PATVIRTINTA
Pabiržės pagrindinės mokyklos
direktoriaus 2016 m. gruodžio 31 d.
įsakymu Nr. V - 214

PABIRŽĖS PAGRINDINĖS MOKYKLOS SVEIKATOS STIPRINIMO PROGRAMA „BŪTI SVEIKAM LENGVA, TARSI 1-2-3”

I SKYRIUS
BENDROSIOS NUOSTATOS

1. Pabiržės pagrindinės mokyklos Sveikatos stiprinimo programa „Būti sveikam lengva, tarsi 1-2-3“ 2017–2021 mokslo metams, sudaryta atsižvelgus į strateginius įstaigos planus, mokyklos veiklos programą, bendruomenės poreikius, nustato 2017–2021 mokslo metams tikslus bei uždavinius, apibrėžia prioritetus ir priemones uždaviniams vykdyti.

2. Programa siekiama tobulinti mokinių ir mokyklos bendruomenės sveikos gyvensenos įgūdžius.

3. Programa parengta atsižvelgus į 2016–2020 m. mokyklos strateginį veiklos planą, patvirtintą 2016 m. kovo 3 d. direktoriaus įsakymu Nr. V-44 ir 2016 metų mokyklos veiklos planą, patvirtintą 2016 m. kovo 3 d. direktoriaus įsakymu Nr. V-45.

4. Programą įgyvendins mokyklos administracija, pedagogai, kiti specialistai ir darbuotojai, mokiniai bei jų tėvai.

II SKYRIUS
SITUACIJOS ANALIZĖ

5. 2016 metų rugsėjo mėnesio duomenimis mokyklą lanko 122 mokiniai, dirba 27 pedagogai ir kiti specialistai.

Mūsų mokykla nuolat rūpinasi visapusiška mokinių sveikata. Kiekvienais mokslo metais į klasių auklėtojų bei dalykų programas yra integruojama žmogaus saugos (civilinės saugos, priešgaisrinės saugos ir saugaus eismo programa), priklausomybę sukeliančių medžiagų vartojimo prevencijos, lytiškumo ugdymo ir sveikatingumo programa, apimanti gyvenimo įgūdžių ugdymą, sveikatos ugdymą, tabako, alkoholio ir kitų psichiką veikiančių medžiagų vartojimo, nelaimingų atsitikimų, patyčių prevenciją. Mokykloje organizuojami įvairūs sveikatos skatinimo renginiai: sportinės varžybos, akcijos, viktorinos, ekskursijos, rajoninės sveikatingumo dienos.

Mokykla organizuoja rajoninę gamtosauginę – sveikatingumo dieną mokykloje, skirtą pradinių klasių mokiniams. Dalyvauja respublikiniame konkurse „Sveikuolių sveikuoliai“, projekte „Sveikatiada“, nacionaliniame konkurse „Nuveik sveikatos labui.lt“, kuriame yra gavusi Lietuvos mokinių neformaliojo švietimo centro padėkos raštą už kūrybiškai ir originaliai pateiktas idėjas „Eko8 mus veža“, rajoniniame sveikatiados konkurse „Sveikuolių sveikuoliai“ – 1 vietą.

Mokykla nedidelė, todėl rudens ir žiemos sezono metu sergamumas virusinėmis ligomis pasitaiko retai, nes mokiniai daug juda, padeda tėvams atlikti namų ruošos darbus lauke. Todėl sekdami kitų mokyklų, dalyvaujančių Sveikatos stiprinimo programoje, pavyzdžiu, sieksime dalyvauti šioje programoje ir mes.

Vykdant vidaus auditą, sveikatos stiprinančios mokyklos veiklos srities rodikliai įvertinti:

1 sritis. Sveikatos stiprinimo veiklos valdymo struktūra, politika ir kokybės garantavimas – 3 lygiu.

2 sritis. Psichosocialinė aplinka - 4 lygiu.

3 sritis. Fizinė aplinka – 3 lygiu.
4 sritis. Žmogiškieji ir materialieji ištekliai – 3 lygiu.
5 sritis. Sveikatos ugdymas – 3 lygiu.
6 sritis. Sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos sklaida – 3 lygiu.

III SKYRIUS
TIKSLAS IR UŽDAVINIAI

6. Tikslas - Stiprinti mokinių ir kitų mokyklos bendruomenės narių fizinę, psichinę, socialinę sveikatą, gilinti sveikatos žinias bei bendromis pastangomis, kurti integruotą, visa apimančią sveikatos stiprinimo ir sveikatai palankią aplinką.

7. Uždaviniai:
7.1. formuoti mokinių sveikatą stiprinančius fizinius, psichinius ir socialinus gebėjimus bei sudaryti galimybę jiems realizuotis;
7.2. vykdyti sveikatą stiprinančios mokyklos veiklos sklaidą mokykloje, rajone, respublikoje;
7.3. kurti sveiką, saugią darbo ir ugdymosi aplinką visiems mokyklos bendruomenės nariams;
7.4. skatinti socialinių partnerių dalyvavimą kuriant sveikatą stiprinančią mokyklą.

IV SKYRIUS
VEIKLOS KRYPTYS

8. Programa bus įgyvendinama šiomis veiklos kryptimis:
8.1. Pedagogų veikla;
8.2. Veikla su mokiniais;
8.3. Bendradarbiavimas su tėvais, socialiniais partneriais;
8.4. Veiklos sklaida.

V SKYRIUS
NUMATOMI REZULTATAI

9. Įgyvendinus šią programą:
9.1. mokiniai žinos sveikatą stiprinančius veiksnius, ugdysis įpročius sveikai gyventi;
9.2. apie mokyklos sveikatą stiprinančią veiklą bus supažindinta visuomenė, gerės mokyklos įvaizdis;
9.3. darbo ir ugdymosi aplinka taps sveikesnė ir saugesnė. Bendruomenės nariai sistemingai ir įvairiomis formomis gaus informaciją sveikatos stiprinimo klausimais;
9.4. Socialinių partnerių indėlis į mokyklos sveikatos stiprinimo veiklą bus tikslingas ir kryptingas.

VI SKYRIUS
PROGRAMOS VERTINIMAS

10. Programos įgyvendinimas bus vertinamas vadovaujantis metodinėmis rekomendacijomis „Sveikatą stiprinančių mokyklos veiklos vertinimo rodikliai ir jų taikymas“, Vilnius, 2007.

VII SKYRIUS
PROGRAMOS ĮGYVENDINIMAS

11. Programos įgyvendinimo priemonės pateiktos 1 priede.

12. Programa įtraukiama į metinę veiklą, detalizuojama, parenkamos konkrečios veiklos 2 priede.

13. Už programos įgyvendinimo koordinavimą atsakinga sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė, patvirtinta mokyklos direktoriaus 2016 m. gruodžio 30 d. įsakymu Nr. V – 213.

14. Sveikatos stiprinimo veiklos organizavimo grupė mokyklos bendruomenei metų pabaigoje pateikia metinę ataskaitą, galutinę ataskaitą 2021 metų pabaigoje mokyklos bendruomenei ir Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centrui.

VIII SKYRIUS
BAIGIAMOSIOS NUOSTATOS

15. Mokykla nori būti pripažinta sveikatą stiprinančia mokykla ir sieks aukšto lygio rezultatų.

16. Visa bendruomenė kartu su mokinių tėvais atsakingai vykdys ir įgyvendins sveikatą stiprinančios mokyklos programą.

17. Programa parengta remiantis „Mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis“ aprašu, patvirtintu LR sveikatos apsaugos ministro ir LR švietimo ir mokslo ministro 2007 m. rugpjūčio 16 d. įsakymo Nr. V. 684/ISAK-1637.

_____

Sveikatos stiprinimo 2017–2021 metų

programos „Būti sveikam lengva, tarsi 1–2–3“

1 priedas

SVEIKATOS STIPRINIMO 2017-2021 METŲ PROGRAMA

„BŪTI SVEIKAM LENGVA, TARSI 1–2–3”

(Pagal mokyklų pripažinimo sveikatą stiprinančiomis mokyklomis tvarkos aprašo 1 priedą).

1 veiklos sritis. SVEIKATOS STIPRINIMO VEIKLOS VALDYMO STRUKTŪRA, POLITIKA IR KOKYBĖS GARANTAVIMAS

TIKSLAS – Užtikrinti mokyklos, kaip sveikatą stiprinančios mokyklos, veiklos planavimą ir įgyvendinimą.

UŽDAVINYS: Plėtoti sveikatos stiprinimą mokykloje.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
1.1.	Sudaryti sveikatos stiprinimo veiklos grupę, paskirstyti veiklos sritis	Mokslo metų pradžioje	Administracija
1.2.	Sukurti sveikatos stiprinimo programą mokykloje	2016 m. gruodžio mėn.	Sveikatos stiprinimo grupė
Laukiamas rezultatas – tinkamas planavimas ir veiklos inicijavimas padės sėkmingai ugdyti mokinių sveikatą.			

2 veiklos sritis. PSICHOLOGIINĖ APLINKA

TIKSLAS – Kurti palankią sveikatai darbo ir mokymosi psichosocialinę aplinką.

UŽDAVINYS: Kurti ir puoselėti gerus bendruomenės narių tarpusavio ryšius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
2.1.	Į sveikatos ugdymo veiklą įtraukti visus bendruomenės narius	Visus metus	Sveikatos stiprinimo grupė
2.2.	Supažindinti mokinių tėvus ir visą bendruomenę su sveikatos stiprinimo programos uždaviniais ir veiklomis (sklaida mokyklos tinklalapyje, bendruose tėvų susirinkimuose)	Visus metus	Sveikatos stiprinimo grupė
2.3.	Įtraukti mokinių tarybą, priimant sprendimus sveikatos ugdymo klausimais	2016 metų rugsėjo mėn.	Sveikatos stiprinimo grupė
2.4.	Organizuoti bendrus renginius, išvykas, skatinančias draugiškus bendruomenės tarpusavio santykius	Kiekvienais mokslo metais	Administracija Sveikatos stiprinimo grupė

2.5.	Atlikti 1 ir 5 klasių bei naujai atvykusių mokinių adaptacijos vertinimą	Lapkričio mėn. ir pagal poreikį	Administracija Klasių auklėtojai Pagalbos specialistai
2.6.	Mokymosi, adaptacijos, bendravimo ir kitų mokiniams iškylančių problemų sprendimas, prevencinė veikla	Pagal poreikį	Vaiko gerovės komisija Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Administracija
2.7.	Pagalba specialiųjų poreikių turintiems mokiniams	Visus metus	Klasių auklėtojai Dalykų mokytojai Pagalbos specialistai
2.8.	Dalyvauti seminaruose, paskaitose	Kasmet	Administracija Sveikatos stiprinimo grupė Pagalbos specialistai
Laukiamas rezultatas – bus užtikrintas saugus ir sveikas mokyklos bendruomenės psichologinis kliamatas.			

3 veiklos sritis. FIZINĖ APLINKA

TIKSLAS – Kurti saugią ir higienos reikalavimus atitinkančią ugdymo aplinką mokykloje.

UŽDAVINYS: Vykdyti mokyklos išorės ir vidinės aplinkos priežiūros darbus, formuoti sveikos mitybos įpročius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
3.1.	Mokyklos patalpų priežiūra	2017–2021	Administracija
3.2.	Edukacinių erdvių kūrimas (žaidimų aikštelės kieme ir kt.)	2017–2021	Administracija
3.3.	Kainetų aprūpinimas techninės įrangos priemomėnis	2017–2021	Administracija IT inžinierius
3.4.	Mokyklos vidaus bendrųjų patalpų atnaujinimas	2017–2021	Administracija
3.5.	Į sveikatingumo į renginius įtraukti ne tik mokinius, bet ir visą bendruomenę.	Visus metus	Administracija Sveikatos stiprinimo grupė
3.6.	Dalyvauti rajoniniuose ir respublikiniuose fizinio aktyvumo, sveikos gyvensenos projektuose, renginiuose ir kt.	Visus metus	Administracija Sveikatos stiprinimo grupė
3.7.	Ugdymo procesą organizuoti pagal higienos reikalavimus	Visus metus	Klasių auklėtojai Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė
3.8.	Organizuoti sveikos mitybos reikalavimus atitinkantį mokinių maitinimą.	2017–2021	Visuomenės sveikatos priežiūros specialistė Valgyklos darbuotojos
Laukiamas rezultatas – mokiniai, mokykloje jausis saugūs, bus matinami reikalavimus atitinkančiais maisto produktais.			

4 veiklos sritis. ŽMOGIŠKIEJI IR MATERIALIEJI IŠTEKLIAI

TIKSLAS – Naudoti mokykloje esančius išteklius sveikatos stiprinimui ir ugdymu gerinti.

UŽDAVINYS: Didinti pedagogų ir tėvų vaidmenį, formuojant sveikos gyvensenos įpročius mokiniams bei racionaliai panaudoti esamus materialiuosius išteklius.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
4.1.	Kelti pedagogų kvalifikaciją mokinių sveikatos stiprinimo klausimais	2017–2021	Administracija
4.2.	Aktyviai bendradarbiauti su socialiniais partneriais rajone sveikatos stiprinimo klausimais	2017–2021	Administracija Sveikatos stiprinimo grupė
4.3.	Pritraukti lėšų iš rengiamų ir vykdomų sveikatingumo projektų rajono ir respublikos mastu	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė
4.4.	Racionaliai panaudoti lėšas sveikatos ugdymui: tėvų labdaros, rėmėjų lėšos	2017–2021	Administracija
Laukiamas rezultatas – racionalus sukauptų resursų panaudojimas, užtikrins kokybišką mokinių sveikatos ugdymą.			

5 veiklos sritis. SVEIKATOS UGDYMAS

TIKSLAS – Užtikrinti sveikatos ugdymo kokybę.

UŽDAVINYS: Plėtoti sveikatos ugdymo procesus mokykloje.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
5.1.	Sveikatos ugdymo programą integruoti į mokomųjų dalykų, modulių, pasirenkamųjų dalykų programas, neformaliojo ugdymo užsiėmimus, klasių valandėles.	2017–2021	Klasių auklėtojai Dalykų mokytojai
5.2.	Tėvus (globėjus) įtraukti į bendrų renginių organizavimą.	2017–2021	Klasių auklėtojai Sveikatos stiprinimo grupė
4.3.	Pritraukti lėšų iš rengiamų ir vykdomų sveikatingumo projektų rajono ir respublikos mastu.	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė
4.4.	Racionaliai panaudoti lėšas sveikatos ugdymui: tėvų labdaros, rėmėjų lėšos	2017–2021	Administracija
Laukiamas rezultatas – Bus išplėtoti sveikatos ugdymo procesai mokykloje.			

6 veiklos sritis. SVEIKATĄ STIPRINANČIOS MOKYKLOS VEIKLOS SKLAIDA IR TĘSTINUMO LAIDAVIMAS

TIKSLAS – Skleisti sveikatą stiprinančios mokyklos patirtį mokyklos bendruomenei.

UŽDAVINYS: Dalintis sveikatos stiprinimo veiklos gerąja patirtimi bendruomenėje ir už jos ribų.

Rodiklis	Priemonė	Data	Atsakingi asmenys
6.1.	Nuolat supažindinti bendruomenės narius su mokinių sveikatos stiprinimo programos veiklomis, skleisti gerąją patirtį mokykloje	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė
6.2.	Dalintis patirtimi su kitomis Biržų rajono mokyklomis, dalyvausiančiomis sveikatos stiprinimo programoje	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė
6.3.	Sukurti sveikatos stiprinimo grupės veiklai skirtą puslapį mokyklos internetiniame tinklalapyje.	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė IT inžinierius
6.4.	Skleisti informaciją apie sveikatos stiprinimą, mokyklos internetiniame tinklalapyje, stenduose ir kt.	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė IT inžinierius
6.5.	Komunikacijos pagalba (spaudoje, konferencijose ir kt.) skleisti mokyklos gerąją darbo patirtį sveikatos stiprinimo klausimais.	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė
6.6.	Sudominti ir skatinti Biržų rajono bendrojo lavinimo įstaigas ir socialinius partnerius sekti mūsų pavyzdžiu – stiprinti mokinių sveikatą.	2017–2021	Sveikatos stiprinimo grupė Administracija
Laukiamas rezultatas – Apie mūsų mokyklos veiklą sveikatinimo srityje sužinos tėvai, bendruomenė. Sukaupta patirtis bus naudinga tolimesnei mūsų veiklai.			

Sveikatos stiprinimo 2017–2021 metų

programos „Būti sveikam lengva, tarsi 1–2–3“

2 priedas

SVEIKATOS STIPRINIMO 2017–2021 METŲ PROGRAMOS

„BŪTI SVEIKAM LENGVA, TARSI 1–2–3“

VEIKLOS PLANAS

Turinys	**Vykdytojai**	**Tikslinė grupė**	**Laikotarpis**
Psichikos sveikata: Savižudybių prevencijai. Paskaita: Planuodamas nusižudyti, žmogus rodo signalus.	Sveikatos priežiūros specialistė	9 klasės mokiniai	Sausis
Sveikatos pamoka „Grūdinkimės ir būkime sveiki“.	Sveikatos priežiūros specialistė	8 klasės mokiniai	
Kaimo vietovių mokyklų berniukų futbolo 5x5 varžybos	Kūno kultūros mokytojas	5–7 klasių mokiniai	
Vasaris - sveikatingumo mėnuo. Viktorina „Sveikatiada“	Sveikatos priežiūros specialistė	5–6 klasių mokiniai	Vasaris
Stendas „Virusinės ligos-kaip apsisaugoti?“	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Kaimo vietovių mokyklų „Drąsūs, stiprūs, vikrūs“ estafečių varžybos	Kūno kultūros mokytojas	1–4 klasių mokiniai	
Kaimo vietovių mokyklų berniukų ir mergaičių stalo teniso varžybos	Kūno kultūros mokytojas	7–8 klasių mokiniai	
Valstybės atkūrimo dienos stalo teniso turnyras	Kūno kultūros mokytojas	Mokyklos bendruomenė	
Sveikatos pamokėlė: „Sveikos akys - ryškus pasaulis“	Sveikatos priežiūros specialistė	2–4 klasių mokiniai	Kovas
Sveikatos pamokėlė: „ Laikysenos sutrikimai - kaip jų išvengti?“	Sveikatos priežiūros specialistė	5–6 klasių mokiniai	
Sveikatos pamoka: „ Tylos galia“	Sveikatos priežiūros specialistė	2–4 klasių mokiniai	Balandis
Renginys skirtas „Triukšmo prevencijos dienai“ paminėti.	Sveikatos priežiūros specialistė	1–10 klasių mokiniai	
Rajoninis renginys „Antrokai žaidžia kvadratą“	Pradinių klasių mokytojos	2 klasės mokiniai	
Mini daržo auginimas	Pradinių klasių mokytojos	1–4 klasių mokiniai	
Virvės traukimo rajono varžybos	Kūno kultūros mokytojas	9–10 klasių mokiniai	

Nacionalinis kokursas - Sveikatos ugdymo idėjų bankas „Nuveik sveikatos labui.lt“	Sveikatos stiprinimo grupė	5–10 klasių mokiniai	
Diskusija: „Alkoholis ir jaunimas“	Sveikatos priežiūros specialistė	8 klasės mokiniai	Gegužė
Diskusija: „ Rūkau - save žudau“	Sveikatos priežiūros specialistė	9 klasės mokiniai	
Akcija skirta „Pasaulinei dienai be tabako“ paminėti.	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Prabėgimas po Pabiržės apylinkes kunigui Antanui Balaišiui atminti	Kūno kultūros mokytojas	5–10 klasių mokiniai	
Filmuko „Saugus elgesys vandenyje“ peržiūra ir aptarimas	Sveikatos priežiūros specialistė	1 klasės mokiniai	Birželis
Pamokėlės: „Ar mokame suteikti pirmą pagalbą?“	Sveikatos priežiūros specialistė	6–7 klasių mokiniai	
Konsultacijos tėvams sveikatinimo klausimais.	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokinių tėvai	
Sveikatos pamokėlė: „Geriausi vaistai nuo ligų: švara ir higiena“	Sveikatos priežiūros specialistė	1–4 klasių mokiniai	Rugsėjis
Kuprinių svėrimo akcija.	Sveikatos priežiūros specialistė	1–3 klasių	
Pokalbis „Asmens higienos svarba“	Sveikatos priežiūros specialistė	5–7 klasių mokiniai	
Akcija “Dviračiais apie Biržus“	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Pokalbis – instruktažas „Saugus kelias į mokyklą“	Pradinių klasių mokytojos	1–4 klasių mokiniai	
Judrioji diena	Pradinių klasių mokytojos Sveikatos stiprinimo grupė	1–10 klasių mokiniai	Spalis
Konkursas „Sveikuolių sveikuoliai“	Sveikatos priežiūros specialistė Pradinių klasių mokytojos	1–4 klasių mokiniai 5–6 klasių mokiniai 7–8 klasių mokiniai	
Sveikatos pamokėlė „Kodėl reikia plauti rankas?“.	Sveikatos priežiūros specialistė	1 klasės mokiniai	
Akcija „Pasitikrinkime kraujo spaudimą“	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Renginys „Šokti smagu“	Pradinių klasių mokytojos	1–4 klasių mokiniai	
Viktorina „Europos sveikos mitybos dienai“paminėti.	Sveikatos priežiūros specialistė	2–4 klasių mokiniai	
Sveikatos pamoka “Kaip išsaugoti	Sveikatos priežiūros	1–4 klasių	

sveikus dantis?“	specialistė	mokiniai	Lapkritis
Šokiai - mankšta „Judame kasdien linksmai“	Sveikatos priežiūros specialistė	5–7 klasių mokiniai	
Atvira pamoka „Mankštiada“. „Mano šeimos mankšta“	Pradinių klasių mokytojos	1–4 klasių mokiniai	
Tolerancijos savaitė	Mokinių taryba Klasių auklėtojai Vaiko gerovės komisija	1–10 klasių mokiniai	
Pokalbis su mergaitėmis apie lytinį brendimą.	Sveikatos priežiūros specialistė	5 klasės mergaitės	Gruodis
Stendas “AIDS dienai paminėti“	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Protų mūšis „AIDS: geriau žinoti“, skirtas Pasaulinei AIDS dienai paminėti.	Sveikatos priežiūros specialistė	6–9 klasių mokiniai	
Informacinis stendas „Kaip išvengti gripo?“	Sveikatos priežiūros specialistė	Mokyklos bendruomenė	
Kaimo vietovių mokyklų mergaičių futbolo varžybos	Pradinių klasių mokytojos	5–8 klasių mokiniai	
Kalėdinis stalo teniso turnyras	Kūno kultūros mokytojas	5–10 klasių mokiniai	

SVEIKATOS UGDYMO BENDROSIOS PROGRAMOS INTEGRAVIMAS Į MOKOMUOSIUS DALYKUS

(Ištisus metus)

Sveikatos ugdymo (si) sritys	**Temos**	**Dalykai, į kurių programas integruojama**	**Vykdytojai**
Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata	1. Sveikatos stiprinimo būdai 2. Sveikas ir darnus gyvenimo būdas 3. Aplinkos poveikis sveikatai	Gamta ir žmogus/biologija	Sveikatos stiprinimo grupė
Fizinis aktyvumas	1. Judėjimo, reguliarių fizinių pratimų ir mankštos poveikis organizmo vystymuisi 2. Fizinio aktyvumo būdai 3. Taisyklinga kūno laikysena 4. Susižalojimų ir traumų fizinio aktyvumo metu prevencija 5. Važiavimo dviračiu, riedlente, čiuožimo pačiūžomis ir kt. taisyklės	Kūno kultūra	Sveikatos stiprinimo grupė
Sveika mityba	1. Sveikos mitybos principai ir taisyklės 2. Maisto produktai ir jų sudedamosios dalys 3. Naudingi ir nepalankūs sveikatai maisto produktai	Technologijos	Sveikatos stiprinimo grupė
Veikla ir poilsis	1. Miego ir poilsio svarba normaliam augimui ir sveikatai 2. Turiningas laisvalaikis 3. Klausos higiena 4. Regos higiena 5. Tinkamos mokymosi, bendravimo, poilsio vietos	Gamta ir žmogus/biologija Dorinis ugdymas	Sveikatos stiprinimo grupė Klasių vadovai
Asmens ir aplinkos švara	1. Asmens higienos ir aplinkos švaros įtaka sveikatai 2. Asmens higienos reikalavimų ypatumai 3. Apsisaugojimo nuo užkrečiamų ligų būdai 4. Aplinkos veiksniai, lemiantys sveikatą	Gamta ir žmogus/biologija	Sveikatos stiprinimo grupė

Psichikos sveikata	1. Natūralūs paauglystės pokyčiai 2. Teigiamas savęs vertinimas ir savo nuomonės turėjimas 3. Sąžinė, mintys. Jausmai, jų atpažinimas ir valdymas 4. Pozityvūs ir negatyvūs išgyvenimai 5. Baimės, nerimo ir patiriamo streso valdymo būdai 6. Dėmesio sutelkimas mokantis, dirbant	Gamta ir žmogus/biologija Dorinis ugdymas Klasės vadovo veikla	Sveikatos stiprinimo grupė Klasių vadovai
Socialinė sveikata	1. Pagarbus bendravimas 2. Draugystės svarba žmogaus gyvenime 3. Donorystės reikšmė 4. Žalingų įpročių prevencija 5. Pagalba žmogui, negalinčiam atsispirti žalingiems įpročiams	Dorinis ugdymas Klasės vadovo veikla	Sveikatos stiprinimo grupė Klasių vadovai