

VILNIAUS BALTUPIŲ PROGIMNAZIJA

2024 M. VEIKLOS PLANAS SAVIJAUTAI GERINTI 2024-01-30

Plano tikslas – kurti sveiką, psichologiškai ir fiziškai saugią progimnazijos aplinką.

Uždaviniai	Veikla	Vykdyto laikas ir vieta	Atsakingi	Dalyvauja	Laukiami rezultatai
1. Organizuoti preventinius renginius, projektus, siekiančius didinti mokinių sąmoningumą apie psichologinę gerovę, sveikatą, patyčias, žmonių įvairovę.	<p>1.1. Patyčių ir smurto prevencija:</p> <p>1.1.1. Tėvų švietimas. Interneto puslapio sklaida.</p> <p>1.1.2. Klasės valandėlės patyčių prevencijos, žmonių įvairovės temomis.</p> <p>1.1.3. Elektroninių patyčių prevencija:</p> <ul style="list-style-type: none"> pavojai elektroninėje erdvėje (klasės valandėlės, lankstinukai); Priminimas apie elektroninę platformą „Patyčių dėžutė“. <p>1.1.4. Saugaus interneto diena (vasario 6d.).</p> <p>1.1.5. Kovo 21 d. pasaulinės Dauno sindromo dienos minėjimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> mokinius kviečiame prisidėti prie dienos minėjimo atvykstant į progimnaziją su skirtingomis kojineis; edukacija „Pirmas blynas“ kavinėje. 	Sausio – gruodžio mėn.	Specialistai	1-8 klasių mokiniai, mokytojos, mokyklos bendruomenė	<p>Mokyklos renginiuose dalyvauja 95 proc. mokinių, 80 proc. mokytojų, 40 proc. tėvų.</p> <p>Ugdomos socialinės ir bendrosios mokinių kompetencijos. Pagerėjęs mokyklos mikroklimatas, kuriama saugi aplinka mokykloje. 80 proc. mokinių patinka eiti į mokyklą.</p>
	<p>1.2. Pasaulinės autizmo dienos minėjimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> Filmo peržiūra ir aptarimas; Klasės valandėlės žmonių įvairovės temomis. 	Balandžio 2	Specialistai		
	<p>1.3. Tarptautinė vaikų gynimo diena:</p> <ul style="list-style-type: none"> Klasės valandėlė smurto prevencijos tema (smurto rūšys, lyčių stereotipų ir nuostatų ištakos bei pasekmės, savivertės sveikų ir pagarbių kūrimas, ribų brėžimas) 	Birželio 1	Klasių vadovai, soc. pedagogės		

	<ul style="list-style-type: none"> • Informaciniai stendai: prevenciniai žingsniai kaip užtikrinti savo saugumą, brėžti ribas kasdieninėse situacijose; žingsniai kaip reaguoti susidūrus su smurtu. 				
	<p>1.4. Savižudybių prevencijos dienos minėjimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klasės valandėlė: emocijų atpažinimas, adaptyvūs sunkių emocijų priėmimo, raiškos būdai bei reagavimo ir pagalbos būdai susidūrus su sunkumais, krizėmis; • Bendra mankšta mokyklos bendruomenei, skirta streso, nerimo ir kitų stiprių emocijų valdymui; • „Tu esi matomas (-a)“ žinučių serija iškabinama mokyklos erdvėse. Žinutės „įgarsins“ mokyklos sienas padrašinant mokinius ir keliant jų savivertę, bei skleidžiant žinią, jog mokykla ir jos bendruomenė gali būti stipri parama. Žinučių pavyzdžiai: „Tu esi vertingas (-a)“, „Tu esi kūrybiškas (-a)“, „Tu esi rūpestingas (-a)“ ir pan. 	<p>Oficiali dienos data – rugsėjo 10, minėjimas mokykloje rugsėjo 11</p>	<p>Specialistai, soc. pedagogės, fizinio ugdymo mokytojai</p> <p>Soc. pedagogės</p>		
	<p>1.5. Disleksijos pažinimo savaitė: klasės valandėlės, raudonos spalvos apranga.</p>	<p>Spalio 2-8 d.</p>	<p>Specialistai</p>		
	<p>1.6. Psichikos sveikatos minėjimas:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Klasės valandėlė: psichikos sveikatos recepto kūrimas; nuostatų apie pagalbą, palaikymą aptarimas, kuo ir kada svarbu apsilankyti pas psichologą, kuo specialistų pagalba 	<p>Spalio 10 d.</p>	<p>Psichologai, soc. pedagogės</p>		

	<p>skiriasi nuo draugų, šeimos narių.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stendas: žodynėlis – kaip etiškai kalbėti apie psichikos sveikatą? 				
	1.7. Tolerancijos dienos minėjimas: veikla organizuojama atsižvelgiant į simbolį.	Lapkričio 16 d.	Etikos mokytoja, soc. pedagogė		
	<p>1.8. Įgyvendinti LMS parengtą emocinės aplinkos mokyklos gerinimo veiklų programą „Laikas jausti“. Mokinių pasiūlymai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Šlepečių penktadienis • Keistų šukuosenų diena. • Alentino diena. • Diena be kuprinės • Pižamų penktadienis • Kieme – kiemo tinklinis, krepšinis, tenisas • Šaliko diena 	Sausio – gruodžio mėn.	Mokinių taryba		
2. Organizuoti tradicinius renginius ir projektus.	<p>2.1 Teminiai penktadieniai:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vilniui 701: Integruotos pamokos apie Vilnių; • Vilniaus Baltupių progimnazijai 45 Aprangos kodas – „Gimtadienis“ • „Pyragų mugė“ – aukosime pinigėlius sunkiau besiverčiančioms Vilniaus Baltupių progimnazijos šeimoms. • Užgavėnės • Karjeros penktadienis: <ul style="list-style-type: none"> ○ Klasės valandėlė: mokinių ateities vizijų, svajonių, stiprybių, savęs pažinimo tyrinėjimo tema. Valandėlėse 	<p>Sausio 25</p> <p>Vasario 13 d. „Karjeros penktadienis“ – balandžio mėn.</p>	Specialistai istorijos, lietuvių kalbos mokytojai, karjeros ugdymo specialistas, muzikos mokytoja		<p>Mokyklos renginius e dalyvauja 95 proc. mokinių, 80 proc. mokytojų, 30 proc. tėvų.</p> <p>Ugdomos socialinės ir bendrosios mokinių kompetencijos. Pagerėjęs mokyklos mikroklimatas, kuriama saugi aplinka</p>

	<p>svarbu mokytojams ir specialistams atkreipti dėmesį į stereotipinių karjeros pasirinkimų klausimus, aptarti su mokiniais svarbą sąmoningai pasverti savo būsimos karjeros galimybes nevaržomi lyčių stereotipų.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Susitikimai su skirtingų profesijų atstovais. Į šiuos susitikimus būti kviečiama mokyklos bendruomenė, mokyklos partnerių atstovai supažindinti mokinius su savo profesijomis, atsakyti į mokinių rūpimus su profesijomis susijusius klausimus. <ul style="list-style-type: none"> ● Spaudos atgavimo, kalbos ir knygos dienos minėjimas: <ul style="list-style-type: none"> ○ Atvykti į mokyklą devint mėgstamiausio knygos veikėjo atributika. ○ Lietuvių kalbos pamokose: <ul style="list-style-type: none"> – panagrinėti ir aptarti su mokiniais autoriaus (-ės) tekstą, kuris būtų aktualus mokyklos bendruomenės gerovei stiprinti (patyčių, tolerancijos, draugystės, žmonių įvairovės ir kt. temomis) – mokiniams pasiūlomas rekomenduotinių knygų sąrašas pagal aktualias temas (emocijų atpažinimas ir 	<p>Spaudos atgavimo, kalbos ir knygos dienos minėjimo penktadienis – gegužės 5 d.</p> <p>„Tarptautinė Taikos diena“ – rugsėjo 21, mokykloje minėsime rugsėjo 22 d.</p>	<p>Lituanistai</p> <p>Dailės ir technologijų mokytojai</p>		<p>mokykloje . 80 proc. mokinių patinka eiti į mokyklą.</p>
--	--	--	--	--	---

	<p>raiška; pagarba kitam, žmonių įvairovė draugystė ir kt.)</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Klasės valandėlės: mokiniai pasidalina savo mintimis apie mėgstamiausias knygas, knygų veikėjus, kuo jie įkvepia, ko išmoko, kokias stiprybes atspindi juose (susiejimas su mokinių savęs pažinimo, stiprybių ugdymu) ○ Garsiniai skaitymai ○ Skaitymai „Baltupių radijuje“ ○ Skaitymai bibliotekoje ○ Skaitymai VDM ● „Taikos penktadienis“ paminint menininkų John Lenon ir Yoko Ono akciją taikai idėją: <ul style="list-style-type: none"> ○ Atvykti į mokyklą dėvint baltos spalvos rūbo, atributikos akcentą. ○ Pertraukų metu skambės populiarios dainos, menančios taikos, pagarbos, bendrystės, laisvės tematikas. ○ Klasės valandėlė – „Taikos piknikas. Klasėje jaukiai įsikurti erdvę, kur su mokiniais būtų kalbama apie konfliktų sprendimą taikiais, 				
--	--	--	--	--	--

	<p>bendradarbiaujančiais principais mokykloje ir už jos ribų. Klasės kaip grupės bendruomeniško stiprinimo užsiėmimai.</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Mandalų piešimas mokyklos teritorijoje. 				
<p>3. Kurti jaukias, funkcionalias edukacines erdves mokykloje ir mokyklos teritorijoje, įtraukiant į aplinkų bendrakūrą mokyklos bendruomenę</p>	<p>3.1 „Draugystės marškinėliai“ – veikla skirta patyčių atributikos kūrimui klasių valandėlių metu. Mokinys, klasė ar grupelė mokinių sukuria individualų simbolį, atspindintį draugystę, pagarbą ir toleranciją, kuri pavaizduos savo marškinėliuose. Su mokiniais bus kuriama „Draugystės marškinėliai“ ekspozicija mokyklos erdvėse.</p> <p>3.2 QR medžiai- ketvirtos klasės</p> <p>3.3 Tylos, poilsio ir nusiramimo erdvių sąlygų gerinimas, informacinių ir edukacinių plakatų emocijų atpažinimo, reguliacijos ir kitomis savipagalbos, reagavimo temomis sukūrimas</p> <p>3.4 „Vilniaus Baltupių progimnazijos“ skambučio dainos rinkimo diena: mokykloje bus surengiami rinkimai, paremti demokratiniais principais – kiekvienam mokiniui (-ei) ir visai mokyklos bendruomenei išreikšti nuomonę dėl skambučio dainos.</p>	<p>Sausio – gruodžio mėn.</p> <p>Birželis</p>	<p>Soc. pedagogės</p> <p>4 klasės</p> <p>Mokinių taryba, soc. pedagogės, karjeros specialistė</p>	<p>1-8 klasių mokiniai, mokytojos, mokyklos bendruomenė</p>	<p>Įkurtos edukacinės, poilsio erdvės.</p>
<p>4. Ugdyti mokinių sveikos gyvensenos</p>	<p>4.1 Streso valdymo ir sveikos gyvensenos įgūdžių ugdymas:</p>	<p>Savaitė prieš mokinių atostogas ir pirmą dieną po</p>	<p>Pavadootojai, klasių vadovai,</p>	<p>1-8 klasių mokiniai, mokytojos,</p>	<p>Visose klasėse bus</p>

<p>įgūdžius, organizuoti sveikatingumo projektus</p>	<p>a) Pasiruošimas mokinių atostogoms: mokiniai išsikels tikslus, kas galėtų padėti siekti kokybiško poilsio.</p> <p>b) Mokinių pasitikimas po atostogų:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mokinių šiltas ir drąsinantis pasitikimas po atostogų. • Klasės pasisveikinimo ritualo sukūrimas. • Klasės valandėlės: <ul style="list-style-type: none"> ○ Atostogų išsikeltų tikslų įgyvendinimo aptarimas. ○ Įgūdžių ugdymas mokymosi motyvacijos, su mokymosi procesu susijusio nerimo, streso valdymo tema. <p>4.2 Tarptautinės šokio dienos minėjimas</p> <p>4.3 Pasaulinės dienos be tabako minėjimas</p> <p>4.4 Tarptautinė nerūkymo diena</p> <p>4.5.Sporto šventė mokslo metų pabaigoje</p> <p>4.6.Pasaulinė maisto diena (veiklos susijusios su mitybos reikšmę sveikai gyvensenai, maisto nešvaistymą ir kitus aspektus reikšmingus ekologijai)</p>	<p>mokinių atostogų</p> <p>Lapkritis, gruodis</p> <p>Birželis Spalio 16 d.</p>	<p>soc. pedagogės</p> <p>Šokio mokytojas, soc. pedagogės, sveikatos priežiūros specialistė</p> <p>Fizinio ugdymo mokytojai Technologijų ir pradinųjų klasių mokytojai, visuomenės sveikatos specialistė</p>	<p>mokyklos bendruomenė</p>	<p>pravesta bent po 1 klasės valandėlę sveikos gyvensenos tema.</p> <p>Sveikos gyvensenos programa integruojama į pasaulio pažinimo, gamtos mokslų pamokas. Visi mokiniai dalyvaus bent viename sveikatingumo projekte</p>
<p>5. Organizuoti klasių mokytojų, specialistų, administracijos</p>	<p>5.1 Ketvirtų klasių vadovų, penktų klasių mokytojų, specialistų, administracijos apvalaus stalo pokalbiai apie ketvirtokų adaptaciją</p>	<p>Rugsėjo – gruodžio, birželio mėn.</p> <p>Rugsėjo - spalio mėn.</p>	<p>Specialistai, metodinė grupė</p>	<p>Specialistai, mokytojai, administracija</p>	<p>Įvykę apvalaus stalo pokalbiai, pagerėjęs reikalingo s pagalbos</p>

apvalaus stalo pokalbius apie mokinių savijautą mokykloje.	penktai klasei, jų savijautos gerinimą. 5.2 „Bičiulis bičiuliui“ programa mokyklos bendruomenei: vyresniųjų mokinių mentorystė jaunesniesiems mokiniams, bei patyčių prevencijos ir bendruomeniškumo skatinimo iniciatyva mokyklos kasdieniniame gyvenime. 5.3 Kiekvieno koncentro mokytojų, specialistų, administracijos apvalaus stalo pokalbiai po adaptacijos ir mokslo metų pabaigoje.				teikimas, priimti 2-3 susitarimai .
6 Rengti edukacinius standus, lankstinukus, skrajutes	6.1 Patyčių prevencijos tema 6.2 Smurto prevencijos tema 6.3 Savižudybės prevencijos tema 6.4 Gestų kalbos pagrindinės frazės 6.5 Psichikos sveikatos tema: kaip etiškai kalbėti apie psichikos sveikatą. 6.6. Disleksijos tema	Sausio – gruodžio mėn.	Specialistai		Ugdomos socialinės ir bendrosios mokinių kompetencijos.
7. Įsivertinti progimnazijos patyčių mastą, mokinių savijautą	7.1 Patyčių masto vertinimo tyrimas. 7.2 1 ir 5 klasių mokinių adaptacijos tyrimas. 7.3 Pakartotinis mokinių savijautos tyrimas.	Lapkričio – gruodžio mėn.	Socialinės pedagogės Psichologai	Specialistai 1-8 klasių mokiniai, mokytojai	Atliktas patyčių masto tyrimas, mokykloje 2-3 proc. sumažės patyčių. Tyrimo rezultatai aptariami su mokytojais ir klasių vadovais, priimti 2-3 savijautos gerinimo susitarimai .
8. Vykdyti įvairias tėvų švietimo ir	8.1 Atmintinė: žingsniai kaip reaguoti vaikui susidūrus su patyčiomis mokykloje.	Kovo – gruodžio mėn.		Mokinių tėvai, specialistai,	Suteikta informacija, resursai stiprinant

<p>bendradarbiavimo formas kuriant sveiką, psichologiškai ir fiziškai saugią progimnazijos aplinką.</p>	<p>8.2 Paskaitos, mokymai apie įtraukųjį ugdymą, rūkymo prevencijos ir kitais aktualiais klausimais (kviestiniai lektoriai)</p> <p>8.3 Tyrimų rezultatų pristatymas, rekomendacijų teikimas.</p> <p>8.4 Tėvų dalyvavimas sporto dienoje.</p> <p>8.5 Tėvų dalyvavimas akcijoje „Darom“.</p> <p>8.6 Tėvų įtraukimas į teminius penktadienius, gerumo akcijos.</p> <p>8.7. Gerumo akcijos: „Pyragų diena“ „Spalvotas pleistriukas“ „Arbatos klubas“ „Kareiviška košė“ „Užgavėnių blynai“ „Pasitikimai“ „Akcijos“ „Padėkų pertraukos“ „Skatinimas“ „Renginiai bendruomenei“</p>		<p>Soc. pedagogės, karjeros specialistė, klasių vadovai, metodinė taryba, administracija</p>	<p>administracija</p>	<p>tėvų emocijas ir socialines kompetencijas bendravime su vaikais.</p> <p>Į mokyklos iniciatyvas, projektus įsitrauks 30 proc. tėvų.</p>
<p>9. Plėtoti mokytojų kompetencijas bei kvalifikacijos tobulinimą kuriant sveiką ir fiziškai saugią progimnazijos aplinką.</p>	<p>9.1 Savijautos gerinimo mokymai mokytojams</p>	<p>Visus metus</p>	<p>Mokytojai, specialistai, administracija</p>	<p>Mokytojai</p>	<p>80 proc. mokytojų tobulins emocijas ir kompetencijas.</p>
<p>10. Organizuoti atvejų vadybą.</p>	<p>10.1 Greito reagavimo ir tolimesnių veiksmų, intervencijų plano susidūrus su patyčių atveju mokykloje rengimas.</p> <p>10.2 Gairių/plano parengimas darbui su klase, kurioje yra patyčių atvejis.</p>	<p>Sausio – gruodžio mėn.</p>	<p>VGK, pavaduotojai</p>	<p>Specialistai, administracija</p>	<p>Sukurti veiksmų planai atvejų vadybai organizuoti.</p>