

## ŠIAULIŲ GEGUŽIŲ PROGIMNAZIJOS 2025-2026 MOKSLO METŲ MOKINIŲ SVEIKATOS GERINIMO PLANAS

### I SKYRIUS BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Šiaulių Gegužių progimnazijos 2025-2026 mokslo metų mokinių sveikatos gerinimo planas parengtas vadovaujantis Šiaulių miesto savivaldybės visuomenės sveikatos stebėsenos 2023 metų ataskaita.

2. Tikslas: formuoti sveiką gyvenseną ir jos kultūrą, sukuriant saugią, sveikatai palankią socialinę aplinką mokykloje.

3. Uždaviniai:

3.1. Kurti palankias sąlygas saugiai vykdyti ugdymo procesą, leisti laisvalaikį.

3.2. Skatinti fizinio aktyvumo ir sveikos mitybos įpročius.

3.3. Mažinti traumų, sergamumo skaičių.

3.4. Vykdyti rizikingo elgesio prevenciją.

4. Ugdomos kompetencijos:

4.1. Pažinimo kompetencija (K1) (dalyko žinios ir gebėjimai; kritinis mąstymas; problemų sprendimas; mokėjimas mokytis);

4.2. Komunikavimo kompetencija (K2) (pranešimo kūrimas; pranešimo perteikimas ir komunikacinė sąveika; pranešimo analizė ir interpretavimas);

4.3. Skaitmeninė kompetencija (K3);

4.4. Kūrybiškumo kompetencija (K4) (tyrinėjimas; generavimas; kūrimas; vertinimas ir refleksija);

4.5. Kultūrinė kompetencija (K5) (kultūrinis išprusimas; kultūrinė raiška; kultūrinis sąmoningumas);

4.6. Pilietiškumo kompetencija (K6) (pilietinis tapatumas ir pilietinė galia; gyvenimas bendruomenėje kuriant demokratišką visuomenę; pagarba žmogaus teisėms ir laisvėms; valstybės kūrimas ir valstybingumo stiprinimas tarptautinėje bendruomenėje);

4.7. Socialinė, emocinė ir sveikos gyvensenos kompetencija (K7) (savimonė ir savitvados įgūdžiai; empatiškumas, socialinis sąmoningumas ir teigiamų tarpusavio santykių kūrimas; atsakingas sprendimų priėmimas ir elgesys įvertinant pasekmes; rūpinimasis sveikata).

5. Mokinių sveikatos gerinimo plano veiklų sritys: Fizinis aktyvumas; Sveika mityba; Psichologinė gerovė; Higiena ir sveikatos švietimas; Sveikatos rodiklių stebėjimas ir vertinimas; Kultūrinės veiklos; Bendruomenės įsitraukimas.

### II SKYRIUS SVEIKATOS GERINIMO PLANAS 2025-2026 m. m.

Data	Veikla	Veiklos organizatoriai
2025-2026 m. m.	Atnaujintos Šiaulių Gegužių progimnazijos mokinio elgesio taisyklės ir pristatytos mokyklos bendruomenės nariams.	Administracija, 1-8 kl. vadovai, socialiniai pedagogai
2025-2026 m. m.	Prevencinių programų „Laikas kartu“ (1-4 kl.), „Paauglystės kryžkelės“ (5-8 kl.), „Obuolio draugai“ (VDM gr.)	1-8 kl. vadovai, socialiniai pedagogai
2025-2026 m. m.	Įsitraukimas į šalies aktyvios mokyklos modelio kūrimą „Aktyvi mokykla“. 2025 m. gruodžio mėn. gautas „Aktyvi mokykla“ ženklelis.	R.Janulienė, I.Kačinskienė, fizinio ugdymo, pradinųjų klasių metodinės grupės

2025-2026 m. m.	Organizuojamas bendras Valstybės sienos apsaugos tarnybos Pagėgių pasienio rinktinės ir Šiaulių Gegužių progimnazijos projektas	Dailės ir technologijų metodinė gr.
2025-2026 m. m.	Įsitraukimas į šalies projektą „Sveikata visus metus“ / iniciatyva „Sveikatotos dėlionė“	J.Laidauskienė
2025-2026 m. m.	Prevencinių paskaitų organizavimas 1-8 klasių mokiniams bendradarbiaujant su Šiaulių apskrities vyriausiojo policijos komisariato Šiaulių miesto ir rajono policijos komisariato Bendruomenės pareigūnais	J.Laidauskienė, I.Strelkauskienė
2025-2026 m. m.	Prevencinių paskaitų organizavimas 1-8 klasių mokiniams bendradarbiaujant su Lietuvos Raudonojo Kryžiaus draugijos, Šiaulių skyriaus atstovais	I.Strelkauskienė, R. Balčiūnienė
2025-2026 m. m.	Vykę renginiai 2025-2026 m. m.: Tinklinio varžybos Tarptautinės šokio dienos minėjimas Draugiškas kvadratas Sportuoju aš ir mano šeima Žygis „Rėkyvos ežero pakrantė iš arti“ Šokių festivalis „Šokių karuselė“ Aktyvios ilgosios pertraukos - Kamuoliuko mėtymas į taikinį „Su rogutėm nuo kalniuko“ „Oranžinio kamuolio popietė“ kartu su l/d „Bitė“	Pradinių klasių mokytojai, fizinio ugdymo mokytojai
2025-2026 m. m.	Pranešimų, paskaitų, pamokų, diskusijų organizavimas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• sveikatos saugos ir stiprinimo, bendrųjų sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos tema</li> <li>• sveika mitybos ir nutukimo prevencijos tema</li> <li>• fizinio aktyvumo skatinimo tema</li> <li>• sveikos aplinkos tema</li> <li>• rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencijos tema</li> <li>• lytiškumo ugdymo tema</li> <li>• užkrečiamųjų ligų profilaktikos, asmens higienos tema</li> <li>• edukacijos profilaktikos ir burnos higienos tema</li> <li>• psichikos sveikatos (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.) tema</li> <li>• traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencijos tema</li> </ul>	Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje I. Ramanauskienė
2026 m. I pusmetis	Mokymai 5-8 kl. mokiniams, kaip naudotis mokomuoju automatinio defibriliatoriumi, suteikiant pirmąją pagalbą	5-8 kl. gyvenimo įgūdžių mokytojai (G.Jurgaitienė, I.Zazienė), visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči sveikatos priežiūrą mokykloje I. Ramanauskienė
2025-09-22	Dalyvavimas miesto sporto renginyje – Šiaulių bėgimas	5-8 klasių auklėtojų metodinė grupė, fizinio

		ugdymo metodinė grupė
2025 m. spalio mėn.	Organizuojamas mokyklos projektas „Sportuoju aš ir mano šeima“	E. Montvilienė, G. Steponavičienė, A. Labanauskienė
2025-10-30, 2026-04-09	Ugdymo, mokinių mokymosi krūvio, konsultavimo aptarimas	1-8 kl. mokytojai, mokiniai, mokinių tėvai
2026 m. sausio - vasario mėn.	Organizuojamas šalies projektas „Visa mokykla šoka“	D. Virakienė, R. Kalinienė, E. Montvilienė
2026 m. kovo mėn.	Pasirengimas ir dalyvavimas teisinių žinių konkurse „Aš ir policija“	I.Strelkauskienė
2026 m. kovo – gegužės mėn.	Organizuojamas miesto projektas „Vaisių ir uogų karalystė“	L. Varnavičienė, A. Kulnienė, K. Vaidilienė
2026 m. kovo mėn.	Organizuojamas mokyklos projektas „Žemė – mūsų namai“, skirtas Pasaulinei Žemės dienai paminėti	R. Žemaičiūnienė, O.Malcevičienė, L.Perminienė
2026 m. balandžio mėn.	Organizuojamas mokyklos projektas „Linksmieji ketvirtadieniai“	E. Montvilienė, A. Kačerauskas, A. Labanauskienė
2026-05-13	Pilietiškumo, sporto, sveikos gyvensenos diena	1–4 kl. ir 5–8 kl. auklėtojų, dailės ir technologijų, menų, fizinio ugdymo metodinės grupės

### **III SKYRIUS BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS**

6. Progimnazijos 2025-2026 m. m. mokinių sveikatos gerinimo planas gali kisti, atsižvelgiant į šalies ir miesto neplanuotus renginius, susidariusias situacijas, taip pat bendruomenės pateiktus pasiūlymus ir pageidavimus.

7. Už 2025-2026 m. m. mokinių sveikatos gerinimo plano įgyvendinimą, jo priežiūrą atsakingi progimnazijos direktoriaus pavaduotoja ugdymui, ugdymo skyrių vedėjai.