



**AKTYVI
MOKYKLA**

Lietuvos sveikatą stiprinančios mokyklos ir aktyvios mokyklos – kuriame sveikatai palankią aplinką

Nijolė Paulauskienė

**Higienos instituto
Sveikatos stiprinimo centro specialistė**

2023-09-21

nijole.paulauskiene@hi.lt



Sveikatą stiprinančios mokyklos (SSM) pradžia. Pirmasis dokumentas



L R kultūros ir švietimo
ministerijos ir L R sveikatos
apsaugos ministerijos **1992 m.
gruodžio 8 d.** įsakymas Nr.
1559/450 „Dėl PSO ir Europos
Tarybos programos „Sveika
mokykla“.

1993 m. Lietuva oficialiai priimta
į ESSMT, įteiktas dokumentas.



The logo for 'Sveika Mokykla' (Healthy School) is a circular emblem. Inside the circle, two children's faces are depicted, one above the other, with a book open between them. The word 'SVEIKA' is written in a curved banner along the top left, and 'MOKYKLA' is written along the top right.

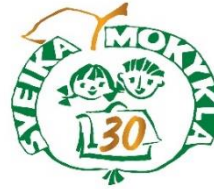


Sveikatą stiprinančių mokyklų (SSM) TIKSLAS -



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

Sveikata stiprinančios mokyklos principai



Sveikata stiprinančioje mokykloje visaapimantis mokyklos bendruomenės sveikatinimo veiklos suvokimas ir požiūris į sveikata (holistinis).

Sveikatos ugdymo programa. Sveikatos stiprinimo veikla darniai susijusi su visos mokyklos sveikatinimo strategija, sveikatai palankios mokyklos aplinkos kūrimu.

Dalyvavimas. Visi bendruomenės nariai, dalyvaudami sveikatos stiprinimo veikloje, jaučiasi šeimininkais.

Mokyklos privalumas. Sveikata stiprinanti mokykla sukuria geresnes mokymosi ir mokymo sąlygas, nes sveiki mokiniai geriau mokosi, o sveikas personalas geriau dirba.

Įrodymai. Nauja veikla grindžiama jau egzistuojančiais ar pačių atrastais įrodymais ir tyrimais.

Mokykla ir bendruomenė. Mokyklai priskiriamas aktyvus bendruomenės vystymuisi įtaką darantis vaidmuo.

Bendradarbiavimas.

Parama.

SSM pagrindas – sveikatos stiprinimo programa

(6 sritys: veiklos kryptys, rodiklių grupės)



SSM kuria sveikatai palankią aplinką

Siekiama kurti saugią, sveiką, higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką, plėtoti palankius tarpusavio santykius.



Fizinė aplinka

Įrengiamos poilsio ir sporto zonos, lauko treniruokliai, Kneipo takeliai, pavėsinės, laboratorijos, lysvės, sodai, atliekų rūšiavimas ir kompostavimo erdvės

Įrengiami tylos kabinetai, vieta tyliesiems žaidimams, skambučio reguliavimas, išnaudojamos erdvės FA didinti, įrengiamos aikštelės dviračiams, mechaniniams paspirtukams

Mokyklos
aplinka

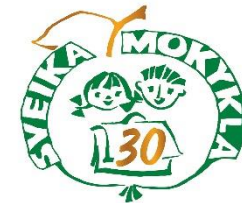
Psichosocialinė

Socialinių įgūdžių, emocijų valdymo pamokos, individualūs užsiėmimai su vaiku ir tėvais, tradiciniai renginiai, labdaros renginiai, apskritojo stalo dialogai tarp mokinių ir mokytojų ir kt. projektai

Tolerancijos, padėkos, šypsenos dienos, draugystės ir gerumo savaitės, bendruomenių mugės, darbelių parodos, kartų susitikimai, bendravimo pamokas



Sveikatos ugdymas



Integruojamas į mokymo programas bei užtikrinti kokybę.

Sveikatos ugdymas yra suplanuotas ir apima įvairias temas:

fizinį aktyvumą ir sportą; sveikatai palankią mitybą; tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo bei nelaimingų atsitikimų, traumų, streso, prievartos, patyčių prevenciją; rengimą šeimai ir lytiškumo ugdymą; užkrečiamųjų ligų prevenciją ir asmens higieną; vartojimo kultūros ugdymą, gerų tarpusavio santykių puoselėjimą.





Sveikatos stiprinimo programos dermė

Mokyklos vertybės ir vizija turėtų sietis su sveikatos stiprinimu ir kitomis vertybėmis.

Programos dalys turi derėti tarpusavyje.

Programa turi derėti su kitais mokyklos dokumentais ir projektais.

Programa turi būti pritaikyta mokyklos bendruomenės poreikiams ir problemoms spręsti.

Programos įgyvendinime dalyvauja visa mokyklos bendruomenė.

Ką daro sveikata stiprinančios mokyklos?



- ✓ Igyvendina savo parengtą sveikatos stiprinimo programą.
- ✓ Dalyvauja kituose sveikatinimo projektuose rajone, šalyje, bendradarbiajant su užsienio partneriais.
- ✓ Aktyviai dalyvauja šalies ir tarptautiniuose moksliniuose sveikatos tyrimuose.
- ✓ Mokyklos pačios organizuoja respublikinius renginius, tarptautines konferencijas, labdaras, iniciatyvas bei kt..
- ✓ SSM Bendruomenės nariai yra aktyvūs: dalyvauja konkursuose, konferencijose, mokymuose ir kelia profesines kompetencijas.

Vieningai ir darniai



Minint SSM 30-metį: 790 užregistruotų renginių 59 savivaldybėse Sudalyvavo per 55 tūkst. dalyvių

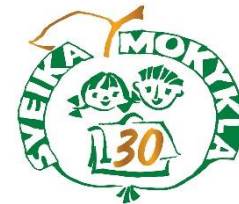
**Pirmasis Renginyс įvyko 2013 m.,
kai minėjome sveikatą stiprinančių
mokyklų 20-metį, jis apėmė
45 savivaldybes, 400 mok., per 30 tūkst.**

**Antrasis Renginyс įvyko 2018 m.
minint šių mokyklų 25-metį, jis apėmė
52 savivaldybes, 600 mok., 42 tūkst.
dalyvių.**

NACIONALINIO RENGINIO „SVEIKATĄ STIPRINANČIŲ
MOKYKLŲ BANGA PER LIETUVĄ 2023“ DALYVIAI



Renginio akimirkos





AKTYVI
MOKYKLA

**Sveikata stiprinanti mokykla ir Aktyvi mokykla –
du skirtingi statusai**

**Veikla reglamentuota bendru dokumentu:
Mokyklų pripažinimo sveikata stiprinančiomis
mokyklomis ir aktyviomis mokyklomis tvarkos aprašas.**

Abiem atvejais mokyklos gauna pažymėjimus



**AKTYVI
MOKYKLA**

Aktyvioje mokykloje

Skiriama daugiau dėmesio mokyklos bendruomenės fiziniam aktyvumui (FA), palankios fizinės aplinkos kūrimui, fizinis aktyvumas integruotas į kasdieninį mokyklos gyvenimą.

Tikslas – skatinti didesnę fizinį aktyvumą kiekvieną dieną.

Aktyvi mokykla – aktyvumas visą dieną



Aktyvioje mokykloje yra skatinamas mokinių FA visos dienos metu (kelyje į mokyklą ir iš jos, fizinio ugdymo pamokų metu, per pertraukas, būreliuose, lauke, laisvalaikiu).

Šioje mokykloje trumpinamas pasyvaus sėdėjimo laikas.

Keliamas fizinio ugdymo pamokų prestižas diegiant vaikams patrauklų, įtraukiantį, suteikiantį žinių, didinantį fizinį pajėgumą ir keliantį teigiamas emocijas fizinio ugdymo pamokų turinį.

Skatinamas FA po pamokų ir atostogų metu.

Kuriama fizinė aplinka, skatinanti FA ir formuojanti fizinės veiklos visiems kultūrą.

FA stengiamasi pajungti visą mokyklos bendruomenę ir įtraukti partnerius.

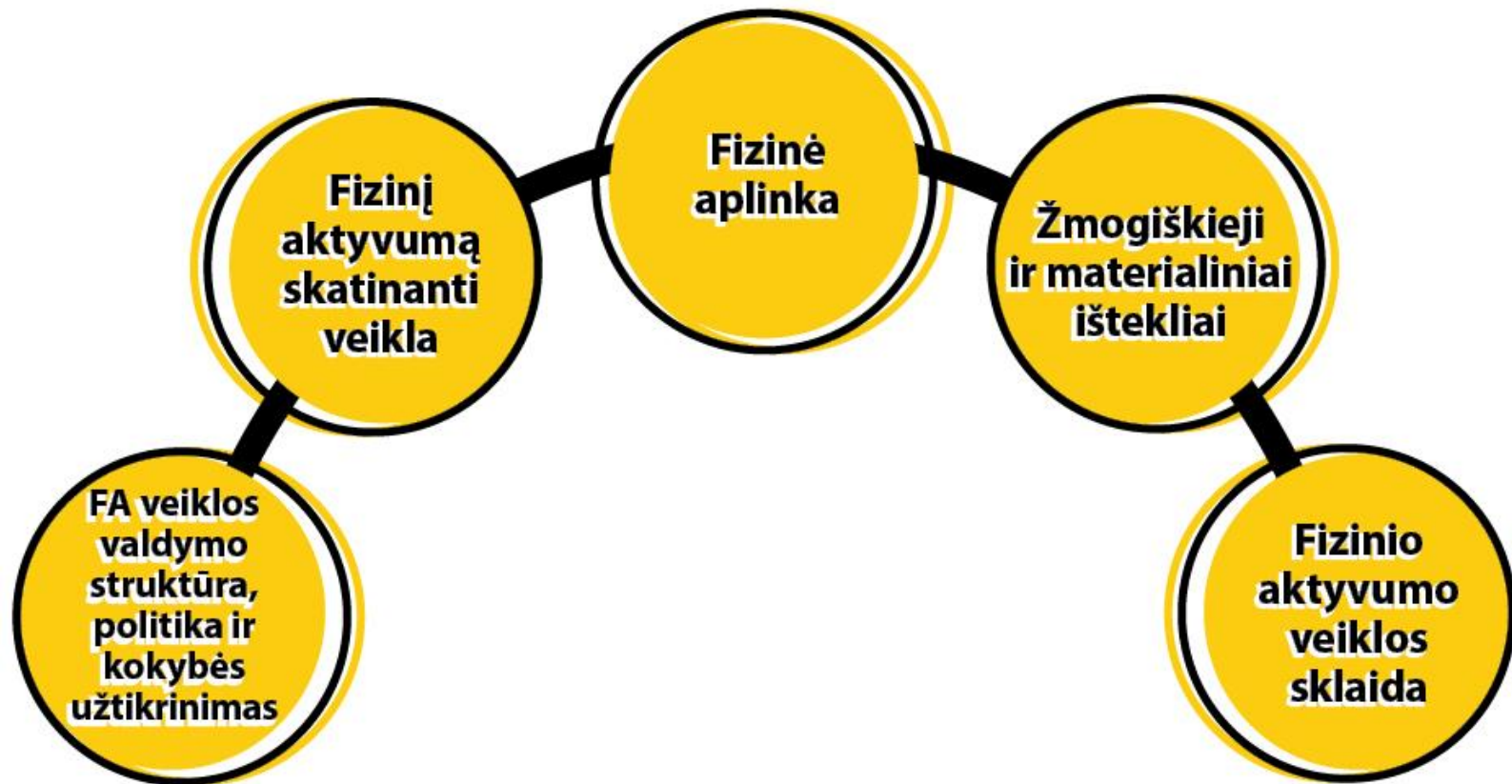
FA skatinanti aplinka AM



Aktyvi mokykla veikia 5 veiklos srityse



**AKTYVI
MOKYKLA**



Fizinio aktyvumo skatinimo mokykloje planas ir jo derinimas



FA skatinimo mokykloje planas - Aktyvios mokyklos pagrindas.

FA planas turi būti derinamas su mokyklos kitais dokumentais (strateginiu planu, mokytojų planais).

Į FA planą turi įeiti mokinių formalus ir neformalus fizinis ugdymas.

FA planas turi būti pritaikytas mokyklos bendruomenei ir derėti su jos poreikiais, nes skatinamas visos mokyklos bendruomenės (vaikų, tėvų, mokytojų, kitų darbuotojų) dalyvavimas fizinėje veikloje.

Derinamas su kitais mokykloje vykdomais projektais ir programomis.

Ieškoma partnerių ir rėmėjų, sudaromos bendradarbiavimo sutartys.

Mokykloms į pagalbą

SSM ir AM metodinės rekomendacijos

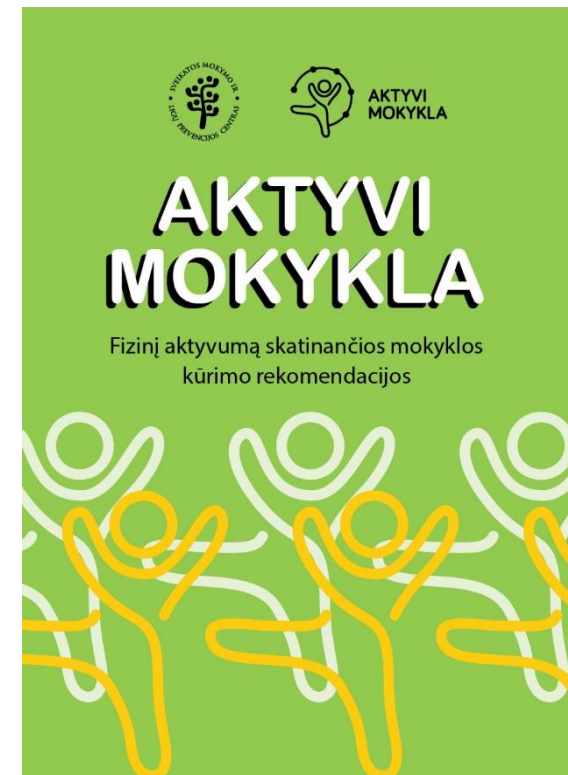
2017 m.



2019 m.



2021 m.



Kviečiame visus kartu kurti sveikesnę, geresnę ir darnesnę mokyklą ateities kartoms



Kviečiame jungtis

**į nacionalinį
sveikatą stiprinančių mokyklų tinklą
ir tapti aktyvia mokykla!**

**Kartu lengviau rinktis sveikesnį gyvenimą,
pajusti judėjimo džiaugsmą, dalytis gerąja patirtimi.**

Daugiau informacijos:
Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras
Tel. 8 5 247 7347 | el. p. smlpc@smlpc.lt | www.smlpc.lt