOS VERTINIMAS

13. Siekiant kokybiško ir sistemingo sveikatos stiprinimo programos įgyvendinimo, numatoma organizuoti priemonių įgyvendinimo stebėseną, už kurią atsakinga sveikatos stiprinimo veiklos darbo grupė.
14. Kasmetinis sveikatos stiprinimo programoje numatytų priemonių realizavimo vertinimas atliekamas iki birželio 15 dienos, vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas“, Vilnius 2007 ir „Sveikatą stiprinančių mokyklų veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas ikimokyklinio ugdymo mokyklose“ Vilnius 2011.
15. Remiantis vertinimų rezultatais, atliekamas sveikatos programos koregavimas, rengiama ataskaita įstaigos bendruomenei, kurioje pristatomi esminiai pokyčiai, silpnosios vietos ir tobulintina veikla.

VII SKYRIUS PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

16. Už programos įgyvendinimą atsakinga sveikatos stiprinimo veiklos grupė, patvirtinta progimnazijos direktoriaus 2018 m. vasario 13 d. įsakymu Nr. V-46.
17. Sveikatos ugdymas-kompleksinė veikla, integruota į visą mokymo ir ugdymo programą, detalizuojama, numatomos programos įgyvendinimo priemonės, parenkamos konkrečios veiklos.
18. Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė progimnazijos bendruomenei metų pabaigoje pateikia metinę ataskaitą, galutinę ataskaitą-2023 metų pabaigoje.
19. Apie programos vykdymą informuojama progimnazijos internetinėje svetainėje <http://www.romuvospm.lt/>, apie vykdomą sveikatos stiprinimo veiklą informuojama įstaigos stenduose, žiniasklaidoje.
20. Atsižvelgiant į bendruomenės poreikius, programos įgyvendinimą, įstaigos metinį veiklos planą ir strateginį planą sveikatos stiprinimo programa gali būti koreguojama.

VIII SKYRIUS PROGRAMOS LĖŠOS

21. Programos įgyvendinimui bus skiriama dalis 2% pajamų mokesčio, savivaldybės ir valstybės biudžeto specialios tikslinės dotacijos (mokinio krepšelio lėšos).
-

SVEIKATOS STIPRINIMO 2018-2023 METŲ PROGRAMOS

„SVEIKUOLIŲ SALA“

ĮGYVENDINIMO PRIEMONĖS

1. Sukurti progimnazijoje sveikatos ugdymo struktūrą.

	Priemonė	Konkreti numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
1.1	Sudaryti sveikatos stiprinimo veiklos grupę.	1.1.1.Sveikatos stiprinimo veiklos grupė sudaroma iš administracijos darbuotojų, mokytojų, spec. pedagogų, tėvų, mokinių, visuomenės sveikatos specialisto.	Direktorė	2018m.
1.2	Sukurti sveikatos stiprinimo progimnazijoje veiklos sistemą.	1.2.1.Kasmet koreguoti ir patvirtinti sveikatos stiprinimo progimnazijoje veiklos grupę, Vaiko gerovės komisiją, pasiskirstyti atsakomybę už atskiras veiklos sritis.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023 m.
1.3	Vertinti sveikatos stiprinimo veiklą, rezultatus, pokyčius.	1.3.1. Supažindinti bendruomenės narius su sveikatos stiprinimo veiklos vertinimo metodika.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Kartą per metus
		1.3.2. Bendruomenės nariai ir sveikatos stiprinimo veiklos grupė naudodamiesi metodinėmis rekomendacijomis vertina sveikatos stiprinimo veiklą.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023 m.
		1.3.3.Vertinimo išvadas panaudoti tolimesniam sveikatos stiprinimo veiklos planavimui ir tobulinimui.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Kartą per metus
1.4	Pateikti ataskaitas apie sveikatos stiprinimo veiklą, rezultatus.	1.4.1.Savivaldos institucijose, juos viešinti (stenduose, lankstinukuose, progimnazijos internetinėje svetainėje, facebook paskyroje, viešoje internetinėje erdvėje (miesto savivaldybės tinklalapyje).	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Kartą per metus 2018-2023 m.

2. Kurti gerus progimnazijos bendruomenės narių tarpusavio santykius, grįstus pasitikėjimu ir partneryste bei psichologiškai saugią, mokinių poreikius atitinkančią aplinką.

	Priemonė	Konkrety numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
2.1	Sudaryti galimybes dalyvauti sveikatos stiprinimo programoje visiems bendruomenės nariams.	2.1.1. Į sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupę įtraukti mokinius, tėvus, pedagogus, administracijos darbuotojus, specialistus.	Direktorė	2018-2023 m.
2.2	Inicijuoti ir rengti priemones, numatančias bendruomenės narių gerų tarpusavio santykių kūrimą bei bendrus sveikatos stiprinimo renginius.	2.2.1. Organizuoti atvirų durų dienas bei visuotinius susirinkimus bendruomenės nariams; jų metu skleisti informaciją apie sveikatos stiprinimo veiklą progimnazijoje	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, V. Rimkevičienė, psichologė	2018-2023 m. lapkričio, balandžio mėn.
		2.2.2. Organizuoti šventę bendruomenei „Romuvos sėkmė“	I. Rimkevičienė, Neformaliojo švietimo ir pagalbos skyriaus vedėja	2018-2023 m. gegužės mėn.
		2.2.3. Teikti psichologines konsultacijas, pagal poreikį, visiems bendruomenės nariams.	V. Rimkevičienė, psichologė	Nuolat 2018-2023 m.
		2.2.4. Vykdyti sveikatos priežiūrą mokykloje, padėti mokiniams saugoti ir stiprinti sveikatą	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Nuolat
		2.2.5. Rengti biblioterapijos valandas suaugusiems	A. Norvilienė, bibliotekos vedėja	Du kartus per metus 2018-2023 m.
		2.2.6. Kurti PUG, 1-8 klasių mokinių elgesio taisykles	Mokinių taryba	Kasmet rugsėjo-spalio mėn.
		2.2.7. Organizuoti socialinių įgūdžių grupių užsiėmimus.	Socialinė pedagogė	Nuolat

2.3	Spręsti adaptacijos, bendravimo, mokymosi ir kitas mokiniams išskylančias problemas.	2.3.1. Susipažinti su naujai pradėjusiais lankyti progimnaziją mokiniais, jų tėvais, globėjais, išsiaiškinti jų poreikius. Spręsti mokinių adaptacijos problemas.	Vaiko gerovės komisija, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, klasių vadovai	2018-2023 m.
		2.3.2. Įsteigti bendravimo psichologijos įgūdžių ugdymo grupes.	Psichologė	2018-2023 m.
		2.3.3. Teikti individualias psichologines konsultacijas vaikams/mokiniams, susiduriantiems su sunkumais, bei gabiems vaikams.	Psichologė	Nuolat, pagal poreikį
		2.3.4. Paskaita tėvams „Adaptacijos sunkumai“	Psichologė	Kasmet Rugsėjo mėn.
		2.3.5. 1 kl. mokinių tėvų apklausa „1-okų adaptacija progimnazijoje“ (vykdoma TAMO ir Mano apklausa platformoje)	1 kl. mokytojos, psichologė	Kasmet spalio mėn.
		2.3.6. 5 kl. mokinių ir tėvų apklausa „5-okų adaptacija progimnazijoje“ (vykdoma TAMO ir Mano apklausa platformoje)	5 kl. vadovai, psichologė	Kasmet spalio mėn.
		2.3.7. 4 - 8 klasių mokinių tyrimas „Klasės mikroklimatas“ (vykdoma TAMO ir Mano apklausa platformoje)	Psichologė, Klasių vadovai	Kasmet, spalio ir balandžio mėn.
2.4	Numatyti priemones emocinei, fizinei, seksualinei prievartai ir vandalizmui mažinti.	2.4.1. Prevencinių programų įgyvendinimas: Socialinių - emocinių gebėjimų ugdymo programa „Įveikiame kartu“ (PUG, 1-4 klasės) Priklausomybės nuo tabako, alkoholio ir narkotikų prevencijos programa „Gyvai“ (6-7 klasės). LIONS QUEST programa „Paauglystės kryžkelės“ (5-8 klasės) LIONS QUEST programa „Laikas kartu“ (PUG, 1-4 klasės)	Socialinė pedagogė	Kasmet

	2.4.2. Veiksmo savaitės „Be patyčių” veiklų įgyvendinimas	Progimnazijos bendruomenė	Kasmet
	2.4.3. Tarptautinės tolerancijos dienos veiklos	Klasių vadovai	Kasmet, lapkričio mėn.
	2.4.4 „Lapkritis - prevencinės veiklos meniu”	Socialinė pedagogė, Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Kasmet, lapkričio mėn.
	2.4.5. 5-8 kl. mokinių socialinė iniciatyva „Mokinys – mokiniui“.	Mokinių taryba, klasių vadovai	Kasmet

3. Kurti sveiką, sveikatos saugos, higienos reikalavimus, atitinkančią ugdymo, mokymo ir darbo aplinką.

	Priemonė	Konkreti numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
3.1	Mokyklos aplinkos, edukacinių erdvių ir ugdymo proceso užtikrinimas.	3.1.1. Lifo / keltuvo įrengimas mokinių su negalia ugdymo (si) sąlygoms užtikrinti	Direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams	2018m. rugsėjo mėn.
		3.1.2. Dalyvauti mokyklos aplinkos ir ugdymo proceso vertinime pagal visuomenės sveikatos priežiūros teisės aktų reikalavimus atitikimą.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Kasmet, rugsėjo, sausio mėn.
3.2	Gerinti progimnazijos lauko aplinkos estetinį vaizdą.	3.2.1. Įrengti PUG lauko žaidimų aikštyną	Direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams	2018m. rugsėjo mėn.
		3.2.2. Puoselėti mokyklos aplinkos žaliąsias zonas: dalyvauti akcijose „Darom“, organizuoti inkilų kėlimo šventes, inicijuoti ir organizuoti gėlių sodinimo akcijas.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023
3.3	Atnaujinti progimnazijos erdves.	3.3.1. Atnaujinti aktų salės scenos apšvietimą	Direktoriaus pavaduotojas ūkio reikalams	2018 m. rugsėjo mėn.

		3.3.2. Atlikti einamąjį patalpų remontą pagal poreikį.	Direktorius pavaduotojas ūkio reikalams	Nuolat
		3.3.3. Įrengti stalo žaidimų kampelius (stalo žaidimų, skaitymo) III a. aukšto pradinių kl. koridoriuje	Direktorius pavaduotojas ūkio reikalams	2018 m. gegužės mėn.
		3.3.4. Įrengti tėvų savišvietos kampelį Ia. fojė	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018m. rugsėjo mėn.
		3.3.5. Atnaujinti savarankiško darbo kabinetą	Direktorius pavaduotojas ūkio reikalams	2020 m. rugsėjo mėn.
		3.3.6. Dekoruoti pasyvaus poilsio, bendravimo zonas mokinių kūrybiniais darbais.	Pradinių klasių mokytojos, technologijų, dailės mokytojai	Nuolat
		3.3.7. Puoselėti žaliuosius kampelius progimnazijos vidaus erdvėse.	Direktorius pavaduotojas ūkio reikalams, R. Čepulienė, dailės mokytoja	Nuolat 2018-2023 m.
3.4	Skatinti bendruomenės narių fizinį aktyvumą.	3.4.1. Bendruomenės sporto ir turizmo šventė	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, kūno kultūros mokytojai	Kasmet birželio mėn.
		3.4.2. Sporto šventė „Sportuoju aš, tėtis ir mama“.	Pradinių klasių mokytojos, kūno kultūros mokytojai	Kasmet balandžio mėn.
		3.4.3. Kvadrato varžybos tarp 3, 4, 5, 6 klasių mokinių	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet
		3.4.4. „Donato Slaninos“ taurės krepšinio turnyras (5-8 kl.)	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet gruodžio mėn.
		3.4.5. Bendruomenės narių krepšinio baudų mėtymo turnyras	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet kovo mėn.

	3.4.6. Estafetės „Drąsūs, stiprūs vikrūs“ (3, 4 kl.)	Kūno kultūros mokytojas M. Bakas	Kasmet sausio mėn.
	3.4.7. Lengvosios atletikos “Rudens krosas” (5- 8 kl. mokiniai, tėvai, progimnazijos bendruomenė)	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet rugsėjo, mėn.
	3.4.8. Sveikatinimo pratimai (dinaminės pertraukėlės akims, pečių linijai, rankoms atpalaiduoti) mokomųjų dalykų pamokose.	Dalykų mokytojai	Nuolat
	3.4.9. Dalyvavimas miesto sporto renginiuose	Pradinių kl. mokytojos, kūno kultūros mokytojai	Nuolat pagal miesto renginių planą
	3.4.10. Pagalba kūno kultūros mokytojams formuojant fizinio ugdymo grupes, informacijos dėl mokinių galimybės dalyvauti sporto varžybose teikimas kūno kultūros mokytojams;	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Kasmet rugsėjo mėn.
	3.4.11. Sporto šventė „Spartakiada“ 5klasių mokiniams	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet birželio mėn.
	3.4.12. „Saldi porelė” sporto varžybos šv. Valentino dienos proga	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet vasario mėn.
	3.4.13. Stalo futbolo varžybos „Pykčius spręskime kitaip”	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet balandžio mėn.
	3.4.14. 1-4 kl. mokinių estafetinio bėgimo varžybos „782,783,784,785,786 žingsneliai”	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet rugsėjo mėn.
	3.4.15. Šaškių varžybos „Šaškių kovos - istorinė atmintis”	Kūno kultūros mokytojai , Istorijos mokytojai	Kasmet kovo mėn.
	3.4.16. Salės futbolo turnyras „Iškeisk elektroninius įpročius į sportinius” 7, 8 klasės	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet balandžio mėn.

		3.4.17. Krepšinio žaidimas progimnazijos bendruomenei „Šimtakojis”	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet kovo mėn.
		3.4.18. Tinklinio varžybos: mokytojai - mokiniai (8kl)	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet birželio mėn.
		3.4.19. Tarpklasinės 8kl.tinklinio varžybos „Direktorės taurė”	Kūno kultūros mokytojai	Kasmet birželio mėn.
		3.4.20. Baudų metimo konkursas „Kamuolys apvalus kaip žemė” 1-8 kl.	Kūno kultūros mokytojai.	Kasmet kovo mėn.
3.5	Mitybos ir geriamojo vandens prieinamumo užtikrinimas	3.5.1.Dalyvauti organizuojant vaikų/mokinių maitinimo priežiūrą, skatinant sveiką mitybą bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą;	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Nuolat
		3.5.2.Užtikrinti geriamo vandens prieinamumą	Prad. kl. mokytojos	Nuolat
		3.5.3. Sveiko maisto mugė-reklama. Kaziuko mugė.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, technologijų mokytojos	Kasmet spalio ir kovo mėn.

4. Sutelkti išteklius sveikatos stiprinimui ir sveikatos ugdymui.

	Priemonė	Konkreti numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
4.1.	Organizuoti mokytojų ir kitų ugdymo procese dalyvaujančių asmenų kvalifikacijos tobulinimą sveikatos stiprinimo ir sveikatos ugdymo klausimais.	4.1.1. Dalyvauti seminaruose, konferencijose, paskaitose susijusiose su sveikatos ugdymu ir stiprinimu. Respublikinė konferencija “Saugus, aktyvus ir sveikas”.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė Pradinių klasių mokytojos.	Kasmet spalio mėn.

		4.1.2. Dalyvauti miesto, šalies projektuose.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Nuolat
		4.1.3. Dalintis gerąją darbo patirtimi su kitomis įstaigomis, dalyvaujančiomis sveikatos stiprinimo mokyklų tinkle.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Nuolat
4.2.	Įsigyti metodinės medžiagos ir kitų priemonių susijusių su sveikatos ugdymu	4.2.1. Įsigyti literatūros (mokomosios knygelės, pratybos, plakatai, enciklopedijos), vaizdinių priemonių, skirtų sveikatos kompetencijai tobulinti.	Bibliotekos vedėja	Nuolat
		4.2.2. Bibliotekoje įrengti kampelį, skirtą sveikatos ugdymo literatūrai, jį nuolat papildant naujausia literatūra.	Bibliotekos vedėja	Nuolat
4.3	Įtraukti socialinius partnerius įgyvendinant sveikatingumo programą.	4.3.1. Įgyvendinant sveikatingumo programą bendradarbiauti su: <ul style="list-style-type: none"> • Šiaulių m. visuomenės sveikatos biuru • Šiaulių m. švietimo įstaigomis, priklausančiomis sveikatą stiprinančių mokyklų tinklui. • Šiaulių m. muziejais 	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023

5. Ugdyti sveikatai palankias progimnazijos bendruomenės kompetencijas.

	Priemonė	Konkreči numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
5.1	Įtraukti sveikatos ugdymą į dalykų teminius planus, pasirenkamų dalykų programas.	5.1.1. Sveikatos ugdymą integruoti į mokomuosius dalykus.	Direktoriaus pavaduotoja ugdymui, skyrių vedėjos	2018-2023 m.
5.2	Į sveikatos ugdymą įtraukti įvairias sveikatos sritis.	5.2.1. Projekto "Saugus, aktyvus ir sveikas" įgyvendinimas.	Pradinių klasių mokytojos, gamtos ir žmogaus, biologijos mokytojos, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Nuolat 2018-2023m.

	5.2.2. Spalis- sveikatinimo mėnuo (renginių ciklas apimantis sveiką mitybą, organizmo grūdinimą, vartojimo kultūros ugdymą).	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	Kasmet, spalio mėn.
	5.2.3. Daktaro Aiskaudos diena bibliotekoje	Bibliotekos vedėja	Kasmet, vasario mėn.
	5.2.4. Maisto piramidės plakato konkursas PUG, 1-4 kl., 5-8 kl. mokiniams	Pradinių kl. mokytojos, biologijos mokytoja	Kasmet, lapkričio mėn.
	5.2.5. Mokomosios pratybos „Mokėk suteikti pirmąją pagalbą”	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Kasmet spalio mėn.
	5.2.6. Mokinių tarybos apskrito stalo diskusija „Kuriame draugišką klasę“.	Mokinių taryba	Kasmet, sausio mėn.
	5.2.7. Klasės valandėlės: <ul style="list-style-type: none"> • „Bendraamžis bendraamžiui“ • “Valingas žmogus yra stiprus” • “Sveikame kūne - sveika siela” 	Klasių vadovai, psichologė	Pagal klasių vadovų planus
	5.2.8. Pokalbiai : <ul style="list-style-type: none"> • „Tarp mūsų, mergaičių“ • “Vaikinių lytinis brendimas ir asmens higiena“ • „Valgymo sutrikimai“ 	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Psichologė, Vaiko ir motinos klinikos akušerė D. Sungailienė	Kasmet, pagal veiklos planą
	5.2.9. Organizuoti temines paskaitas, pokalbius bendruomenei temomis: <ul style="list-style-type: none"> • Konstruktivūs konfliktų sprendimo būdai; • Krizės. Kaip atpažinti ir padėti? • Savižudybės. Kaip atpažinti ir padėti? • Teigiami motyvacijos principai mokantis. • 101 būdas stiprinti sveikatą. 	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė Psichologė Soc. Pedagogė Klasių vadovai	Kasmet, tėvų susirinkimų, tėvų apskritojo stalo diskusijų metu

	<p>5.2.10. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistės vedami užsiėmimai vaikams/mokiniais temomis:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Mityba ● Fizinis aktyvumas ● Asmens higiena ● Aplinka ir sveikata ● Žalingos priklausomybės ● I pagalba ● Užkrečiamų ligų profilaktika 	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Klasės valandėlių/valandų metu
	5.2.11. Kuprinių svėrimo akcija „Kiek sveria tavo kuprinė?“.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	Kasmet, rugsėjo mėn.
	5.2.12. Organizuoti edukacines ekskursijas į botanikos sodą, miesto vaistinę „Valerijonas“	Klasių vadovai	Pagal ugdymo planą
	5.2.13. Bendruomenės įtraukimas į akciją „Rūšiuokime!“	Gamtos ir žmogaus, technologijų, biologijos mokytojai	Nuolat 2018-2023 m.
	5.2.14. Akcija „Atšvaitai“	Pradinių klasių mokytojos	Rugsėjo, lapkričio, gruodžio, sausio mėn.
	5.2.15. Projekto „Saugus, aktyvus ir sveikas“ tęstinumas.	Pradinių klasių mokytojos	Nuolat 2018-2023m.
	5.2.16. Aktyviųjų pertraukų „Just dance“ organizavimas	I. Rimkevičienė,	Nuolat 2018-2023 m.
	5.2.17. Akcija „Balandis - švaros mėnuo“, „Darbščios rankos - švari aplinka“.	Pradinių klasių mokytojos	Kasmet balandžio mėn.
	5.2.18. „Sveikos gyvensenos klubo“ veiklos tęstinumas.	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė	2018 - 2023 m.

6. Kaupti, sisteminti, analizuoti žinias ir patirtį bendruomenės sveikatos stiprinimo klausimais, skleisti jas progimnazijos bendruomenėje ir už jos ribų

	Priemonė	Konkreti numatoma veikla	Atsakingi asmenys	Data
6.1	Skleisti sveikatos stiprinimo veiklos patirtį progimnazijoje	6.1.1. Įrengti ir nuolat atnaujinti stendą, skirtą informacijai, apie sveikatingumo programos įgyvendinimą.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018 m. rugsėjo mėn.
		6.1.2. Sukurti sveikos mokyklos puslapį progimnazijos internetinėje svetainėje, jame talpinti informaciją apie sveikatos stiprinimą.	IT mokytoja, Inžinierius kompiuterininkas	2018 m. rugsėjo mėn.
		6.1.3. Kaupti medžiagą apie sveikatos stiprinimo veiklą progimnazijoje, leisti leidinius lankstinukus apie sveikatos stiprinimo veiklos patirtį.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023 m.
6.2	Skleisti sveikatos stiprinimo veiklos patirtį už progimnazijos ribų	6.2.1. Dalyvauti sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo renginiuose, skaityti pranešimus, dalyvauti seminaruose.	Pedagogai	2018-2023 m.
		6.2.2. Skleisti informaciją miesto savivaldybės internetiniame puslapyje.	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023 m.
		6.2.3. Organizuoti gerosios patirties sklaidos diskusijas, apskrituosius stalus, forumus su kitomis mokyklomis, įsijungusiomis į sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą	Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė	2018-2023 m.