

TVIRTINU

(pareigų pavadinimas)

(parašas)

(vardas ir pavardė)

**ALYTAUS RAJONO BENDROJO LAVINIMO MOKYKLŲ  
2014/2015 MOKSLO METŲ  
SVEIKATOS UGDYMO PLANAS**

DATA		TEMA	VEIKLA/PRIEMONĖ	TIKSLINĖ GRUPĖ
<b>RUGSĖJIS</b>	<i>I sav.</i>	<b>Pedikuliozės profilaktika</b>	<p>Pedikuliozė (utėlėtumas) – tai užsikrėtimas utėlėmis. Galvinė utelė parazituoja žmogaus galvos plaukuose, maitinasi žmogaus krauju, sudeda kiaušinius (glindas), kuriuos priklįjuoja prie plauko arti odos. Utėlėmis užsikrečiama ilgalaikio tiesioginio sąlyčio su utėlėmis metu (vaikų kolektyvuose) bei besikeičiant drabužiais, patalyne, šukomis, šepečiais, naudojantis bendra lova, rankšluosčiais, pagalvėmis, kai utelė gali patekti nuo vieno asmens galvos į kito asmens galvą.</p> <p>Dažniausiai plinta tiesioginiu būdu iš galvos į galvą, esant artimam sąlyčiui arba per šukas, plaukų šepečius, kitus plaukų priežiūros reikmenis, keičiantis galvos apdangalais bei juos laikant kartu. Užkertant kelią pedikuliozės plitimui Alytaus rajono ugdymo įstaigose vykdoma nuolatinė pedikuliozės profilaktika, vadovaujantis utėlėtumo profilaktikos tvarkos aprašu, kuriame numatyta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ tėvų sutikimų rinkimas dėl reguliaraus pedikuliozės tikrinimo 2014/2015 mokslo metais;</li> <li>✓ pedikuliozės profilaktika po kiekvienų mokinių atostogų ir neplaninė patikra, atsiradus indikacijoms.</li> </ul>	1 – 12 kl.
		<b>Vaikų dantų ligų profilaktika. Vaikų krūminių dantų dengimo silantinėmis medžiagomis programa</b>	<p>Vaikų krūminių dantų silantavimo programa (toliau - Programa) skirta 6 - 14 metų vaikų nuolatinių krūminių dantų kramtomųjų paviršių eduošios prevencijai. Silantai - tai skysta plombinė medžiaga, kuria užpildomos nuolatinių krūminių dantų vagelės. Taip dantys apsaugomi nuo dantų eduošios, be to, juos lengviau valyti. Silantais dengiami tik nesugedę nuolatiniai dantys. Nors Programa Lietuvoje vyksta nuo 2005 m. ir yra nemokama, tačiau Alytaus rajone ji vyksta gana pasyviai.</p> <p><b>Priemonė:</b> konkursas, kurio tikslas įtraukiant tikslinės grupės (6-14 metų) vaikus ir jų tėvus paskatinti Programos įgyvendinimą Alytaus rajono bendrojo lavinimo mokyklose.</p>	1-8 kl.

	<p><i>II sav.</i></p>	<p><b>Sveikatos žinių testas</b></p>	<p>Sveikatos mokymas – tai teorinių žinių ir praktinių įgūdžių visuma. Siekiant kryptingai ir tikslingai vykdyti šį mokymą, taip pat norint išsiaiškinti, ar vykdomos priemonės turi teigiamą poveikį, reikia žinoti, kiek ir kokių sveikatos žinių turi moksleiviai. Sveikatos žinių testas 5, 9 klasių mokininiams, tai kasmetinis, „tradicinis“ vaikų žinių patikrinimas, kuriuo siekiame stebėti sveikatos žinių dinamiką. Mokinių sveikatos žinių testas apjungia tokios temos, kaip sveika gyvensena, sveika mityba, fizinis aktyvumas, pirma pagalba, ligų profilaktika ir kt.</p> <p><b>Tikslas – patikrinti esamas moksleivių sveikatos žinias, siekiant sistemingai vykdyti visuomenės sveikatos priežiūrą (sveikatos mokymą) mokykloje.</b></p> <p><b>Priemonė:</b> testas 5 ir 9 klasių mokiniams.</p>	<p>5, 9 kl.</p>
	<p><i>III sav.</i></p>	<p><b>Kuprinių svėrimo akcija „Ką kuprinėje neši?“</b></p>	<p>Moksliniais tyrimais įrodyta, kad per daug sveriančios ar netaisyklingai nešiojamos kuprinės sudaro sąlygas kaklo, pečių, nugaros raumenų, pasunkėjusio kvėpavimo bei netaisyklingos laikysenos vystymuisi. Stuburas gyvenime auga du kartus ir labai staiga: mergaitėms apie 4-6 ir 12-14 metus, berniukams apie 6-8 ir 14-16 metus. Kad stuburas neiškryptų, šiais laikotarpiais mokiniai ypač turėtų rūpintis taisyklinga savo laikysena. Lietuvos higienos normoje HN 41:2003 „Mokyklinės prekės“ nurodyta, kad optimalus pilnos kuprinės svoris turėtų sudaryti ne daugiau kaip 10% mokinio kūno svorio (pvz., jei mokinys sveria 35 kg, tai jo kuprinė turėtų sverti ne daugiau kaip 3,5 kg). O didžiausias pilnos kuprinės svoris neturi viršyti 15% mokinio kūno svorio (tai yra, jei mokinys sveria 35 kg, tai jo kuprinė neturėtų sverti daugiau kaip 5,25 kg).</p> <p><b>Tikslas – įvertinti 5, 6 klasių mokinių nešiojamų kuprinių svorį, siekiant išvengti vaikų laikysenos sutrikimų dėl per didelio svorio kuprinėse.</b></p> <p><b>Priemonės:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Akcija „Ką kuprinėje neši?“ (kuprinių svėrimas).</li> <li>2. Diskusija „Ar ne per sunki tavo kuprinė?“</li> </ol>	<p>5, 6 kl.</p>

<b>SPALIS</b>	<i>IV sav.</i>	<b>Mokinių sveikatos stebėseną</b>	Remiantis Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro 2000 m. gegužės 31 d. įsakymu Nr. 301 „Dėl profilaktinių sveikatos tikrinimų sveikatos priežiūros įstaigose“ ir Higienos norma 21:2011 „Mokykla, vykdanči bendrojo ugdymo programas. Bendrieji sveikatos saugos reikalavimai“, kiekvienais metais iki rugsėjo 15 d. moksleiviai mokyklos visuomenės sveikatos priežiūros specialistui turi pateikti statistinę apskaitos formą Nr. 027-1/a „Vaiko sveikatos pažymėjimas“, kurioje pateikiama informacija apie moksleivių profilaktinio sveikatos patikrinimo rezultatus. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys Alytaus rajono bendrojo lavinimo mokyklose, surinktus duomenis apie vaikų sveikatos būklę teikia Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biurui. Vadovaujantis pateiktais duomenimis, atliekama vaikų sergamumo analizė, kuri svarbi norint tikslingai vykdyti profilaktines sveikatos stiprinimo priemones, parinkti atitinkamus visuomenės sveikatos mokymo metodus, įvertinti jau vykdomos veiklos efektyvumą.	1-12 kl.
	<i>I sav.</i>	<b>Klausa. Klausos organo sandara, klausos mechanizmas. Triukšmo žala</b>	Girdėdamas žmogus suvokia kalbą, atskirus žodžius, gali atskirti gatvės triukšmą, muziką, automobilio variklio garsą. Visi garsai labai padeda orientuotis aplinkoje. Ausys priima garsinius signalus, kurie vėliau smegenyse sukuria akustinį suvokimą. Smegenys gaunamus iš abiejų ausų signalus interpretuoja ir leidžia suprasti, iš kurios pusės ir kaip greitai artėja automobilis. Girdėjimas abiem ausimis suteikia šiuos privalumus: suvokiame garso kryptį, lengviau suprantame kalbą triukšmingoje aplinkoje, užtikrinama garso kokybė, galime įvertinti garsumą.	1-12 kl.
	<i>II sav.</i>		Triukšmas lydi mus kasdien. Daugeliui dėl didelio triukšmo lygio pamažu susilpnėja klausos. Šiandien pažangi technika gerai stiprinanti garsą, yra įprasta. Tačiau nuolatinis didelio intensyvumo muzikinės įrangos ar ausinuko su ausinėmis garsas yra žalingas klausai. Daugėja ir jaunų žmonių, besiskundžiančių klausos susilpnėjimu, kuris pasireiškia ausų spengimu. <b>Priemonė : paskaita "Užsikimšk ausis, nes kitaip..."</b> <b>Tikslas</b> - ne tik supažindinti mokinius su klausos organo sandara, veikimo mechanizmu, svarba, garso kilme, matavimo vienetais, garso panaudojimu, bet ir suteikti žinių apie triukšmo žalą bei priemones, padedančias apsisaugoti nuo triukšmo žalingo poveikio.	
	<i>III sav.</i>	<b>Pirmoji pagalba. Pirmoji pagalba lūžių, sumušimų, išnirimų, įsipjovimų atveju</b>	Suteikti pirmą pagalbą gali ir turėtų gebėti kiekvienas žmogus. Pagrindinis pirmosios pagalbos tikslas yra pašalinti asmens gyvybei gresiantį pavojų, stabilizuoti nukentėjusio būklę. Vaikai nuo pat mažens turėtų žinoti pagrindines pirmosios pagalbos teikimo taisykles.	1-12 kl.
<i>IV sav.</i>	<b>Priemonė: teorinis-praktinis užsiėmimas „Mokėk ištiest pagalbos ranką“.</b> <b>Tikslas:</b> suteikti pirmos pagalbos žinių, sustiprinti praktinius įgūdžius pirmos pagalbos srityje: kaip suteikti pirmąją pagalbą lūžių, sumušimų, išnirimų, įsipjovimų atveju.			

<b>LAPKRITIS</b>	<i>I sav.</i>	<b>Mokinių atostogos</b>	-----	
	<i>II sav.</i>	<b>Pedikuliozės profilaktika</b>	<p>Pedikuliozė (utėlėtumas) – tai užsikrėtimas utėlėmis. Galvinė utelė parazituoja žmogaus galvos plaukuose, maitinasi žmogaus krauju, sudeda kiaušinius (glindas), kuriuos priklįjuoja prie plauko arti odos. Utėlėmis užsikrečiama ilgalaikio tiesioginio sąlyčio su utėlėmis metu (vaikų kolektyvuose) bei besikeičiant drabužiais, patalyne, šukomis, šepečiais, naudojantis bendra lova, rankšluosčiais, pagalvėmis, kai utelė gali patekti nuo vieno asmens galvos į kito asmens galvą.</p> <p>Dažniausiai plinta tiesioginiu būdu iš galvos į galvą, esant artimam sąlyčiui arba per šukas, plaukų šepečius, kitus plaukų priežiūros reikmenis, keičiantis galvos apdangalais bei juos laikant kartu. Užkertant kelią pedikuliozės plitimui Alytaus rajono ugdymo įstaigose vykdoma nuolatinė pedikuliozės profilaktika, vadovaujantis utėlėtumo profilaktikos tvarkos aprašu, kuriame numatyta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ tėvų sutikimų rinkimas dėl reguliaraus pedikuliozės tikrinimo 2014/2015 mokslo metais;</li> <li>✓ pedikuliozės profilaktika po kiekvienų mokinių atostogų ir neplaninė patikra, atsiradus indikacijoms.</li> </ul>	1-12 kl.
	<i>III sav.</i>	<b>Lapkričio 20 d. – Tarptautinė nerūkymo diena</b>	<p>Minėtinos dienos tikslas – priminti, kokią žalą rūkančių ir nerūkančių sveikatai kelia rūkymas, vis dar išliekantis vienu svarbiausių lėtinių neinfekcinių ligų rizikos veiksnių, tai lemia 25 proc. visų mirčių nuo širdies kraujagyslių ligų, 30 proc. mirčių nuo vėžio, 70 proc. mirčių nuo kvėpavimo sistemos ligų. Nuo rūkymo sukeltų ligų pasaulyje kasmet pirma laiko miršta daugiau nei 4 900 000 žmonių, iš jų – 1 200 000 Europos gyventojai, 7 000 – Lietuvos gyventojai. Onkologinės ir tabako sukeltos ligos iš valstybės kiekvienais metais pareikalauja milžiniškų išlaidų pacientams slaugyti ir gydyti.</p> <p><b>Priemonė: renginys– vieša akcija, kurių metu vaikai ir jaunimas skleis nerūkymo idėją.</b></p>	1-12 kl.
	<i>III sav. - IV sav.</i>	<b>Viktorina „Noriu augti sveikas VII“ (atranka)</b>	<p>Sveikatos žinių suteikimas yra daugiapakopis procesas, kurio metu siekiama suteikti teorinių žinių ir ugdyti praktinius įgūdžius. Vyrauja vieninga nuomonė, kad šis ugdymo procesas turi prasidėti ankstyvoje vaikystėje ir jame kaip siektinas pavyzdys turi dalyvauti ir mokytojai, ir tėvai, ir sveikatos specialistai. Yra daug būdų ir metodų, kuriuos pagal amžių, tikslią grupę galima pasitelkti sveikatos ugdymo procesui. Viduriniojo mokyklinio amžiaus vaikus neretai yra sunkoka sudominti teorinėmis paskaitomis, diskusijomis, tačiau jie entuziastingai įsitraukia į konkursus, viktorinas, todėl Alytaus rajono visuomenės sveikatos biuras jau septintus metus vykdo viktoriną „Noriu augti sveikas“.</p> <p><b>Priemonė: atrankiniai viktorinos turai, vykdomi visose Alytaus bendrojo lavinimo mokyklose.</b></p>	6,7,8 kl.
<b>GRUODIS</b>	<i>I sav.</i>	<b>Įgyti imunodeficito sindromai. Žmogaus imunodeficito virusas (ŽIV)</b>	<p>Pasaulinės AIDS dienos paminėjimas.</p> <p><b>Tikslas:</b> propaguoti brandesnę mokyklos bendruomenės požiūrį į ŽIV/AIDS ligą ir ligonius nei mažinti pagrindinių mitų apie šią ligą paplitimą.</p> <p><b>Priemonė: teorinis - praktinis užsiėmimas „Apie ŽIV ir AIDS kitaip...“</b></p>	1-12 kl.

	II sav.	„Noriu augti sveikas VII“ (Finalinis renginys)	Sveikatos žinių viktorina „Noriu augti sveikas VII“ vyksta dviem etapais. Pirmajame, atrankiniame etape, kviečiami dalyvauti visi Alytaus rajono 6-8 klasių moksleiviai. Į antrąjį etapą – finalą, patenka tik po vieną geriausiai atrankines užduotis įveikusį minėtųjų klasių moksleivį. Laimėtojai į finalą su savimi turi atsivežti namų darbą (užduotį), kurią iš anksto pateikia Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras ir plakata, kuriame atsispindi mokyklos pavadinimas. <b>Priemonė:</b> finalinis renginys. Preliminari vieta - Butrimonių gimnazija.	6,7,8 kl.
	III sav.			
	IV sav.	<b>Moksleivių sveikatos stebėseną</b>	Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialistai kiekvieną pusmetį renka ir analizuoja moksleivių į mokyklas pristatytas gydytojų pažymas, kuriose nurodoma kokiomis ligomis jie sirgo (serga), praleido pamokas. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys Alytaus rajono bendrojo lavinimo mokyklose, surinktus sergamumo duomenis teikia biurui, kur atliekama išsami sergamumo analizė ir nustatoma bendra ir individuali situacija atskirose rajono mokyklose	1-12 kl.
			<b>Mokinių atostogos</b>	_____
SAUSIS	I sav.			
	II sav.	<b>Pedikuliozės profilaktika</b>	Pedikuliozė (utėlėtumas) – tai užsikrėtimas utėlėmis. Galvinė utelė parazituoja žmogaus galvos plaukuose, maitinasi žmogaus krauju, sudeda kiaušinius (glindas), kuriuos priklįjuoja prie plauko arti odos. Utėlėmis užsikrečiama ilgalaikio tiesioginio sąlyčio su utėlėmis žmonėmis metu (vaikų kolektyvuose) bei besikeičiant drabužiais, patalyne, šukomis, šepetiais, naudojantis bendra lova, rankšluosčiais, pagalvėmis, kai utelė gali patekti nuo vieno asmens galvos į kito asmens galvą. Dažniausiai plinta tiesioginiu būdu iš galvos į galvą, esant artimam sąlyčiui arba per šukas, plaukų šepetius, kitus plaukų priežiūros reikmenis, keičiantis galvos apdangalais bei juos laikant kartu. Užkertant kelią pedikuliozės plitimui Alytaus rajono ugdymo įstaigose vykdoma nuolatinė pedikuliozės profilaktika, vadovaujantis utėlėtumo profilaktikos tvarkos aprašu, kuriame numatyta: <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ tėvų sutikimų rinkimas dėl reguliaraus pedikuliozės tikrinimo 2014/2015 mokslo metais;</li> <li>✓ pedikuliozės profilaktika po kiekvienų mokinių atostogų ir neplaninė patikra, atsiradus indikacijoms.</li> </ul>	1-12 kl.
	III sav. - IV sav.	<b>Donorystė. Kraujo, organų donorystė. Transplantacija.</b>	Paskutinį dešimtmetį vis dažniau pabrėžiama donorystės svarba, siekiant išgelbėti kuo daugiau gyvybių. Donorystės idėja yra labai sena, tačiau tik praėjusiam šimtmečiui ji buvo pradėta įgyvendinti. Donoras – tai žmogus, kuris dovanoja savo kraują, audinius, ląsteles ar organus kitam žmogui. Kraują žmonės per savo gyvenimą dovanoti gali daug kartų, taip išgelbėdami ne vieną gyvybę. Tačiau yra ir kitokie donoriai – organų ir audinių donoriai, kurie jau po savo mirties gali dovanoti gyvenimą sunkiai sergantiems ligoniams, kuriems reikalinga organo transplantacija.	1-12 kl.
VASARIS	I sav.	<b>Kodėl? Kam?</b>	Visuomenėje atsargiai bandoma kalbėti apie organų donorystę. Taip yra todėl, kad organų donorystė žmonėms dažnai asocijuojasi ne su dovanojama gyvybe, bet su mirtimi. Žmogaus pasiryžimą tapti donoru ar ryžtis po artimo žmogaus mirties dovanoti jo organus dažnai nulemia	

			<p>informacijos trūkumas, todėl žmonės neretai blaškosi tarp su donoryste susijusių mitų, prietarų ir klaidingų įsitikinimų.</p> <p><b>Priemonė: teorinis-praktinis užsiėmimas „Donorystė: kraujo, organų... kas tai?“</b></p> <p><b>Tikslas:</b> supažindinti moksleivius su donorystės idėja, suteikiant informacijos donorystės klausimai ir pabrėžiant jų svarbą, ugdyti moksleivių vertybines nuostatas apie kraujo ir organų donorystę bei transplantaciją.</p> <p>Užsiėmimų metu moksleivių laukia filmo peržiūra ir aptarimas, praktiniai užsiėmimai, stiprinantys įgytas teorines žinias.</p>	
	II sav.	<p><b>Mityba. Sveikos mitybos samprata.</b></p> <p><b>Virškinimo procesas ir šios sistemos sutrikimai bei jų profilaktika.</b></p>	<p>Pastaruoju metu sukaupta nemažai duomenų, jog nesveika mityba įtakoja lėtinių neinfekcinių ligų, ypač kraujotakos sistemos ir onkologinių ligų, vystymąsi. Lietuvoje šios ligos sudaro didžiausią gyventojų mirtingumo dalį, todėl būtina imtis prevencinių veiksmų. Žinoma, jog sveikus mitybos įpročius reikia formuoti nuo pat ankstyvo amžiaus, siekiant vyresniame amžiuje išvengti su mityba susijusių ligų. Mokyklinio amžiaus vaikų supratimo apie sveiką mitybą didinimas yra vienas iš galimų prevencinių veiksmų.</p> <p>Labai svarbu, kad mokykloje būtų akcentuojama ne tik sveikos mitybos nauda, bet ir kaip teisingai formuoti mitybos įpročius bei kokias sveikatos problemas sukelia netinkama mityba.</p> <p><b>Priemonė: teorinis užsiėmimas „Sveika mityba ir virškinimo problemos“.</b></p> <p><b>Tikslas</b> – suteikti moksleiviams informacijos apie sveiką mitybą, perdirbtą (apdirbtą) ir vietinės kilmės maistą, panagrinti virškinimo procesą ir su šia sistema susijusias sveikatos problemas.</p>	1-12 kl.
	III sav.			
IV sav.				
KOVAS	I-IV sav.	<p><b>Kovo mėnuo - mėnuo be patyčių</b></p>	<p>Draugystės puoselėjimas, gražių ir stiprių tarpusavio santykių skatinimas. Netradicinio ugdymo diena patyčių prevencijos tema. (2010 „Draugai lyg tylūs angelai“; 2011 „Kiaušiniada“; 2012 „Origamiada“; 2013 „Konstruktoriada“; 2014 „Tangramiada“).</p> <p><b>Priemonė: renginys, kuris skirtas visai bendrojo lavinimo mokyklos bendruomenei.</b></p> <p><i>(Su kiekviena Alytaus rajono bendrojo lavinimo mokykla šio renginio poreikis, laikas ir data yra derinama individualiai)</i></p>	1-12 kl.
BALANDIS	I sav.	<b>Pasaulinės sveikatos diena – balandžio 7 –oji.</b>		1-12 kl.
	II sav.	<b>Mokinių atostogos</b>	_____	

	III sav.	<b>Pedikuliozės profilaktika</b>	<p>Pedikuliozė (utėlėtumas) – tai užsikrėtimas utėlėmis. Galvinė utelė parazituoja žmogaus galvos plaukuose, maitinasi žmogaus krauju, sudeda kiaušinius (glindas), kuriuos priklijuoja prie plauko arti odos. Utėlėmis užsikrečiama ilgalaikio tiesioginio sąlyčio su utėlėmis metu (vaikų kolektyvuose) bei besikeičiant drabužiais, patalyne, šukomis, šepečiais, naudojantis bendra lova, rankšluosčiais, pagalvėmis, kai utelė gali patekti nuo vieno asmens galvos į kito asmens galvą.</p> <p>Dažniausiai plinta tiesioginiu būdu iš galvos į galvą, esant artimam sąlyčiui arba per šukas, plaukų šepečius, kitus plaukų priežiūros reikmenis, keičiantis galvos apdangalais bei juos laikant kartu. Užkertant kelią pedikuliozės plitimui Alytaus rajono ugdymo įstaigose vykdoma nuolatinė pedikuliozės profilaktika, vadovaujantis utėlėtumo profilaktikos tvarkos aprašu, kuriame numatyta:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ tėvų sutikimų rinkimas dėl reguliaraus pedikuliozės tikrinimo 2014/2015 mokslo metais;</li> </ul> <p>pedikuliozės profilaktika po kiekvienų mokinių atostogų ir neplaninė patikra, atsiradus indikacijoms.</p>	1-12 kl.
	IV sav.	<b>Oda. Lytėjimo proceso mechanizmas</b>	<p>Oda – žmogaus ir gyvūnų kūno paviršiaus dangalas, kuris su specializuotais dariniais – plaukais, nagais ir odos liaukomis – sudaro bendrąją kūno dangą. Ji yra sunkiausias (3-4 kg) ir didžiausias (1.5-2 m<sup>2</sup>) žmogaus organas. Oda, tai organas, kuris atlieka keletą itin svarbių funkcijų.</p> <p>Vaikų oda elastinga, nes joje daug elastinių skaidulų. Ilgainiui jų kiekis sumažėja oda pradeda raukšlėtis. Kodėl mes senstame ir raukšlėjame, ar kodėl atsiranda spuogai? Šie ir kiti klausimai bus aptariami užsiėmimo „Mylėk odą, kurioje gyveni!“ metu.</p> <p><b>Priemonė: teorinis užsiėmimas „Mylėk odą, kurioje gyveni!“</b></p> <p><b>Tikslas:</b> supažindinti moksleivius su žmogaus oda, jos svarba, ypatumais bei priežiūra, didelį dėmesį skiriant jaunatvinių spuogų atsiradimui, bei apsaugojimui nuo tokių odos problemų.</p>	1-12 kl.
GEGUŽĖ	I sav.	<b>Odos priežiūra. Probleminė oda.</b>		
	II sav.			
	III sav.	<b>Akis. Akies sandara. Regos mechanizmas.</b>	<p>Akis – tai jutimo organas, kuris iš visų pojūčių teikiantis daugiausiai informacijos apie mus supantį pasaulį. Kaip sunku netekus regėjimo, žino tik tie, kas patyrė tokią nelaimę.</p> <p><b>Priemonė: teorinis užsiėmimas „Akis – pati brangiausia „video kamera“</b></p> <p><b>Tikslas:</b> supažindinti mokinius su akies sandara ir regos svarba, aptarti mokykliniame amžiuje pasitaikančias akių ligas, tokias kaip konjunktyvitas, miežis, trumparegystė, toliaregystė, astigmatizmas, sausų akių sindromas, ugdyti akių higienos įgūdžius, aptariant akių ligų profilaktikos klausimus.</p>	1-12 kl.
IV sav.	<b>Akies ligos. Akies ligų profilaktika</b>			
BIRŽELIS	I sav.			
	II sav.	<b>Moksleivių gyvenimo tyrimas</b>	<p>Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras, siekdamas rūpintis ir stiprinti Alytaus rajono vaikų ir paauglių sveikatą jau antrą kartą rengiasi atlikti Alytaus rajono moksleivių gyvenimo tyrimą.</p> <p>Alytaus rajono moksleivių gyvenimo ir rizikos veiksnių paplitimo tyrimas, apimantis daugelį sričių (fizinį aktyvumą, mitybą, žalingus įpročius, ankstyvus lytinius santykius, sveikatą, patyčias, suicidinius polinkius) buvo atliktas vieną kartą. Tokio pobūdžio tyrimas Alytaus rajono mokyklose atliekamas kas ketverius metus, kad būtų galima įvertinti moksleivių gyvenimo ir rizikos veiksnių pokyčius.</p>	5, 7, 9 kl.

	<i>III sav.</i>	<b>Moksleivių sveikatos stebėseną</b>	<p>Alytaus rajono savivaldybės visuomenės sveikatos specialistai kiekvieną pusmetį renka ir analizuoja moksleivių į mokyklas pristatytas gydytojų pažymas, kuriose nurodoma kokiomis ligomis jie sergo. Visuomenės sveikatos priežiūros specialistai, dirbantys Alytaus rajono bendrojo lavinimo mokyklose surinktus sergamumo duomenis teikia biurui, kur atliekama išsami sergamumo analizė ir nustatoma bendra ir individuali situacija atskirose rajono mokyklose.</p> <p>Mokinių sveikatos statistinė analizė.</p>	1-12 kl.
	<i>IV sav.</i>			

(pareigų pavadinimas)

(parašas)

(vardas ir pavardė)

#### SUDERINTA

---

(pareigų pavadinimas)

---

(parašas)

---

(vardas ir pavardė)

---

(data)