

PATVIRTINTA  
Vilniaus „Vyturio“ pradinės mokyklos  
direktoriaus 2025 m. sausio 17 d.  
įsakymu Nr. V-27

## SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS PROGRAMOS „AUGU SVEIKAI“ VEIKLOS PLANAS 2025 M.

### TIKSLAS:

Sukurti mokykloje sveikatos stiprinimo sistemą, skatinančią visą bendruomenę gyventi sveikiau.

### UŽDAVINIAI:

1. Tenkinti vaikų natūralų poreikį judėti.
2. Palaikyti ir gerinti mokinių savijautą, mažinti emocinę įtampą.
3. Kurti fiziškai saugią mokyklos aplinką ir didinti mokinių fizinį aktyvumą ir sveiką mitybą.
4. Skatinti ir ugdyti sveikatai palankios gyvensenos įgūdžius.

**PRIORITETAS:** Visos mokyklos bendruomenės sveikatai palankios gyvensenos įgūdžių skatinimas ir ugdymas.

### Įgyvendinimo priemonės:

<b>1 veiklos sritis. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės užtikrinimas</b>				
<b>Veiklos</b>	<b>Planuojamas laikas</b>	<b>Atsakingi vykdytojai</b>	<b>Sėkmės rodikliai</b>	<b>Ištekliai</b>
1.1. Numatytos priemonės sveikatos stiprinimo programos „Augu sveikai“ 2025 metų veiklos plano įgyvendinimui	2025 m.	Sveikatos stiprinimo darbo grupės koordinatorius	Parengtas sveikatos stiprinimo programos „Augu sveikai“ 2025 metų veiklos planas. Planas paskelbtas mokyklos interneto svetainėje	ŽI

<b>2 veiklos sritis. Psichologinė aplinka</b>				
2.1. Mokyklos bendruomenės narių aktyvus dalyvavimas sveikatą stiprinančios mokyklos programos „Augu sveikai“ vykdyme	2025 m.	Sveikatos stiprinimo darbo grupė	Ne mažiau kaip 80 proc. bendruomenės narių dalyvavusių sveikatą stiprinančios mokyklos programos „Augu sveikai“ 2025 m. plano veiklose	ML
2.2. Pirmų klasių mokinių adaptacijos tyrimas		Mokyklos psichologas	Atlikto tyrimo duomenimis ne mažiau kaip 96 proc. klasių mokinių teigusių, kad yra patenkinti mokykla	ŽI
2.3. Draugiško ir saugaus mikroklimato mokykloje kūrimas		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui  Mokyklos soc. pedagogas	Atliktas mokinių emocinės savijautos mokykloje tyrimas, jo duomenimis ne mažiau kaip 80 proc. respondentų teigusių, kad mokykloje draugiškas ir saugus mikroklimatas. Įvykęs ne mažiau kaip 1 soc. pedagogo socialinių įgūdžių lavinimo užsiėmimas 1-4 klasių mokiniams	ŽI, ML, TL
2.4. Smurto prevencijos vykdymas: 2.4.1. socialinių emocinių įgūdžių lavinimo ir smurto prevencijos programos „Antras žingsnis“ integravimas į ugdymo turinį; 2.4.2. tarptautinių bei pasaulinių dienų minėjimas		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui, Klasių vadovai Mokyklos soc. pedagogas, Mokyklos psichologas	Kartą per savaitę, klasės valandėlės metu, vedamas socialinių emocinių įgūdžių lavinimo ir smurto prevencijos programos „Antras žingsnis“ užsiėmimas. Pravesti ne mažiau kaip 3 prevenciniai renginiai skirti tarptautinių ar pasaulinių dienų paminėjimui. „Patyčių dėžutė“ yra funkcionali, 100 proc. gautų pranešimų apie patyčias yra išnagrinėta	TL

2.5. Emocinės sveikatos stiprinimas		Klasių vadovai Psichologas	Kiekvienoje klasėje pasirenkamos priemonės mokinių emocinei savijautai gerinti (emocijų ir garso stebėjimui bei valdymui)	ML, ŽI
<b>3 veiklos sritis. Fizinė aplinka</b>				
3.1. Erdvių aktyviam judėjimui įrengimas	2025 m.	Klasių vadovai. Direktoriaus pavaduotojas ugdymui	3.1. Įrengta bent viena edukacinė erdvė judėjimui	ML, ŽI, TL
3.2. Užtikrinta galimybė antrųjų klasių mokiniams dalyvauti projekte „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui	100 proc. 2 klasių mokinių dalyvavusių projekte „Mokėk plaukti ir saugiai elgtis vandenyje“	TL, ŽI
3.3. Klasių bendruomenių aktyvių išvykų, žygių organizavimas		Klasių vadovai Tėvai	Organizuota ne mažiau kaip 2 aktyvios išvykos kiekvienos klasės bendruomenei	TL, ŽI
3.4. Tėvų (globėjų)/specialistų sveikos gyvensenos užsiėmimai 1-4 klasių mokiniams		Tėvai Visuomenės sveikatos specialistas	Organizuota ne mažiau kaip 3 visuomenės sveikatos specialisto užsiėmimai mokiniams	TL, ŽI
3.5. Mokinių fizinio aktyvumo veiklų organizavimas		Klasių vadovai ir šokio mokytojas	Kartą per savaitę organizuota: 1 judrioji pertrauka patalpoje arba lauke; Kiekvieną dieną 1 val. aktyvių veiklų lauke VDM metu. Kartą per mokslo metus organizuotos tarpklasinės įvairių sportinių veiklų varžybos	ŽI
3.6. Dalyvavimas miesto ir respublikiniuose, renginiuose bei akcijose		Sveikatos stiprinimo darbo grupės koordinatorius	Dalyvauta ne mažiau kaip 2 miesto ar respublikos sporto renginiuose. Kiekvienoje klasėje įvykęs 1 užsiėmimas vedamas profesionalaus sportininko	ŽI, TL
3.7. Šokio dienos minėjimas (04-29) „Flešmobas“		Šokio mokytojas	Ne mažiau kaip 95 proc. mokinių dalyvavusių šokio dienos minėjime „Flešmobe“	ŽI

3.8. Sportinės pirmų klasių bendruomenių krikštynos		Klasių vadovai Tėvai	Ne mažiau kaip 90 proc. mokinių ir 50 proc. tėvų (globėjų) dalyvavusių sportinėse pirmų klasių bendruomenių krikštynose	ŽI, TL
3.9. Fizinį aktyvumą skatinančios neformalaus švietimo veiklos mokykloje: ✓ Linijinių šokių būrelis; ✓ Sportuok sveikai; ✓ Gatvės šokiai; ✓ Vilniaus sporto klubas „Budora“ Kyokushin karate; ✓ Atletikos būrelis ✓ Joga vaikams ✓ Šiuolaikiniai šokai ✓ Tautiniai šokiai		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui	Ne mažiau kaip 30 proc. mokinių lankusių mokykloje organizuojamas fizinio aktyvumo veiklas	ŽI, TL
<b>4 veiklos sritis. Žmogiškieji ir materialiniai ištekliai</b>				
4.1. Bendruomenės narių dalyvavimas sveikatinimo veiklose	2025 m.	Sveikatos stiprinimo darbo grupės koordinadorius	Ne mažiau kaip 70 proc. mokyklos bendruomenės narių įsitraukusių į sveikatinimo veiklas (mokytojų šokis; mėnesio žingsnių iššūkis Walk15 ir kt.)	ŽI
4.2. Mokyklos bendradarbiavimas ir įtraukimas į projektus skirtus inicijuoti sveikos mitybos ir fizinio aktyvumo veiklas ugdymo įstaigose		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui	Bendradarbiaujama ne mažiau kaip su 2 institucijomis (VŠĮ „Gelbėkit vaikus“, VŠĮ „Tikra mityba“, VSB „Vilnius sveikiau“, „Sporto galia“), kurios organizuoja fizinio aktyvumo, sveikos mitybos ir kitas veiklas ugdymo įstaigose	ŽI, TL, KPL

4.3. Pedagogų bendruomenės dalyvavimas kvalifikacijos kėlimo renginiuose, sveikatos stiprinimo ir sveikos gyvensenos veiklose, renginiuose, programose		Direktoriaus pavaduotojas ugdymui	Ne mažiau kaip 50 proc. mokytojų ir švietimo pagalbos specialistų dalyvavusių seminaruose, konferencijose, mokymuose sveikatinimo klausimais. Ne mažiau kaip 50 proc. mokytojų dalyvavusių Mokyklų darbuotojų psichikos sveikatos stiprinimo programoje	ŽI, ML
<b>5 veiklos sritis. Sveikatos ugdymas</b>				
5.1. Sveikatos ugdymo integravimas į ugdymo procesą	2025 m.	Klasių vadovai	Sveikatos ugdymo temos įtrauktos į formaliojo ir neformaliojo ugdymo mokymo(si) programas. Surengtas 1 metodinės grupės susitikimas skirtas pasidalijimui gerąja patirtimi sveikatos ugdymo tema	ŽI
<b>6 veiklos sritis. Sveikatą stiprinančios mokyklos patirties sklaida</b>				
6.1. Sveikatos stiprinimo programos „Augu sveikai“ veiklų viešinimas mokyklos interneto svetainėje, soc. tinkle „Facebook“	2025 m.	Sveikatos stiprinimo darbo grupė	Mokyklos vykdomos veiklos viešinamos mokyklos interneto svetainėje <a href="https://vilniausvyturio.lt/">https://vilniausvyturio.lt/</a> ir „Facebook“	ŽI

Plane vartojami trumpiniai: ŽI - žmogiškieji ištekliai, ML- mokymo lėšos, TL- tėvų lėšos, KPL- kultūros paso lėšos.