

Pasvalio rajono savivaldybės visuomenės sveikatos
rėmimo specialiosios programos rengimo ir
įgyvendinimo tvarkos aprašo
3 priedas

PASVALIO RAJONO SAVIVALDYBĖS

2023 METŲ VISUOMENĖS SVEIKATOS RĖMIMO SPECIALIOSIOS PROGRAMOS PROJEKTO VEIKLOS ATASKAITA

Pasvalio Petro Vileišio gimnazija
(ataskaitą parengusios organizacijos (įstaigos) pavadinimas)

1. Projekto pavadinimas: PADĖK SAU IR KITIEMS

2. Informacija apie ataskaitos teikėją

2.1. Vardas, pavardė	
2.2. Pareigos organizacijoje/įstaigoje	
2.3. Tel. el. paštas	

3. Informacija apie projektą

3.1. Projekto finansavimo sutarties data ir numeris	2023- 06- 07, ASR-339	
3.2. Projekto vadovo vardas, pavardė		
3.3. Planuotas įgyvendinimo laikotarpis	2023 birželis – gruodis	
3.4. Faktinis įgyvendinimo laikotarpis	2023 birželis – gruodis	
3.5. Projekto įgyvendinimo vieta	Pasvalio Petro Vileišio gimnazija	
3.6. Lėšos:	Iš Savivaldybės biudžeto:	Kitų šaltinių lėšos:
3.6.1. Bendra projekto vertė (planuota)	1420	420
3.6.2. Gautos lėšos	1000	420
3.6.3. Išlaidos per projekto įgyvendinimo laikotarpį	1000	420
3.6.4. Nepanaudotos lėšos	0	

4. Projekto tikslinė grupė:

4.1. Įvardijama tikslinė grupė, kuriai buvo skirtas projektas:

Projektas skirtas psichinės ir emocinės sveikatos stiprinimo veikloms, kuriose aktyviai dalyvavo visa mokyklos bendruomenė: mokiniai, mokytojai, tėvai, bendradarbiavimo partneriai. 1 klasės gimnazistams – sklandžios grupės funkcionavimui, 1-4 klasių mokiniams, turintiems emocinių ir elgesio problemų – pagalbos suteikimui, 3 klasių mokiniams, besiruošiantiems studijuoti psichologiją, socialinio darbo ar panašias programas – žinių suteikimui ir praktinių įgūdžių lavinimui, 4 klasių mokiniams, besirenkantiems brandos egzaminus bei tolimesnį gyvenimo kelią – savęs pažinimui ir savo poreikių identifikavimui.

4.2. Įvardijamas projekto dalyvių skaičius pagal amžiaus grupes (jei nežinomas tikslus skaičius, rašoma apytiksliai):

0 - 14 metų – (priešmokyklinės grupės ir 1 – 4 klasių mokiniai, (6– 8 klasių mokiniai)

14- 29 metų – **420** (1-4 gimnazijos klasių mokiniai, jauni mokytojai, sveikatos priežiūros specialistai) 30 - 60 metų – **80** (mokytojai, pedagoginiai darbuotojai, tėvai)

5. Projekto poveikio vertinimas

5.1. Planuotas poveikis tikslinei grupei

1. „**Apskritojo stalo**” **diskusija** – veiklos aptarimas su projekto vykdytojais.

2. Bendradarbiavimo bei darbo komandoje įgūdžių ugdymo programa „**Mano SUPERklasė**“ 1-mų klasių mokiniams, kad mokiniai geriau pažintų vieni kitus, gebėtų imtis iniciatyvos, pasidalinti atsakomybėmis klasės bendruomenėje.

3. Renginiai „Savaitė BE STRESO“.

Teminės klasės valandėlės „Nusiramino ir streso įveikos technikos“ Mokiniai valandėlių metu mokosi relaksacijos ir streso valdymo technikų, skatinama mąstyti pozityviai, reflektuoti ir priimti atsakingus sprendimus.

Atsipalaidavimo zonoje (specialioje patalpoje) gimnazistai, mokytojai ir darbuotojai išbando atsipalaidavimo būdus. Tam naudojami sėdmaišiai, relaksacinė muzika, aromoterapija, mokoma vaizduotės

	atpalaidavimo pratimų. Mokiniai kūrė ir spalvina mandalas. Draugiškumo paštas. Organizuojamas draugiškumo paštas „Pasveikinkim vieni kitus“, kuriame mokiniai gali pasidalinti linkėjimais ir geromis emocijomis, pavaišinti vienas kitą sveika arbata. 4. Kaniterapijos užsiėmimai. Išvyka į Panevėžio rajono gyvūnų prieglaudą. Išvykoje dalyvauja tikslinė mokinių grupė, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes, turi bendravimo problemų, nes su gyvūnais pabendravę paaugliai lengviau atsipalaiduoja ir nusiramina, atsiveria, pagerėja jų psichosocialiniai sugebėjimai. 5. Informacinės medžiagos paruošimas. Skrajučių pagalba gimnazistams suteikiama aktuali informacija apie emocinę sveikatą, kaip įveikti sunkumus, kaip stiprinti sveikatą ir atrasti dvasinę pusiausvyrą, kaip sveikai gyventi. Skatinamas gebėjimas kreiptis konsultacijos ir pagalbos. 6. Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymo programa „Emocinės savijautos gerinimas panaudojant psichodramos metodus“. Dalyviai – savanoriai 3 klasių mokiniai. Tai kūrybinės dramos terapijos dirbtuvės, kurių metu gimnazistai mokosi geriau pažinti save. 7. Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis „Draugo diena“ „Saugi mokykla“, „Įžiebk žalią šviesą“. Įvairių veiklų metu jaunuoliai įtraukiami į jiems aktualių problemų sprendimą, ugdoma jų atsakomybė, skatinama dalintis patirtimi, bendradarbiauti,
--	--

	8. „Nuomonių dėžutė“ projekto dalyviai gali išreikšti savo nuomonę, pasiūlymus, pastabas. 9. Refleksijos. „Sėkmės langas“. Renginys, skirtas apžvelgti projekto veiklas, ieškoti naujų problemų sprendimo būdų.
5.2. Pasiektas poveikis tikslinei grupei: poveikio vertinimas (šioje skiltyje aprašykite, kas buvo atlikta; kokiais metodais įvertinote projekto poveikį; kas pasikeitė, pagerėjo tikslinei grupei įgyvendinus projektą. Jei projektas nebuvo efektyvus, nurodykite priežastis).	1. „Apskritojų stalo“ diskusija – veiklos aptarimas su projekto vykdytojais. Išsiaiškintos gimnazijos prevencinio darbo ir psichinės sveikatos stiprinimo galimybės bei perspektyvos, aptartas gimnazijos bendruomenės narių savijautos tyrimas ir sudarytas pagalbos teikimo priemonių planas. 2 val. užsiėmimas, 520 dalyvių. 2. Bendradarbiavimo bei darbo komandoje įgūdžių ugdymo programa „Mano SUPERklasė“ 1-mų klasių mokiniams. Mokiniai geriau pažįsta vieni kitus, geba imtis iniciatyvos, pasidalinti atsakomybėmis klasės bendruomenėje. Kiekvienai klasei praversta užsiėmimų programa, dalyvavo 1a, 1b, 1c ir 1d klasių gimnazistai - 115 mokinių, 4 (pirmųjų) klasės. Trukmė - 6 valandos. 3. Renginių „Savaitė BE STRESO“ veiklos: Teminės klasės valandėlės „Nusiramino ir streso įveikos technikos“. Valandėlių metu buvo mokomasi relaksacijos ir streso valdymo technikų, skatinama mąstyti pozityviai, reflektuoti ir priimti atsakingus sprendimus. Buvo suorganizuotos teminės klasės valandėlės 16-kai klasių. Dalyvavo 1 – 4 klasių mokiniai. Viso: 1 – kų - 112, 2 – kų - 98, 3 – kų - 103, 4 – kų - 87. Viso apie 400 mokinių. Atsipalaidavimo zonoje (specialioje patalpoje) gimnazistai, mokytojai ir darbuotojai galėjo išbandyti atsipalaidavimo būdus. Tam buvo naudojami sėdmaišiai, relaksacinė muzika, aromaterapija, buvo mokoma vaizduotės atpalaidavimo pratimų. 5

dienas vyko meno, muzikos ir aromoterapijos užsiėmimai. Veiklose turėjo galimybę dalyvauti visi gimnazijos mokiniai, mokytojai ir kiti darbuotojai (apie 500 dalyvių, užsiėmimai vyko 5 dienas).

Draugiškumo paštas. Pertraukų metu buvo geriamas Antistresinė arbatėlė, ant vienkartinio puodelio rašomi palinkėjimai „Pasveikinkim vieni kitus“. Mokiniai turėjo galimybę pasidalinti linkėjimais ir geromis emocijomis su draugais, mėgautis sveika arbata. 2 dienas pertraukų metu veiklose turėjo galimybę dalyvauti visi gimnazijos mokiniai, mokytojai ir kiti darbuotojai (apie 470 dalyvių).

4. Kaniterapijos užsiėmimai. Išvyka į Panevėžio rajono gyvūnų prieglaudą. Išvykoje dalyvavo mokinių tikslinė grupė, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes, turi bendravimo problemų, su gyvūnais pabendravę paaugliai atsipalaidavo ir nusiramino. Dalyvavo 16 mokinių, visuomenės sveikatos specialistė, socialinė pedagogė. 16 mokinių sustiprėjo ryšys tarp psichinio atsparumo ir fizinio aktyvumo.

5. Prevencinės – informacinės skrajutės.

Skrajučių paruošimas ir platinimas. Pateikiama informacija apie emocinę sveikatą, kaip įveikti sunkumus, kaip stiprinti sveikatą ir atrasti dvasinę pusiausvyrą, kaip sveikai gyventi. Išleista 300 skrajučių.

6. Socialinių ir emocinių įgūdžių ugdymo programa „Emocinės savijautos gerinimas panaudojant psichodramos metodus“. 6 valandų psichoterapijos užsiėmimai su Lietuvos muzikos ir teatro akademijos dramos terapijos dėstytoja, psichodramos specialiste V.Lipskyte. Dalyviai – savanoriai mokiniai. **Kūrybinės dramos terapijos dirbtuvės,** kurių metu gimnazistai mokėsi geriau pažinti

	save. 6 valandų užsiėmimų programa, kurioje dalyvavo 16 mokinių (iš anksto savanoriškai užsiregistravusių) ir 4 mokytojai. 7. Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis : „Draugo diena“ „Saugi mokykla“, akcija „Žalia šviesa gyvenimui“ Įvairių veiklų metu jaunuoliai buvo įtraukiami į jiems aktualių problemų sprendimą. 2 gimnazistės vedė užsiėmimus „Draugo diena“ Pasvalio atvirame jaunimo centre. 20 dalyvių dalyvavo akcijoje „Žalia šviesa gyvenimui“ Pasvalio atvirame jaunimo centre, apie 300 dalyvių gimnazijoje dalyvavo akcijoje Pasaulinei psichinės sveikatos dienai pažymėti. 8. „Nuomonių dėžutė“ - projekto dalyviai galėjo išreikšti savo nuomonę, pasiūlymus, pastabas. (400 pasiūlymų) 9. Refleksijos. „Sėkmės langas“. Renginys, skirtas apžvelgti projekto veiklas, ieškoti naujų problemų sprendimo būdų. Pokalbių – diskusijų metu daugiau kaip 500 projekto dalyvių išmoko pasirinkti prasmingesnius laisvalaikio leidimo būdus ir propaguos sveiką gyvenimo būdą
--	--

6. Projekto tikslo (-ų) įgyvendinimas

6.1. Iškeltas (-i) tikslas (-ai)	Pasiektas (-i) tikslas (-ai)	Priežastys, dėl kurių tikslas nepasiektas
1. Atnaujinti ankstesniais metais vykdytą prevencinę programą, įvairių veiklų pagalba stiprinti emocinę sveikatą, kad mokiniai realizuotų savo gebėjimus, galėtų susidoroti su įprastu kasdieninio gyvenimo stresu, dirbtų produktyviai, gebėtų pažinti save ir savo stipriąsias	Atnaujinome anksčiau vykdytą prevencinę programą, įvykdėme visas užplanuotas veiklas, stiprinome emocinę sveikatą, mokiniai galėjo realizuoti savo gebėjimus, mokėsi susidoroti su kasdieninio gyvenimo stresu, pažinti save ir savo stipriąsias	

puses, gebėtų valdyti savo emocijas, nusivylimą, pyktį, sugebėtų veiksmingai spręsti problemas ir priimtų atsakingus sprendimus	puses, mokėsi valdyti savo emocijas, nusivylimą, pyktį, veiksmingai spręsti problemas ir priimti atsakingus sprendimus	

7. Projekto uždavinių įgyvendinimas

7.1. Iškelti uždaviniai	Įvykdyti uždaviniai	Uždavinio neįgyvendinimo priežastys
1.„Apskritojo stalo“ diskusijų, klasės valandėlių, individualių ar grupinių pokalbių metu mokyti gimnazistus pažinti save, savo stipriąsias puses ir jas puoselėti, išsiaiškinti savo savybes, kurios lemia tam tikrą elgesį.	1.„Apskritojo stalo“ diskusijos klasės valandėlės, individualūs ar grupiniai pokalbiai. Savęs, savo stipriųjų pusių pažinimas - įvykdyta	
2.Visoms pirmoms (naujai suburtoms) klasėms organizuoti užsiėmimus „Mano SUPERklasė“, siekiant geriau pažinti vieni kitus, pagerinti tarpusavio santykį, mokyti dirbti komandoje ir pasidalinti atsakomybėmis klasės bendruomenėje. 3.Organizuoti renginių „Savaitę BE STRESO“, kur mokiniai mokytųsi atpažinti savo emocijas ir panaudoti emocijų supratimo įgūdžius tam, kad konstruktyviai valdytų savo elgesį ir emocines reakcijas į žmones, mokytųsi nusiramino ir streso įveikimo technikų.	ManoSUPERklasė“pagerinti tarpusavio santykiai, mokėsi dirbti komandoje ir pasidalinti atsakomybėmis klasės bendruomenėje.- įvykdyta 3.Organizuota „Savaitė BE STRESO“, kur mokiniai mokėsi atpažinti savo emocijas ir naudojo emocijų supratimo įgūdžius tam, kad konstruktyviai valdytų savo elgesį ir emocines reakcijas į žmones, mokėsi nusiramino ir streso įveikimo technikų. – įvykdyta	
4. Meno ir dramos terapijos užsiėmimų metu mokiniams stiprinti psichologinį atsparumą,	4.Meno ir dramos terapijos užsiėmimų metu mokiniai stiprino psichologinį atsparumą,	

mokyti pabūti su savimi, savo mintimis, atsipalaiduoti, nusiraminti. 5. Organizuoti užsiėmimus tikslinei grupei mokinių, kurie domisi psichologija, ruošiasi ją studijuoti, stiprinti jų emocinę sveikatą ir komandinio darbo įgūdžius, kad galėtų padėti sau ir kitiems. 6. Organizuoti išvyką kurioje dalyvautų tikslinė grupė mokinių, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes, 7. Išleisti skrajutes ir suteikti informacijos apie psichinę sveikatą, kaip pažinti save, valdyti emocijas, priimti atsakingus sprendimus. 8. Tęsti bendradarbiavimą su Pasvalio rajono bei kitų savivaldybių mokyklomis, dalyvauti bendruose renginiuose 9. Įtraukti į projekto veiklas mokytojus ir tėvus (globėjus), organizuojant jiems mokymus ir paskaitas vaikų pažinimo, probleminio elgesio valdymo, priklausomybių bei pagalbos vaikams teikimo temomis. Projekto dalyviams suteikti naujausią informaciją, stiprinti vaikų pažinimo kompetencijas ir dalintis patirtimi.	mokėsi pabūti su savimi, savo mintimis, atsipalaiduoti, nusiraminti. – įvykdyta 5. Vyko užsiėmimai tikslinei grupei mokinių, kurie domisi psichologija, ruošiasi ją studijuoti, stiprinti emocinę sveikatą ir komandinio darbo įgūdžius, kad galėtų padėti sau ir kitiems.- įvykdyta 6. Įvykdyta išvyka į kurioje dalyvavo tikslinė grupė mokinių, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes 7. Išleistos skrajutės ir suteikta informacijos apie psichinę sveikatą, kaip pažinti save, valdyti emocijas, priimti atsakingus sprendimus – įvykdyta 8. Tęsiamas bendradarbiavimas su Pasvalio rajono bei kitų savivaldybių mokyklomis, dalyvavome bendruose renginiuose – įvykdyta 9. Projekto veiklose dalyvavo mokytojai ir tėvai. Projekto dalyviams suteikta naujausia informacija, stiprinamos vaikų pažinimo kompetencijos ir dalinama patirtimi – įvykdyta
---	---

8. Pasiiekti rezultatai

Eil. Nr.	Planuotos projekto veiklos pavadinimas (informacija iš Paraiškos)	Igyvendinta/neigyvendinta veikla (trumpai aprašyti)	Rodiklio pavadinimas ir matavimo vienetas (informacija iš Paraiškos)	Konkreiti kiekybinė išraiška (faktinis rezultatas)
1.	„Apskritojo stalo diskusija“	Igyvendinta. Numatytos projekto veiklos gairės	Diskusija – veiklos aptarimas	520 dalyvių
2.	„Mano SUPERklasė“	Igyvendinta. Bendradarbiavimo bei darbo komandoje įgūdžių ugdymo programa	4 teminės valandėlės keturioms pirmų klasių mokiniams	4 užsiėmimai, 115 mokinių
3.	„Savaitė BE STRESO“	Igyvendinta Teminės klasių valandėlės Vaizduojamojo meno, aromoterapijos ir muzikos terapijos užsiėmimai. Atsipalaidavimo zonos	Klasės valandėlės, psichoterapijos, atsipalaidavimo zonos, natūralių žolelių arbata, linkėjimai draugui ant vienkartinio puoduko	16 valandėlių – 400 dalyvių, 5 dienų užsiėmimai, daugiau kaip 500 dalyvių 2 dienas - 450 dalyvių
4.	Kaniterapija	Antistresinė arbata „Pasveikinkim vieni kitus“ Igyvendinta. Išvyka. Terapiniai užsiėmimai	4 val.kaniterapijos užsiėmimai	18 dalyvių
5.	Informacinės medžiagos paruošimas	Igyvendinta. Skrajutės	Skrajutės sveikatinimo temomis	300 skrajučių
6.	„Emocinės savijautos gerinimas panaudojant psichodramos metodus“	Igyvendinta. Užsiėmimai su Lietuvos muzikos ir teatro akademijos dramos terapijos dėstytoja, psichodramos specialiste V.Lipskyte.	Psichodramos užsiėmimai	6 valandų užsiėmimai, 20 dalyvių
7.	Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis	„Draugo diena“ Akcija „Žalia šviesa gyvenimui“	Rajono mokyklų renginys Bendras renginys jaunimo centre + akcija gimnazijoje	2 vedantieji 20 dalyvių + 300 akcijos dalyvių

8.	„Nuomonių dėžutė“	Prevencinė – emocinė terapija	Savanoriškas dalyvavimas	500 dalyvių
9.	Refleksijos „Sėkmės langas“	Pakalbiai – diskusijos	Apžvalginis renginys	Virš 500 dalyvių, projekto partneriai, darbuotojai

9. Įgyvendintų priemonių skaida (nurodykite kiek kartų buvo viešinta informacija apie planuojamas/įvykdytas veiklas iš Sveikatos programos skirtų lėšų)

Eil. Nr.	Viešinimo priemonė:	Viešinimo dažnumas (nurodyti, kiek kartų informacija buvo viešinta)
1.	Vietinė televizija (televizija „Langs“)	
2.	Rajono spauda (laikraštis „Darbas“)	
3.	Regiono spauda (pvz. laikraštis „Panevėžio kraštas“)	
4.	Savivaldybės internetinė svetainė	
5.	Įstaigos/organizacijos internetinė svetainė	5
6.	Socialiniai tinklai (pvz. „Facebook“)	6
7.	Parodos (piešinių, nuotraukų, rankdarbių)/stendai	3
8.	Lankstinukai	300
9.	Kita (įrašyti)...	

10. Problemos

Eil. Nr.	Įvardijamos problemos susijusios su projekto įgyvendinimu (įvardinkite problemas, pvz. mažas finansavimas, pasyvus bendruomenės narių dalyvavimas renginiuose, inventoriaus stoka ir pan.)
1.	
2...	

11. Vaizdinė medžiaga, iliustruojanti įvykdyto projekto rezultatus, kita svarbi informacija (įvardinkite Jums svarbią, dar nepateiktą, informaciją):

Punkto pakeitimai:

Nr. T1-274, 2017-12-20, paskelbta TAR 2017-12-22, i. k. 2017-20980

12. Projektui skirtų lėšų panaudojimas:

Eil. Nr.	Išlaidų paskirtis	Skirta suma, Eur	Panaudota suma, Eur
1.	Apmokėjimas už darbą lektoriams ir kitiems specialistams ir asmenims, vykdančiam projektą (išmokos pagal darbo sutartį, autorinę sutartį)	500	500
2.	Patalpų nuoma (išskyrus, jei patalpos priklauso pačiai organizacijai)		
3.	Transportas (nuoma, degalai, transporto bilietai)		
4.	Mažaverčių priemonių ir reikmenų įsigijimas (kanceliarinės prekės, higienos prekės, medikamentai, dezinfekcijos, deratizacijos, dezinsekcijos priemonės ir pan.)	300	300
5.	Sveikatinimo inventoriaus įsigijimas (treniruokliai, mankštoms reikalingas inventorių ir pan.)		
6.	Ryšių išlaidos susijusios su projekto įgyvendinimu, projekto įgyvendinimo laikotarpiu (telefonas, faksas, paštas, internetas)		
7.	Kopijavimo, vertimo paslaugos, skelbimai, nuotraukų gamyba, skrajutės, bukletai		
8.	Kitos su projekto įgyvendinimu susijusios išlaidos (maitinimo išlaidos, prizai, suvenyrai, sveikatingumo stovyklos ir pan.)	200	200
	Iš viso:	1000	1000

Papildyta punktu:

Nr. T1-274, 2017-12-20, paskelbta TAR 2017-12-22, i. k. 2017-20980

13. Projekto rezultatų vertinimas:

Projekto rezultatai:			Pastabos
pasiekti	dalinai pasiekti	nepasiekti	

Žymėjimas – X

Savivaldybės gydytojas

(parašas, data)

(vardas ir pavardė)

Papildyta punktu:

Nr. T1-240, 2018-12-19, paskelbta TAR 2018-12-20, i. k. 2018-20901

Projekto vadovas

Ataskaitą rengęs asmuo

Data 2024-01-03

(vardas, pavardė)