



Šķības pamatskola – veselību veicinoša skola

No 2015./2016.m.g. Šķības pamatskola ir iesaistījies Nacionālajā Veselību veicinošo skolu tīklā.

Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla (NVVST) mērķis ir apvienot skolas, kas veselību veicinošu skolas vidi redz kā vienu no skolas darbības mērķiem, dodot tām iespēju dalīties pieredzē un gūt jaunas idejas par veselības veicināšanas praksi skolās, atbalstīt skolas veselību veicinošu aktivitāšu īstenošanā un, integrējot veselību veicinošas aktivitātes skolas ikdienas darba un mācību procesā, veicināt skolēnu un skolas darbinieku veselību.

2017.gada rudenī veselību veicinošu skolu tīklā iesaistījās 83 skolas un 4 pirmsskolas izglītības iestādes no visas Latvijas. NVVST var iesaistīties ikviena vispārējās vai profesionālās izglītības iestāde, kura vēlas īstenot veselības veicināšanas pasākumus. Lai piedalītos NVVST, skolai ir jāstrādā pie Veselību veicinošām izglītības iestādēm noteikto kritēriju izpildes. Piemēram, jāizveido Veselību veicinošās skolas padome, jāveicina skolēnu iesaistīšanās ar fiziskām aktivitātēm saistītā izglītībā, jāpiedalās programmās „Skolas auglis ” un „Skolas piens ”, jānodrošina veselīga emocionālā un fiziskā skolas vide, jāorganizē citi veselību veicinoši pasākumi.

2016.gada 2.decembrī Slimību profilakses un kontroles centrs (SPKC) 55 Latvijas skolām piešķīra Veselību veicinošas izglītības iestādes statusu. To skaitā ir arī Šķības pamatskola.

Apvienojoties kustībā, varam iegūt vairāk pieredzes un labās prakses piemēru, konsultatīvo atbalstu apmācībai veselības jautājumos, jaunāko informāciju un materiālus par veselīgu dzīvesveidu un veselības veicināšanu.

2015./2016.mācību gads

29.septembrī aktīvi piedalījāmies Pasaules sirds dienas atzīmēšanā, izmantojot SPKC piedāvātos materiālus: video, audio, infografiku, plakātu, veselīga uztura receptes u.c. Skolai piešķirts tituls „Sirsnīgā skola” par atsaucību un aktīvu līdzdalību 2015.gada Pasaules sirds dienas atzīmēšanā.

25.novembrī skolā notika Veselības ministrijas un Slimību profilakses un kontroles centra rīkotais pasākums „Pievienojies mums - brīvajiem!”. 6.-9.klašu skolēni uzzināja par tabakas kaitīgumu.

No oktobra līdz decembrim 8.,9.klašu skolēni piedalījās projektā „Reproduktīvās veselības, dzimumattīstības, attiecību veidošanas un atbildības jautājumi”, kuru organizēja SPKC sadarbībā ar biedrību „Papardes zieds”.

26.janvārī programmas „Skolas auglis” ietvaros notika pasākums par augļiem. Skolēniem tika piedāvāta iespēja piedalīties izglītojošā pasākumā, kura mērķis bija veicināt zināšanas par veselīgu uzturu un dzīvesveidu, augļu un dārzeņu labvēlīgo ietekmi uz veselību. Skolēni nostiprināja un papildināja savas zināšanas par veselīgu dzīvesveidu.

29. un 30.martā skolā norisinājās drošības nedēļa. Tās ietvaros notika dažādi pasākumi. 29.martā pie mums viesojās Jelgavas Ceļu policijas pārstāvji. 1.-4.klašu skolēniem notika konkurss „Esi drošs uz ceļa”. 30.martā 5.-9.klašu skolēniem Ceļu policijas inspektore novadīja nodarbību „Uzmanīgi – ceļš!”.

Skolā tika pievērsta uzmanība skolēnu veselības aprūpei. Ir notikušas apmācības gan skolēniem, gan pedagogiem par to, kā sniegt pirmo medicīnisko palīdzību.

Uztura speciālists ir vadījis nodarbību vecākiem, pedagogiem par veselīga uztura tēmu.

Jomas „Cilvēks un sabiedrība” metodiskās komisijas ietvaros visi skolēni tika iepazīstināti ar ātrās neatliekamās palīdzības mašīnu. Brigādes medicīnas darbinieki demonstrēja skolēniem medicīniskās ierīces un cilvēku glābšanas iespējas.

Visa mācību gada garumā notika sportiskas aktivitātes. Skola piedāvāja nodarbības sporta pulciņā un tautas dejās. 1.-4.klasēs bija koriģējošās vingrošanas nodarbības.

Veselīga dzīvesveida principi tiek pārrunāti audzināšanas, mājturības un tehnoloģiju, bioloģijas, sociālo zinību stundās.

2016./2017.mācību gads

21. novembrī 1.,2.klašu skolēniem notika Veselības ministrijas un SPKC rīkots pasākums par personīgo higiēnu, uzsverot pareizu roku mazgāšanu.

1.decembrī 1.-4.klašu skolēniem notika meistarklase par veselīga uztura pagatavošanu. Veselīga uztura meistarklases 90 minūšu nodarbību vadīja šefpavārs Juris Latišenoks un uztura speciāliste Lizete Puga. Kopā ar bērniem tika pārrunāts par veselīgu uzturu, gatavots ēdiens un arī degustēts.

2.decembrī notika SPKC organizētais seminārs. Tajā piedalījās Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla koordinatori. Seminārā tika apspriesta tēma par negatīvā stresa mazināšanu un pozitīvu savstarpējo attiecību veidošanu skolas ikdienas un mācību darba procesā.

2016./2017.mācību gadā piedalījāmies starptautiskajā Ekoskolu projektā „Ēdam atbildīgi!” 16. martā projekta ietvaros skolā tika organizēts izglītojošs pasākums „ Atbildīga ēdiena izvēle”. Tika pārrunāts par pārtikas ietekmi uz vidi, veselību un kā atbildīga rīcība var to mainīt.

No novembra līdz februāra vidum skolā tika īstenota programma „Skolas auglis”. 1.- 9.klašu skolēni trīs dienas nedēļā ēda veselīgus, vitamīniem bagātus ābolus un bumbierus. Projekta noslēgumā 1.-9.klašu skolēniem tika organizēts izzinošs pasākums „Skolas auglis”. Aktivitātes

popularizēja veselīgu dzīvesveidu. 14.februāra pēcpusdienā klašu komandas piedalījās pasākumā, veicot teorētiskus un praktiskus uzdevumus.

Skolas darbā regulāri tiek izmantoti SPKC piedāvātie metodiskie materiāli un izglītojoši video par veselības veicināšanas jautājumiem (par fizisko aktivitāšu veicināšanu, par traumatisma profilaksi bērniem, par zobu tīrīšanu).

2017./2018.mācību gads

Skolas atbalsta personāls (medicīnas māsa, izglītības psihologs, skolotājs logopēds, sociālais pedagogs, speciālais pedagogs) iekļāva savos darba plānos veselību veicinošus mērķus.

Visi mācību priekšmetu skolotāji integrēja veselību veicinošas aktivitātes atbilstoši mācību priekšmeta programmai un veica ierakstus e - klases žurnāla piezīmēs par veselību veicinošām aktivitātēm.

Piedalījāmie aktivitātēs, kuras izglītības iestādēm piedāvāja SPKC.

26.septembrī SPKC viesojās mūsu skolā, lai vadītu nodarbības 1.klases skolēniem par personīgo higiēnu un 2.klases skolēniem par traumatisma profilaksi.

16.oktobrī jomas „Tehnoloģiju un zinātņu pamati” mācību priekšmetu nedēļas ietvaros tika organizēta lekcija un praktiskā nodarbība par tēmu „Veselīgs uzturs”.

3.novembrī notika diskusija par reproduktīvo veselību 8.klases skolēniem.

15.decembrī notika ikgadējais Nacionālā Veselību veicinošo skolu tīkla koordinātoru seminārs. SPKC speciālisti informēja par paveikto 2017.gadā un iezīmēja plānotās aktivitātes 2018.gadam. Ik gadu seminārā skolas dalās ar savu pieredzi veselību veicinošas vides veidošanā un veselību veicinošu pasākumu organizēšanā.

17.janvārī 6.- 8.klašu skolēniem notika diskusija par tēmu „Cieni sevi un cieni citus”.

26.janvārī notika pasākums par augļiem, kas bija veltīts programmai „Skolas auglis”. Skolēniem tika piedāvāta iespēja piedalīties izglītojošā pasākumā, kura mērķis bija veicināt zināšanas par veselīgu uzturu un dzīvesveidu, augļu un dārzeņu labvēlīgo ietekmi uz veselību.

21.martā 7., 8.klašu skolēniem notika diskusija par dzimumu līdztiesību.

Skolēni izteica vēlmi iesaistīties šāda veida nodarbībās biežāk, jo viņi saņēma noderīgu informāciju.

Skola regulāri saņēma no SPKC konsultatīvo atbalstu, apmācības veselības jautājumos, jaunāko informāciju un materiālus par veselīgu dzīvesveidu un veselības veicināšanu.

2018./2019.mācību gadā dalība tiek turpināta.

Skolotāja

A.Kačkane