PATVIRTINTA

Rokiškio rajono savivaldybės

 Visuomenės sveikatos biuro

 Direktorės Agnės Šapokaitės

 2020-01-02

ROKIŠKIO R. OBELIŲ LOŠELIO - DARŽELIO VISUOMENĖS SVEIKATOS SPECIALISTĖS NERINGOS PAJADIENĖS

VEIKLOS PLANAS 2020 M.

Tikslai:

1. Saugoti ir stiprinti ugdytinių sveikatą.

 2. Skatinti fizinį aktyvumą.

 Uždaviniai:

1. Užtikrinti sveikatos priežiūros kokybę, kuriant sveiką aplinką gimnazijoje, stiprinant ugdytinių sveikatą;

2. Formuoti teisingą ugdytinių požiūrį į savo sveikatą, sveikos gyvensenos ir asmens higienos svarbą;

3. Tvarkyti dokumentaciją, susijusią su sveikatos priežiūra.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Eil. Nr.  | Priemonės pavadinimas | Įvykdymo laikas | Pastabos |
| 1.  | **Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai.**1. Konkursas ,, Sveikata didžiąja dalimi priklauso nuo mūsų“; 2. Pamoka ,,Grūdinimasis ir dienos režimas“3. Pamoka ,,Saugiai praleiskime vasaros atostogos“. | Vasario mėn.Kovo mėn.Gegužės mėn. |  |
| 2.  | **Sveika mityba ir nutukimo prevencija.**1..Pamokelė ,,Valgykim vaisius, daržoves“ ; 2.Akcija ,, Sveikas maistas“;3. Užsiėmimas ,,Gaminame sveikus desertus“. | Lapkričio mėn. |  |
| 3.  | **Fizinis aktyvumas.** 1. Informacinė medžiaga ,, Fizinio aktyvumo piramidė“  2. Europos judumo savaitė;3. Linksmosios estafėtės;4. Pamoka ,,Fizinio aktyvumo svarba sveikatai“. | Rugsėjo mėn.Spalio mėn.Rugsėjo mėn.Per mokslo metus Per mokslo metus |  |
| 4. | **Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.).**1. Užsiėmimai, skirti bendravimo ir bendradarbiavimo įgūdžiams tobulinti.2. Klasės valandėlės ,,Moku bendrauti be patyčių“3. Akcija ,,Mes esame draugiški“.4. Užsiėmimas ,,Žaidžiu jausmus“. | Sausio – gruodžio mėn.Sausio – gruodžio mėn.Kovo mėn.Gegužės mėn. |  |
| 5.  | **Aplinkos sveikata.**1.Akcija ,,Pasaulinė Diena be automobilio“. 2.Pasaulinei vandens dienai paminėti Viktorina ,, Ką aš žinau apie vandenį?“.3. Akcija ,,Diena be triukšmo“.4. Akcija ,,Darom“ | Rugsėjo mėn.Kovo mėn.Balandžio mėn.Balandžio mėn. |  |
| 6.  | **Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija.**1. Paskaita ,,Ar žinai tiesą apie rūkymo žalą sveikatai?“2. Užsiėmimas ,,Psichoaktyvios medžiagos, žala sveikatai“ | Vasario mėn.Gruodžio mėn. |  |
| 7. | **Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija.**1. Užsiėmimas ,,Ar aš pažįstu savo kūną?“2. Užsiėmimas ,,Mano šeima“ | Vasario mėn.Gegužės mėn. |  |
| 8. | **Tuberkuliozės profilaktika.**1. Stendas ,, Ką žinai apie tuberkuliozę“; 2. Lankstinukai ,, Tuberkuliozė“.  | Rugsėjo mėn. |  |
| 9.  | **Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena.**1. Akcija ,,Asmens higienos patikra“.2. Stendas ,, Gripas ar peršalimas“.3. Pamokėlė – diskusija ,,Augu švarus ir tvarkingas5. Stendas ,, Švarios rankos“.6. Praktiniai užsiėmimai ,,Rankų higiena“. | Rugsėjo, lapkričio, sausio, balandžio mėn.Gruodžio mėn.Sausio mėn.Rugsėjo mėn.Sausio mėn. | Esant poreikiui |
| 10. | **Ėduonies profilaktika ir burnos higiena.**1. Stendas ,, Sveiki dantukai‘‘.2.Pamokėlė ,,Mano dantukai sveiki ir gražus“. Dantukų valymas. 3. Lankstinukai ,,Ėduonies profilaktika“ tėvams | Lapkričio mėn. |  |
| 11. | **Kraujotakos sistemos ligų profilaktika.**1. Stendas ,,Pasaulinė Širdies diena“; 2. Akcija ,, Susipažink su širdelės darbu“. | Rugsėjo mėn. |  |
| 12.  | **Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija.**1. Paskaita ,,Pavojai gamtoje“.2. Paskaita ,,Skendimų prevencija“.3. Paskaita ,,Saugus elgesys kelyje“. | Gegužės mėn.Birželio mėn.Spalio mėn. | Esant poreikiui |
| 13. | **Onkologinių ligų profilaktika**1. Stendas ,,Onkologinių ligų prevencija“ | Vasario mėn. |  |
| 14.  | Individualios konsultavimo paslaugos lopšelio - darželio bendruomenei. | Pagal poreikį |  |
| 15. | Dalyvavimas lopšelio – darželio tarybos, administracijos, tėvų, susirinkimuose ir pateikti informaciją apie problemas susijusias su vaikų sveikatos išsaugojimu (sergamumo analizė, traumų analizė, mokinių sveikatos rodiklių analizė) | Pagal poreikį |  |
| 16. | Dalyvavimas organizuojant vaikų maitinimo priežiūrą, skatinant sveiką mitybą bei sveikos mitybos įgūdžių formavimą. | Pagal poreikį | Prižiūrėti, kad mokinių maitinimas būtų organizuojamas pagal maitinimo organizavimo tvarkos aprašą (LR Sveikatos apsaugos ministro 2018 m. balandžio 10 d. įsakymas Nr. V394), pildyti mokinių maitinimo atitikties žurnalą 2 k. per mėn. |
| 17. | Lopšelio - darželio sveikatinimo projektų (programų) rengimo inicijavimas ir dalyvavimas juos įgyvendinant. | Per metus | Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos rėmimo specialioji programa,Sveikatiada,Sveikatą stiprinanti mokykla. |
| 18. | Pasiūlymų lopšelio - darželio vadovui dėl reikalingų priemonių, užtikrinančių traumų ir nelaimingų atsitikimų prevenciją mokykloje, teikimas. | Pagal poreikį |  |
| 19. | Pagalba auklėtojams, dėl vaikų sveikatos apribojimų, bei galimybės dalyvauti sporto užsiėmimuose ir varžybose teikimas. |   |  |
| 20. | Dalyvavimas lopšelio - darželio vaiko gerovės komisijos posėdžiuose, sprendžiančiose mokinių psichologines, adaptacijos ir socialines problemas | Pagal poreikį |  |
| 21. | Užkrečiamųjų ligų epidemiologinės priežiūros priemonių įgyvendinimas įstaigoje. | Pagal poreikį |  |
| 22.  | Pirmosios medicinos pagalbos teikimas ir vaistinėlių komplektavimas. | Pagal poreikį |  |
| 23. | Informacijos pateikimas Rokiškio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui  | Pagal poreikį |  |
| 24. | Mokinių profilaktinių patikrinimų stebėjimas VSSIS, analizė, sveikatingumo priemonių nustatymas. Išvadų ir rekomendacijų pateikimas ugdymo įstaigos bendruomenei |  |  |

Parengė visuomenės sveikatos specialistė Neringa Pajadienė