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 tvarkingas  5. 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