

PATVIRTINTA
Kretingos rajono savivaldybės
visuomenės sveikatos biuro
direktoriaus
2025 m. rugpjūčio 7 d.
įsakymu Nr. V-49

**KRETINGOS R. VYDMANTŲ GIMNAZIJOS
VISUOMENĖS SVEIKATOS PRIEŽIŪROS 2026-2027 METŲ VEIKLOS PLANAS**

Parengė:
Kretingos rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuro
visuomenės sveikatos specialistė,
vykdanti sveikatos priežiūrą mokykloje

Vilija Fedenko

2026-01-12
Kretinga

Mokyklos apibūdinimas, situacijos analizė:

Mokyklos mokinių sveikatos būklė yra stabili, nors pastebimas tam tikras sergamumas peršalimo ligomis bei kai kuriomis lėtinėmis ligomis, tokiomis kaip cukrinis diabetas. Mokykloje veikia medicinos kabinetas, kuris užtikrina pirmąją pagalbą bei bendradarbiauja su mokinių tėvais. Fizinis aktyvumas yra skatinamas per kūno kultūros pamokas, sporto būrelius. Psichinė sveikata yra rūpinamasi per socialinio pedagogo ir psichologo paslaugas. Mokykloje vykdomos prevencinės programos, skatinamos sveikos bendravimo praktikos ir streso valdymo įgūdžiai. Siekiant sveikos gyvensenos, organizuojamos sveikatos pamokos, akcijos, sveiko maisto ir higienos ugdymo iniciatyvos. Nepaisant teigiamų iniciatyvų, išlieka tam tikros rizikos: pasitaiko patyčių atvejų, kai kurie mokiniai mažai fizinio aktyvumo turi ne tik pamokų metu, bet ir laisvalaikio. Todėl svarbu tęsti prevencines programas, stiprinti psichologinę pagalbą bei skatinti mokinių įsitraukimą į sveiką ir aktyvų gyvenimo būdą.

Gimnazijoje 2025-2026 m. m. mokėsi 283 mokiniai. Iš jų pristačiusių užpildytą formą **Nr. E027-1 formos I dalis "Fizinės būklės įvertinimas"** absoliutus skaičius 269 arba 95,05%

Sveikų mokinių skaičius 251 arba 93,31% . Vaikų sveikatos būklė, lyginant su 2024-2025 m. m. nepakitusi (244 arba 94,94%). Pokytis nebuvo statistiškai reikšmingas lyginant su 2024-2025 m. m. ir sudarė -1,92. Vyrauja endokrininės, nervų sistemos ligos, regos sutrikimai.

Mokinių su normaliu KMI rodikliu skaičius 168 arba 62,45%, pokytis lyginant su 2024-2025 m. m. -2,38 ir laikomas statistiškai nereikšmingu. Mokinių su sumažėjusia kūno mase skaičius 25 arba 9,29%, pokytis -23,54. Mokinių su padidėjusia kūno mase arba antsvoriu skaičius 55 arba 20,45%, nutukimo skaičius 21 arba 7,81%, pokytis atitinkamai +44,32 ir -19,65.

Pagrindinėje fizinio lavinimo grupėje dalyvaujančių mokinių skaičius 262 arba 97,40%, parengiamojoje grupėje 2 arba 0,74%, specialioje grupėje 3 arba 1,12%. Pokyčiai statistiškai nereikšmingi, tiesiogiai priklausantys nuo kintančio mokinių skaičiaus.

Rodiklis		2024-2025 (absoliutus sk./% išraiška)	2025-2026 (absoliutus sk./% išraiška)	Pokytis
1.	Mokinių skaičius	274	285	+3,28
2.	Sveikų mokinių skaičius	244/94,94	251/93,31	-1,92
3.	Mokinių, turinčių per mažą kūno svorį	32/12,45	25/9,26	-23,54
4.	Mokinių, turinčių antsvorį	39/15,18	55/20,45	+44,32
5.	Mokinių, turinčių nutukimą	24/9,34	21/7,81	-19,65
6.	Mokiniai priskiriami pagrindinei fizinio lavinimo grupei	253/97,40	262/97,40	-1,00
7.	Mokiniai priskiriami parengiamajai fizinio lavinimo grupei	2/0,74	2/0,74	NA
8.	Mokiniai priskiriami specialiai fizinio lavinimo grupei	3/1,12	4/1,46	NA
9.	Mokiniai atleisti nuo fizinio ugdymo	2/0,74	2/0,73	NA
10.	Mokiniai, kuriems įvertinta dantų ir žandikaulių būklė	205/74,82	224/79,15	+8,98
11.	Mokiniai, turintys regos sutrikimų	193		
12.	Mokiniai, turintys klausos sutrikimų	-		
13.	Mokiniai, turintys laikysenos sutrikimų/ skoliozė	-		
14.	Mokiniai, turintys kraujotakos sistemos sutrikimų	13		
15.	Mokiniai, turintys kvėpavimo sistemos sutrikimų	-		
16.	Mokiniai, turintys nervų sistemos sutrikimų			
17.	Mokiniai, turintys endokrininės sistemos sutrikimų	62		
18.	Mokiniai, turintys virškinimo sistemų sutrikimų			

Remiantis mokinių gyvensenos tyrimais, stebimi šie vaikų gyvensenos pakitimai:

1. Mažėja judėjimo, daugėja pasyvaus laiko prie ekranų.
2. Išlieka nesubalansuota mityba.

3. Daugėja emocinės sveikatos problemų.
4. Žalingų įpročių pobūdis kinta (klasikinį rūkymą keičia elektroninės cigaretės).

Vydmantų gimnazijos mokyklos apibūdinimas, situacijos analizė:

1. Mokinių skaičius

	2024–2025 m.	2025–2026 m.
Mokinių skaičius Mokykloje/ Darželyje	274	285
Mokinių skaičius Skyriuje		

Per paskutinius 2 metus mokinių skaičius gimnazijoje kito nereikšmingai.

2. Mokinių profilaktiniai sveikatos patikrinimai

	2024–2025 m.	2025–2026 m.
Pasitikrinsiu sveikatą mokinių sk. Mokykloje/ Darželyje	257	269
Pasitikrinsiu sveikatą mokinių sk. Skyriuje		

3. Mokinių sveikatos rodikliai (vaikų profilaktinių patikrinimų duomenys, f. Nr. E027-1)

Mokyklos mokinių rodikliai	2024–2025 m.	2025–2026m.
Mokinių, galinčių dalyvauti ugdymo veikloje be jokių apribojimų, skaičius	244	251
Mokinių, turinčių per mažą svorį, skaičius	32	25
Mokinių, turinčių antsvorį arba nutukimą, skaičius	63	76

Mokinių, kuriems reikalingas pritaikytas maitinimas, skaičius	1	1
Mokinių, kuriems nurodytos gydytojo rekomendacijos, skaičius	23	34

4. Mokinių fizinio ugdymo grupės (vaikų profilaktinių patikrinimų duomenys, f. Nr. E027-1)

Mokyklos mokinių rodikliai	2024–2025 m.	2025-2026 m.
Pagrindinė kūno kultūros grupė	253	262
Parengiamoji kūno kultūros grupė	4	5
Atleisti nuo kūno kultūros pamokų	3	2

SSGG analizė

Mokinių gyvenimo vyraujantys pakitimai

Lentelėje pateikiami pagrindiniai mokinių gyvenimo pakitimai, remiantis gyvenimo tyrimais, tokiais kaip Lietuvos mokinių gyvenimo tyrimas ir HBSC (Health Behavior in School-aged Children).

Sritis	Vyraujantys pakitimai	Pasekmės
Fizinis aktyvumas	Tik 20–25 % mokinių kasdien juda bent 60 min.; daugiau laiko leidžiama sėdint	Didėja nutukimo rizika, blogėja fizinė būklė, mažėja darbingumas
Mitybos įpročiai	Nepakankamas vaisių ir daržovių vartojimas; dažni saldūs gėrimai ir greitas maistas; praleidžiami pusryčiai	Maistinių medžiagų trūkumas, energijos svyravimai, antsvorio rizika
Psichikos sveikata	Stresas, nerimas, nuotaikų svyravimai; miego stoka	Blogesni mokymosi rezultatai, motyvacijos stoka, emocinės problemos

Ekranų laikas	Daug mokinių prie ekranų praleidžia >4–5 val. per dieną	Miego sutrikimai, mažesnis fizinis aktyvumas, dėmesio koncentracijos problemos
Žalingi įpročiai	Mažėja tradicinio rūkymo ir alkoholio vartojimas, bet daugėja elektroninių cigarečių naudojimo	Ankstyva priklausomybių rizika, sveikatos pažeidimai, socialinės problemos

Stiprybės:

Didelis dėmesys yra skiriamas mokinių sveikatos stiprinimo programoms. Gimnazija dalyvauja ES programoje „Vaisių vartojimo skatinimas švietimo įstaigose“ ir „Pienas vaikams“. Gimnazijos sveikatos priežiūros specialistė didelį dėmesį skiria pandemijos laikotarpiu mokinių asmens higienai, apsisaugojimo priemonėms.

Silpnybės:

1. Nepakankama mitybos kultūra (kai kurie mokiniai renkasi greitą maistą ar saldumynus).
2. Mokinių motyvacijos trūkumas nuosekliai rūpintis sveikata.

Galimybės:

1. Galimybė panaudoti technologijas teigiamai (programėlės aktyvumui sekti, edukaciniai žaidimai).

Grėsmės:

1. Plintanti mokinių priklausomybė nuo kompiuterinių žaidimų, mobiliųjų telefonų, bendravimo virtualioje erdvėje.

Tolimasis tikslas – Skatinti sveiką gyvenseną.

Artimieji tikslai:

1. Gerinti mokinių mitybos įpročius
2. Padidinti mokinių fizinį aktyvumą

Uždaviniai:

1. Didinti vaisių, daržovių ir sveikų užkandžių, mažinti saldumynų, greito maisto ir saldžių gėrimų vartojimą
2. Skatinti mokinius judėti bent 60 min. per dieną.

Sveikatos priežiūros uždavinys	Priemonės pavadinimas	Vykdytojas	Vykdytojai	Priemonės įgyvendinimo kriterijus	Vertinimo kriterijaus reikšmė
1.	2.	3.	4.	5.	6.
1. Vykdyti mokinių sveikatos būklės stebėseną.	1.1. Sudarytas mokinių sąrašas, kurie yra profilaktiškai nepasitikrinę sveikatos ir kuriems yra taikomos ASPĮ specialistų rekomendacijos bei parengtos išvados ir siūlymai dėl mokinių sveikatos būklės (ne vėliau nei iki einamųjų metų lapkričio 1d., o vėliau pagal poreikį). (17.1, 17.2, 17.3 <i>funkcijos</i>).	Iki 09-30d.	VSPS	1.1.1. Remiantis VSS IS duomenimis sudarytas ir pateiktas Mokyklos vadovui mokinių sąrašas, kurie pradėję lankyti Mokyklą nėra profilaktiškai pasitikrinę sveikatos.	Absolūtus skaičius
		1k/metus	VSPS	1.1.2. Koordinuoti profilaktinį mokinių sveikatos patikrinimą pagal pateiktą sąrašą.	100 % mokinių patikrinti pagal pateiktą sąrašą.
		Iki 11-01	VSPS	1.1.3. Mokinių sąrašų sudarymas pagal gydytojų rekomendacijas dėl fizinio ugdymo grupių ir pateikimas mokytojams.	Absolūtus skaičius
		1k/metus	VSPS	1.1.4. Informacinio pranešimo parengimas ir pristatymas Mokyklos bendruomenei.	1 informacinis pranešimas
		Iki 11-01	VSPS	1.1.5. Remiantis VSS IS duomenimis parengtas mokinių sąrašas, kuriems yra taikomas ASPĮ specialistų rekomendacijos.	100 % mokinių patikrinti pagal pateiktą sąrašą.
		1k/metus	VSPS	1.1.6. Remiantis sudarytais sąrašais parengtos išvados ir siūlymai dėl mokinių sveikatos. Išvados ir siūlymai pateikiami ir aptariami su Mokyklos vadovu.	1 aptarimas/ siūlymas
		nuolat	VSPS	1.1.6. Koordinuoti ASPĮ rekomendacijų bei VS specialisto siūlymų dėl mokinių sveikatos būklės įgyvendinimą Mokykloje.	Įgyvendintos ASPĮ ir VS specialisto rekomendacijos (100 %)
	1.2. Mokinių maitinimo organizavimas ir priežiūra pagal Maitinimo organizavimo ikimokyklinio ugdymo, bendrojo ugdymo mokyklose ir vaikų socialinės globos įstaigose tvarkos apraše nustatytus reikalavimus. (17.15 ir 17.16 <i>funkcijos</i>).	Ne rečiau kaip 2 kartus per mėnesį	VSPS	1.2.1. Mokinių maitinimo organizavimo priežiūra.	Mokinių maitinimas užtikrintas pagal higienos normas ir sveikos mitybos rekomendacijas (100 %)
2. Ugdyti mokinių sveikos gyvensenos įgūdžius. (17.8, 17.9, 17.10 <i>funkcijos</i>).	2.1. Rūkymo, alkoholio ir narkotikų vartojimo prevencija.*	Sausio mėn.	VSPS	2.1.1. Užsiėmimas	4
		Gegužės mėn.	VSPS	2.1.2. Renginys	1
				2.1.3. Dalyvių skaičius	100
		Gegužės mėn.	VSPS	2.1.4. Stendas	1
		Gegužės mėn.	VSPS	2.1.5. Lankstinukas	1
	2.2. Sveikatos sauga ir stiprinimas, bendrieji sveikos	Balandžio mėn.	VSPS	2.2.1. Užsiėmimas	6

(pasirinkti sritis pagal konkrečių ugdymo įstaigą)	gyvensenos ir ligų prevencijos klausimai. **			2.2.2. Renginys	0
				2.2.3. Dalyvių skaičius	120
		Kovo mėn.	VSPS	2.2.4. Stendas	1
		Kovo mėn.	VSPS	2.2.5. Lankstinukas	1
		Vasario mėn.	VSPS	2.3.1. Užsiėmimas	7
	2.3. Sveika mityba ir nutukimo prevencija. **			2.3.2. Renginys	0
				2.3.3. Dalyvių skaičius	140
		Vasario mėn.	VSPS	2.3.4. Stendas	1
		Vasario mėn.	VSPS	2.3.5. Lankstinukas	2
		Rugsėjo mėn.	VSPS	2.4.1. Užsiėmimas	6
	2.4. Fizinis aktyvumas. **	Rugsėjo mėn.	VSPS	2.4.2. Renginys	1
				2.4.3. Dalyvių skaičius	120
				2.4.4. Stendas	0
				2.4.5. Lankstinukas	0
	2.5. Psichikos sveikata (smurto, savižudybių prevencija, streso kontrolė ir kt.). **	Sausio mėn.	VSPS	2.5.1. Užsiėmimas	2
				2.5.2. Renginys	0
				2.5.3. Dalyvių skaičius	40
				2.5.4. Stendas	0
		Sausio mėn.	VSPS	2.5.5. Lankstinukas	1
	2.6. Aplinkos sveikata. **	Spalio mėn.	VSPS	2.6.1. Užsiėmimas	1
				2.6.2. Renginys	0
				2.6.3. Dalyvių skaičius	25
				2.6.4. Stendas	0
				2.6.5. Lankstinukas	0
	2.7. Lytiškumo ugdymas, AIDS ir lytiškai plintančių ligų prevencija **	Lapkričio mėn.	VSPS	2.7.1. Užsiėmimas	4
				2.7.2. Renginys	0
				2.7.3. Dalyvių skaičius	80
				2.7.4. Stendas	0
				2.7.5. Lankstinukas	0
	2.8. Tuberkuliozės profilaktika. **	Gruodžio mėn.	VSPS	2.8.1. Užsiėmimas	1
				2.8.2. Renginys	0
				2.8.3. Dalyvių skaičius	25
		Gruodžio mėn.	VSPS	2.8.4. Stendas	1
		Gruodžio mėn.	VSPS	2.8.5. Lankstinukas	1
	2.9. Užkrečiamųjų ligų profilaktika, asmens higiena. **	Lapkričio mėn.	VSPS	2.9.1. Užsiėmimas	4
				2.9.2. Renginys	0
				2.9.3. Dalyvių skaičius	90
				2.9.4. Stendas	0
		Lapkričio mėn.	VSPS	2.9.5. Lankstinukas	3

	2.10. Ėduonies profilaktika ir burnos higiena.**	Rugsėjo mėn.	VSPS	2.10.1. Užsiėmimas	4
				2.10.2. Renginys	0
				2.10.3. Dalyvių skaičius	90
				2.10.4. Stendas	0
				2.10.5. Lankstinukas	0
	2.11. Kraujotakos sistemos ligų profilaktika.**			2.11.1. Užsiėmimas	0
				2.11.2. Renginys	0
				2.11.3. Dalyvių skaičius	0
		Rugsėjo mėn.	VSPS	2.11.4. Stendas	1
				2.11.5. Lankstinukas	1
	2.12. Traumų ir nelaimingų atsitikimų prevencija.**	Gruodžio mėn.	VSPS	2.12.1. Užsiėmimas	4
		Gruodžio mėn.	VSPS	2.12.2. Renginys	1
				2.12.3. Dalyvių skaičius	150
				2.12.4. Stendas	0
				2.12.5. Lankstinukas	0
	2.13. Onkologinių ligų profilaktika.**	Kovo mėn.	VSPS	2.13.1. Užsiėmimas	1
				2.13.2. Renginys	0
				2.13.3. Dalyvių skaičius	25
				2.13.4. Stendas	0
				2.13.5. Lankstinukas	0
3. Vykdyti visuomenės sveikatos rizikos veiksnių stebėseną ir prevenciją Mokykloje.	3.1. Mokyklos aplinkoje esančių visuomenės sveikatos rizikos veiksnių identifikavimas (17.6 funkcija).	Ne rečiau kaip 1 kartą per metus	VSPS	3.1.1. Atlikti sveikatos rizikos veiksnių Mokyklos aplinkoje nustatymą ir vertinimą.	Rugpjūčio mėnuo
		Vieną kartą per metus	VSPS	3.1.2. Apibendrinti gautus rezultatus, parengti siūlymus Mokyklos vadovui ir juos pristatyti pagal poreikį.	Vasario mėnuo
	3.2. Su bent vienu mokinio, pradėjusio lankyti Mokyklą ir ugdomo pagal ikimokyklinio, priešmokyklinio ir pradinio ugdymo programas, tėvu (globėju, rūpintoju) aptariamas mokinio sveikatos stiprinimo ir saugos poreikis, o kitų mokinių – pagal poreikį. (17.4 funkcija).	Pagal poreikį	VSPS	3.2.1. Parengtas mokinių sąrašas, su kurių tėvais (globėjais, rūpintojais, tėviai) būtų tikslingiausia aptarti mokinio sveikatos stiprinimo ir saugos poreikį.	Absoliutus skaičius
		1k/metus	VSPS	3.2.2. Individualių susitikimų su mokinių tėvais (globėjais, rūpintojais), kurių metu aptartas mokinio sveikatos stiprinimo ir saugos poreikis, skaičius.	Absoliutus skaičius
		Pagal poreikį	VSPS	3.2.3. Kitų taikytų informavimo priemonių (pvz. lankstinukų, pranešimų per el. dienynus ar kt.) skaičius (išvardinti).	Absoliutus skaičius
	3.3. Identifikuojamas mokinių sveikatos stiprinimo ir sveikatos žinių poreikis, sveikatos raštingumo lygis atsižvelgiant į jų amžiaus	Pagal poreikį	VSPS	3.3.1. Dalyvauti Mokyklos vaiko gerovės komisijos veikloje.	Absoliutus skaičius
		1k/metus	VSPS	3.3.2. Kiti tyrimai, apklausos ar kt.	Absoliutus skaičius

	tarpsnius. (17.5 ir 17.17 funkcijos).				
	3.4. Teikiami siūlymai dėl mokinių sveikatos stiprinimo ir Mokyklos aplinkos sveikatinimo priemonių įtraukimo į Mokyklos strateginius veiklos planus Mokyklos administracijai (ne rečiau kaip vieną kartą per metus). (17.7 funkcija).	Ne rečiau kaip 1 kartą per metus	VSPS	3.4.1. Siūlymų parengimas Mokyklos vadovui, remiantis identifikuotu mokinių sveikatos stiprinimo ir sveikatos žinių poreikiu bei mokyklos aplinkos vertinimo išvadomis.	Rugsėjo mėnuo
	3.5. Pirmosios pagalbos teikimas ir (ar) koordinavimas Mokykloje. (17.11 funkcija).	1k/metus	VSPS	3.5.1. Įvertinti ar Mokykloje esantys pirmos pagalbos rinkiniai atitinka teisės aktų reikalavimus.	Rugpjūčio mėnuo
		nuolat	VSPS	3.5.2. Pirmosios pagalbos organizavimas ir teikimas pagal kompetenciją Mokyklos bendruomenei. Apsilankymai (traumos, negalavimai, konsultacijos) registruojami VSS IS programoje.	Absoliutus skaičius
	3.6. Planuojamos, taikomos ir įgyvendinamos užkrečiamųjų ligų židinio ar protrūkio kontrolės priemonės Mokykloje. (17.12, 17.13, 17.14 funkcijos).	Pagal poreikį	VSPS	3.6.1. Mokinių asmens higienos patikrinimai.	Absoliutus skaičius
		Pagal poreikį	VSPS	3.6.2. Teikti siūlymus Mokyklos vadovui dėl aplinkos taršos kontrolės.	
		Pagal poreikį	VSPS	3.6.3. Vykdyti NVSC gautus nurodymus (pagal poreikį, esant užkrečiamų ligų susirgimams).	Absoliutus skaičius
		Pagal poreikį	VSPS	3.6.4. Konsultuoti Mokyklos vadovą ir kitus darbuotojus (informacijos pateikimas apie teisės aktų pasikeitimus, siūlomas rekomendacijas ir / arba būtinąsias sąlygas ir kt.).	Absoliutus skaičius
		1k/mėn..	VSPS	3.6.5. Mokyklos bendruomenės informavimas (stendai, lankstinukai, informacinei pranešimas ar kt.).	Absoliutus skaičius
4. Organizuoti mokiniams, sergantiems lėtinėmis neinfekcinėmis ligomis, mokinio savirūpai reikalingą pagalbą mokymosi proceso metu.	4.1.Mokinio savirūpos organizavimas atsižvelgiant į mokinio poreikius pagal gydytojų rekomendacijas. (17.12 ¹ funkcija).	1k/metus	VSPS	4.1.1.Mokyklos pasirengimo teikti savirūpą mokiniams, vadovaujantis Mokyklos tvarkos aprašu, įvertinimas.	Spalio mėnuo
		1k/metus	VSPS	4.1.2. Informacijos apie mokinius, kuriems galimai reikalinga savirūpa surinkimas ir sąrašo sudarymas remiantis VSS IS duomenis ir tėvų (globėjų, rūpintojų, įtėvių) išreikštu noru.	Spalio mėnuo
		Pagal poreikį	VSPS	4.1.3. Mokinio savirūpos plano sudarymas ir suderinimas su Mokyklos vadovu bei mokinio tėvais (globėjais, įtėviais, rūpintojais).	Absoliutus skaičius
		Pagal poreikį	VSPS	4.1.4. Mokinio savirūpos plano pristatymas, atsakingiems už plano vykdymą asmenims Mokykloje (su tėvų, globėjų, įtėvių sutikimu).	Absoliutus skaičius

SUDERINTA

Visuomenės sveikatos specialistė, vykdanči
sveikatos priežiūrą mokykloje



(parašas)

Vilija Fedenko

(vardas, pavardė)

Kretingos rajono savivaldybės visuomenės
sveikatos biuro visuomenės sveikatos specialistė,
atsakinga už vaikų ir jaunimo sveikatą

(parašas)

(vardas, pavardė)

(ugdymo įstaigos pavadinimas)

(parašas)

(vardas, pavardė)