

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

PASVALIO RAJONO SAVIVALDYBĖS

2024 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	Gražvilė Tabokienė
2.2. Pareigos organizacijoje/įstaigoje	Socialinė pedagogė
2.3. Tel. el. paštas	+37060717783

3. Informacija apie projektą

3.1. Projekto finansavimo sutarties data ir numeris	2024- 05- 20, ASR-300	
3.2. Projekto vadovo vardas, pavardė	Gražvilė Tabokienė	
3.3. Planuotas įgyvendinimo laikotarpis	2024 birželis – gruodis	
3.4. Faktinis įgyvendinimo laikotarpis	2024 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)	500	368
3.6.2. Gautos lėšos	500	368
3.6.3. Išlaidos per projekto įgyvendinimo laikotarpį	500	368
3.6.4. Nepanaudotos lėšos	0	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, teikiančiai pagalbą sau kitiems, 1-4 klasių mokiniams, turintiems emocinių ir elgesio problemų – pagalbos suteikimui, 3 klasių mokiniams, kurie domisi psichologija, socialiniu darbu, savanoryste. 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 – **400** (1-4 gimnazijos klasių mokiniai, jauni mokytojai, sveikatos priežiūros specialistai) 30 - 60 metų – **60** (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 Mokiniai valandėlių metu pažinti save, savo stipriasias puses, skatinama mąstyti pozityviai, reflektuoti ir priimti atsakingus sprendimus. Relaksacijos zonoje (specialioje patalpoje) gimnazistai, mokytojai ir darbuotojai išbando atsipalaidavimo būdus. Tam naudojami sėdmaišiai, relaksacinė muzika, aromoterapija. Mokiniai kūrė ir spalvina mandalas. Akcija “Žalia šviesa gyvenimui” Akcija kviečia būti sąmoningesniems tiek savo, tiek aplinkinių psichikos sveikatos atžvilgiu, nebijoti ieškoti pagalbos. 4. Kaniterapijos užsiėmimai. Išvyka į Vaškų žirgyną. 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 informaciją apie emocinę sveikatą, kaip įveikti sunkumus, kaip stiprinti sveikatą ir atrasti dvasinę pusiausvyrą. Skatinamas gebėjimas kreiptis konsultacijos ir pagalbos. 6. Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis „Draugo diena“ „Saugi mokykla“, „Ižiebk žalią šviesą“. Įvairių veiklų metu jaunuoliai įtraukiami į jiems aktualių problemų sprendimą, ugdoma jų atsakomybė, skatinama dalintis patirtimi, bendradarbiauti 7. Paskaita mokiniams Mokiniai gilina žinias apie emocinę sveikatą, konfliktų valdymą, savęs pažinimą. 8. Mokinių savipagalbos grupių užsiėmimai „Asmeninės ribos“. Mokiniai įsivertina savo emocijas, supranta jų atsiradimo priežastis ir nusiramavimo būdus. 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. „Apskritojo 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, 150 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 praveda užsiėmimų programa, dalyvavo 1a,

1b, 1c ir 1d klasių gimnazistai - 120 mokinių,
4 (pirmųjų) klasės. Trukmė - 6 valandos.

3. Renginių „**Savaitė BE STRESO**“ veiklos:

Teminės klasės valandėlės „Streso įveikos būdai“. Valandėlių metu buvo mokomasi 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 - 120, 2 – kų – 104, 3 – kų – 97, 4 – kų – 102. Viso apie 423 mokiniai.

Relaksacijos zonoje (specialioje patalpoje) gimnazistai, mokytojai ir darbuotojai galėjo išbandyti atsipalaidavimo būdus. Tam buvo naudojami sėdmaišiai, relaksacinė muzika, aromoterapija, 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).

Akcija „Žalia šviesa gyvenimui“ Akcija kvietė būti sąmoningesniems tiek savo, tiek aplinkinių psichikos sveikatos atžvilgiu, nebijoti ieškoti pagalbos. Akcijoje dalyvavo visi gimnazistai ir mokytojai apie 500 dalyvių.

4. Kaniterapijos užsiėmimai. Išvyka į Vaškų žirgyną. Išvykoje dalyvavo mokinių tikslinė grupė, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes, turi bendravimo problemų, su gyvūnais pabendravę paaugliai atsipalaidavo ir nusiramino. Dalyvavo 17 mokinių, visuomenės sveikatos specialistė, socialinė pedagogė, mokinio padėjėja. 17 mokinių sustiprėjo ryšys tarp psichinio atsparumo ir fizinio aktyvumo.

5. Informacinės medžiagos paruošimas
Skrajučių paruošimas ir platinimas.
Pateikiama informacija apie emocinę sveikatą, kaip įveikti sunkumus, kaip stiprinti

sveikatą ir atrasti dvasinę pusiausvyrą, kaip sveikai gyventi. Išleista 200 skrajučių.

6. Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis : „Draugo diena“ „Saugi mokykla“, akcija „Žalia šviesa gyvenimui“ Įvairių veiklų metu jaunuoliai buvo įtraukiami į jiems aktualių problemų sprendimą. 6 gimnazistai vedė užsiėmimus „Draugo diena“ su lopšelio – darželio žilvytis ugdytiniais. Apie 500 dalyvių dalyvavo gimnazijoje akcijoje Pasaulinei psichinės sveikatos dienai pažymėti.

7. Paskaita mokiniams Mokiniai gilino žinias apie emocinę sveikatą, konfliktų valdymą, savęs pažinimą ir asmeninę atsakomybę. Paskaitose su psichologe dalyvavo 100 abiturientų, 20 mokytojų ir apie 80 1-2 klasių gimnazistų.

8. Mokinių savipagalbos grupių užsiėmimai „Asmeninės ribos“. Mokiniai įsivertino savo emocijas, supranta jų atsiradimo priežastis ir nusiramino būdus. Pravedti 6 užsiėmimai po 1val. Dalyvavo 45 dalyviai

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	Atnaujinome anksčiau vykdytą prevencinę programą, įvykdėme visas užplanuotas veiklas, stiprinome emocinę sveikatą, mokiniai galėjo	

realizuotų savo gebėjimus, galėtų susidoroti su įprastu kasdieninio gyvenimo stresu, dirbtų produktyviai, gebėtų pažinti save ir savo stipriąsias puses, gebėtų valdyti savo emocijas, nusivylimą, pyktį, sugebėtų veiksmingai spręsti problemas ir priimti atsakingus sprendimus	realizuoti savo gebėjimus, mokėsi susidoroti su kasdieninio gyvenimo stresu, pažinti save ir savo stipriąsias 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.	„Apskritojo stalo“ diskusijos klasės valandėlės, individualūs ar grupiniai pokalbiai. Savęs, savo stipriųjų pusių pažinimas - įvykdyta	
2. Apsibrėžti nulinę tolerancijos ribą, kad gimnazistai žinotų, kad ši aplinka yra saugi, o jis yra saugios aplinkos dalis.	Mokiniai įtvirtino, kad mokykloje nėra vietos netolerancijai, smurtui, patyčioms - 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. Susitikimų su specialistais metu mokyti atpažinti savo emocijas ir panaudoti emocijų supratimo įgūdžius tam, kad konstruktyviai valdytų savo elgesį ir emocines reakcijas į žmones, mokytųsi nusiraminimo ir streso įveikimo technikų. 4. Meno terapijos užsiėmimų metu mokiniams stiprinti psichologinį atsparumą, mokyti pabūti su	Mano SUPERklasė“ pagerinti tarpusavio santykius, mokėsi dirbti komandoje ir pasidalinti atsakomybėmis klasės bendruomenėje.- įvykdyta Susitikimuose su specialistais mokiniai mokėsi valdyti savo elgesį ir emocines reakcijas į žmones, mokėsi nusiraminimo ir streso įveikimo technikų. Meno terapijos užsiėmimų metu mokiniai stiprina psichologinį atsparumą, mokėsi 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 savęs pažinimo užsiėmimus savęs pažinimo kontekste, mokyti atpažinti savo asmenybės aspektus (vertybes, interesus, gabumus, kompetencijas ir asmenines savybes) ir susieti juos su savo ateities planais ir vizijomis. 7. Organizuoti kaniterapijos užsiėmimai tikslinei grupei mokinių, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes. 8. 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 Kurti pasitikėjimo atmosferą, kad mokiniai ieškotų pagalbos ir teikti pagalbą mokiniams, kurie turi problemų 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	savimi, savo mintimis, atsipalaiduoti, nusiraminti. – įvykdyta 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 Organizuoti savęs pažinimo užsiėmimai savęs pažinimo kontekste, buvo mokoma atpažinti savo asmenybės aspektus - įvykdyta Išvyka į kurioje dalyvavo tikslinė grupė mokinių, kurie jaučiasi sutrikę, užsisklendę savyje, jaučia įvairias baimes - įvykdyta Per įvairias veiklas mokiniai mokėsi valdyti emocijas, priimti atsakingus sprendimus – įvykdyta 8. Tęsimas bendradarbiavimas su Pasvalio rajono bei kitų savivaldybių mokyklomis, dalyvavome bendruose renginiuose – įvykdyta Mokiniai projekto veiklų metu buvo skatinami ieškoti pagalbos, kuriama pagarbi, pasitikėjimu grįsta atmosfera - įvykdyta 9. Projekto veiklose dalyvavo mokytojai ir tėvai. Projekto dalyviams suteikta naujausia informacija, stiprinamos vaikų pažinimo kompetencijos ir dalinamasi patirtimi – įvykdyta	
---	---	--

pažinimo kompetencijas ir dalintis patirtimi.		
---	--	--

8. Pasiekti rezultatai

Eil. Nr.	Planuotos projekto veiklos pavadinimas (informacija iš Paraiškos)	Įgyvendinta/neįgyvendinta veikla (trumpai aprašyti)	Rodiklio pavadinimas ir matavimo vienetas (informacija iš Paraiškos)	Konkreiti kiekybinė išraiška (faktinis rezultatas)
1.	„Apskritojo stalo diskusija“	Įgyvendinta. Numatytos projekto veiklos gairės	Diskusija – veiklos aptarimas	120 dalyvių
2.	„Mano SUPERklasė“	Įgyvendinta. Bendradarbiavimo bei darbo komandoje įgūdžių ugdymo programa	4 teminės valandėlės keturioms pirmų klasių mokiniams	4 užsiėmimai, 120 mokinių
3.	„Savaitė BE STRESO“	Įgyvendinta Teminės klasių valandėlės Aromoterapijos, meno ir muzikos terapijos užsiėmimai. Atsipalaidavimo zonos	Klasės valandėlės, psichoterapijos, atsipalaidavimo zonos,	16 valandėlių – 420 dalyvių 5 dienų užsiėmimai, daugiau kaip 500 dalyvių
4.	Kaniterapija	Antistresinė arbata Įgyvendinta. Išvyka.	natūralių žolelių arbata,	20 dalyvių
5.	Informacinės medžiagos paruošimas	Terapiniai užsiėmimai Įgyvendinta. Skrajutės	2 val.kaniterapijos užsiėmimai Skrajutės sveikatinimo temomis	200 skrajučių
6.	Bendradarbiavimas su kitomis mokyklomis	Įgyvendinta. „Draugo diena“ Akcija „Žalia šviesa gyvenimui“	Bendras renginys su Žilvyčio darželiu + akcija gimnazijoje	6 savanoriai + 400 akcijos dalyvių
7.	Paskaita mokiniams	Įgyvendinta. Psichologės A.Blandės paskaita		180 dalyvių +20 mokytojų
	Mokinių savipagalbos grupių užsiėmimai	Įgyvendinta. Užsiėmimai grupėse	6 užsiėmimai po 1val.	45 dalyviai
8.	„Nuomonių dėžutė“	Įgyvendinta. Surinktos nuomonės	Savanoriškas dalyvavimas	400 dalyvių

9.	Refleksijos „Sėkmės langas“	Įgyvendinta. Pokalbiai – diskusijos	Apžvalginis renginys	Virš 530 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.	Ištaigos/organizacijos internetinė svetainė	3
6.	Socialiniai tinklai (pvz. „Facebook“)	7
7.	Parodos (piešinių, nuotraukų, rankdarbių)/stendai	2
8.	Lankstinukai	200
9.	Kita (įrašyti)...	

10. Problemos

Eil. Nr.	Įvardijamos problemos susijusios su projekto įgyvendinimu (įvardinkite problemas, pvz. mažas finansavimas, pasyvus bendruomenės narių dalyvavimas renginiuose, inventorius 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, vykdant projektą (išmokos pagal darbo sutartį, autorinę sutartį)	300	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, dezinfekcijos priemonės ir pan.)	100	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.)	100	200
	Iš viso:	500	1000

Papildyta punktu:

13. Projekto rezultatų vertinimas:

Projekto rezultatai:			Pastabos
pasiekti	dalinai pasiekti	nepasiekti	

Žymėjimas – X

Savivaldybės gydytojas

(parašas, data)

(vardas ir pavardė)

Papildyta punktu:

Projekto vadovas

(parašas)

(vardas, pavardė)

Ataskaitą rengęs asmuo

(parašas)

(vardas, pavardė)

Data