

PATVIRTINTA  
Vilniaus lietuvių namų direktoriaus  
2016 m. lapkričio 25 d. įsakymu Nr. V1-109 (1.3)  
(Vilniaus lietuvių namų direktoriaus  
2018 m. sausio 15 d. įsakymo Nr. V1-11 (1.3),  
Vilniaus lietuvių namų direktoriaus  
2020 m. vasario 7 d. įsakymo Nr. V1-24 (1.3),  
2021 m. gruodžio 30 d. įsakymo Nr. V1-174 (1.3)  
redakcija)

## **VILNIAUS LIETUVIŲ NAMŲ PREVENČINIS PROJEKTAS „SĖKMINGA ADAPTACIJA IR SVEIKATOS PRIEŽIŪRA“**

### **I SKYRIUS PROJEKTO PAGRINDIMAS**

Adaptacijos procesas yra sudėtingas augančiam ir bręstančiam vaikui. Atėjimas į mokyklą yra naujos gyvenamos ir veiklos, naujos padėties visuomenėje ir naujoje kultūroje, naujų santykių su suaugusiais bei bendraamžiais pradžia. Labai svarbu, kad mokykloje vaikas galėtų išreikšti žmogiškąją esmę, sistemingai lavinti savo intelektą ir kitus gebėjimus, ugdyti valią, jausmus, įgytų būtinų žinių ir įgūdžių, susidarytų humanišką vertybių sistemą, kuria remdamasis sėkmingai įaugtų į lietuvišką bendruomenę, kultūrą, mūsų visuomenę.

Vaikai nevienodai išgyvena adaptaciją naujoje aplinkoje, tame tarpe ir pakeitus mokyklą ar klasę. Mokinio elgesį ir sėkmingą pagrindinio tikslo, kurį jam kelia mokykla (t. y. akademiniai rezultatai), siekimą gali trikdyti suaugusiųjų požiūriu visai nereikšmingi ir nesunkiai įveikiami dalykai. Psichologai teigia, kad adaptacijos naujoje aplinkoje procesui daugiau įtakos turi ne vaiko amžius ar lytis, tačiau jo turima patirtis. Pradinių klasių mokinių adaptacijos procesas yra nukeiptas į siekį užtikrinti gerą vaiko savijautą naujomis jam socialinėmis sąlygomis, kai vaikas priima pasikeitusių sąlygų būtinumą ir prie jų prisitaiko. Paauglių adaptacijai labai svarbus bendraamžių priėmimas, įsiliejimas į socialinę grupę.

Atvykęs į naują mokyklą mokinys turi kurti naujus santykius, susirasti draugų. Vienas iš sunkumų, su kuriuo susiduria naujokas, yra draugystės nebuvimas arba nemokėjimas bendrauti be patyčių. Todėl naujai atvykusiems mokiniams būtinas atidumas ir individualus dėmesys siekiant geresnio įsiliejimo klasės mokinių tarpe. Mokinių adaptaciją mokykloje stipriai veikia vaikų santykiai su mokytojais, tėvais. Teigiamai vaikų adaptaciją veikia tai, kad mokytojai vertina ne tik galutinį rezultatą, kuri vaikams pavyko pasiekti, tačiau ir jų įdėtas pastangas tam tikslui įveikti, net jeigu galutinis rezultatas ir nėra toks, kokio buvo tikimasi. Taip pat teigiamos įtakos turi mokinių įtraukimas į mokymo procesą bei mokymosi proceso individualizavimas, kai kiekvienas mokinys gali gauti individualiai jam priderintą pagalbą ir individualų jo pokyčių įvertinimą. Tad mokinio adaptacija yra geresnė kuomet jo santykiai ir ryšiai su mokytojais yra geri, vyrauja saugi aplinka, mokykla padeda naujokui prisitaikyti pasikeitusiomis mokinio gyvenimo aplinkybėmis, mokytojai ir mokyklos specialistai teikia jam individualią pagalbą ir dėmesį adaptacijos procese.

## **II SKYRIUS PROJEKTO TIKSLAS IR UŽDAVINIAI**

Vilniaus lietuvių namų (toliau - gimnazija) projekto „Sėkminga adaptacija ir sveikatos priežiūra“ tikslas - palengvinti mokinių socializaciją ir adaptaciją Vilniaus lietuvių namuose atliepiant į mokinių poreikius bei sveikatinginti mokinius, formuojant tinkamus sveikos gyvensenos įgūdžius ir laiku bei tinkamai reaguojant į mokinių sveikatos sutrikimus.

Projekto uždaviniai:

1. stebėti ir užtikrinti sėkmingą 1 ir 5 klasių mokinių bei naujai atvykusių mokinių adaptaciją;
2. atpažinti ir įvertinti adaptaciją apsunkinančius veiksnius, šalinti jų priežastis;
3. užkirsti kelią patyčioms mokykloje, teikti psichologinę ir medicininę pagalbą;
4. skatinti tarpusavio supratimą tarp klasės narių, norą padėti naujokui, kitos kultūros bendraamžiu;
5. laiku suteikti medicininę pagalbą;
6. mokyti mokinius sveikos gyvensenos įgūdžių.

## **III SKYRIUS PROJEKTO DALYVIAI**

Projekto dalyviai Vilniaus lietuvių namų:

1. 1 ir 5 klasių mokiniai;
2. išlyginamosios klasės mokiniai;
3. naujai į atvykę mokiniai;
4. buvę išlyginamosios klasės mokiniai (pagal poreikį);
5. mokinių tėvai / globėjai (pagal poreikį).

## **IV SKYRIUS NUMATOMI REZULTATAI**

Pagerės mokinių socializacija ir adaptacija;

Mokytojams bus lengviau atliepti mokinių poreikius:

Bus laiku ir tinkamai reaguojama į sveikatos problemas, suteikiant pirmąją fizinę bei psichologinę pagalbą;

Bus vykdoma sveikatos dokumentų apskaita;

Bus formuojami teisingi mokinių sveikos gyvensenos įgūdžiai;

Bus ugdomas psichologinis mokinių atsparumas ir streso įveika.

## V SKYRIUS PROJEKTO ORGANIZATORIAI

Projekto organizatoriai: psichologė Rasa Perednienė, socialinė pedagogė Agnė Šaukeckienė ir vaikų slaugytoja Dovilė Rugienė.

## VI SKYRIUS PROJEKTO TRUKMĖ IR ETAPAI

Projekto trukmė 4 metai.

Projektas bus vykdomas keliais etapais:

### **I etapas**

Projekto idėjos generavimas, projekto rengimas ir veiklų planavimas 2016 m. lapkričio mėnuo.

Projekto veiklų vykdymas 2017 m. sausio – 2018 sausio mėnesiai.

Projekto vykdymo tarpinė kontrolė, vertinimas, koreguojančių veiksmų nustatymas bei nepalankių veiksmų šalinimas 2017 m. gruodžio mėnuo.

### **II etapas**

Projekto tęstinumo planavimas, 2018 m. sausio mėn.

Projekto veiklų vykdymas 2018 m. sausio – 2020 m. sausio mėnesiai.

Projekto vykdymo tarpinė kontrolė, vertinimas, koreguojančių veiksmų nustatymas bei nepalankių veiksmų šalinimas 2018 m. gruodžio mėnuo.

Projekto veiklos rezultatų analizė ir vertinimas, ataskaitos parengimas. Tolesnės projekto perspektyvos numatymas.

### **III etapas**

Projekto tęstinumo planavimas, 2020 m. sausio mėn.

Projekto veiklų vykdymas 2020 m. sausio – 2020 m. gruodžio mėnesiai.

Projekto vykdymo tarpinė kontrolė, vertinimas, koreguojančių veiksmų nustatymas bei nepalankių veiksmų šalinimas 2020 m. birželio mėnuo.

Projekto 4 metų veiklos rezultatų analizė ir vertinimas, ataskaitos parengimas. Tolesnės projekto perspektyvos numatymas.

## VII SKYRIUS PROJEKTO PRIEMONIŲ PLANAS

### 2016 m. gruodis–2018 m. sausis

Eil. Nr.	Veikla	Vykdymo laikotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
1.	Projekto parengimas	2016 m. lapkritis	Individualus darbas	Goda Aršauskaitė

Eil. Nr.	Veikla	Vykdytojo laikotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
2.	1 ir 5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2017 m. lapkritis - gruodis	Anketavimas	Goda Aršauskaitė
3.	1 ir 5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje	2017 m. gruodis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Goda Aršauskaitė
4.	Naujai atvykusių mokinių adaptacijos įvertinimas.	2017 m. lapkritis - gruodis	Anketavimas	Goda Aršauskaitė
5.	Naujokų adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje, tyrimo ataskaita	2018 m. sausis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų teikimas pedagogams, administracijai	Vilma Aleksienė
<b>Individuali prevencinė pagalba</b>				
6.	Stebėti naujai atvykusius ir buvusius išlyginamosios klasės mokinius, jų adaptacijos eigą, bendrauti su mokytojais, mokiniais, kalbėtis su naujai atvykusiais mokiniais apie jų savijautą, bendravimo sunkumus ir adaptacijos problemas	2017m. I-IV ketv.	Pamokų stebėjimas, individualūs pokalbiai, užsiėmimai; psichologinės konsultacijos	Goda Aršauskaitė, Agnė Vernickaitė
7.	Organizuoti individualius pokalbius su mokiniais apie sveikos gyvensenos ir asmens higienos įgūdžius	2017m. I-IV ketv.	Individualūs pokalbiai	Zita Naruševičiūtė
8.	Teikti pirmąją medicininę pagalbą gimnazijoje ir bendrabutyje	2017m. I-IV ketv.	Individuali medicininė pagalba, organizavimas	Zita Naruševičiūtė
9.	Kaupti ir apibendrinti informaciją apie kasmetinius mokinių ir darbuotojų profilaktinius sveikatos patikrinimus. Teikti pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, įvertinant mokinių galimybes dalyvauti sporto varžybose.	2017m. I-IV ketv.	Informacijos keitimasis su pedagogais, bendradarbiavimas	Zita Naruševičiūtė
10.	Organizuoti paskaitas apie higieną ir sveiką gyvenseną 5-8 klasių mokiniams	2017 m. vasaris - kovas	Preveninės pamokos	Zita Naruševičiūtė

**2018 m. sausis–2020 m. sausis**

Eil. Nr.	Veikla	Vykdytojo laikotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
11.	Projekto tęstinumo parengimas	2018 m. I ketv.	Individualus darbas	Vilma Aleksienė
12.	1 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2018 - 2019m. sausis	Anketavimas	Vilma Aleksienė
13.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2018m.- 2019m. IV ketv.	Anketavimas	Vilma Aleksienė

Eil. Nr.	Veikla	Vykdymo laikotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
14.	1 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje	2018 m. vasaris 2019-2020 m. sausis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Vilma Aleksienė
15.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje	2019-2020 m. I ketv.	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Vilma Aleksienė
16.	Naujai atvykusių mokinių adaptacijos įvertinimas.	2018- 2019m. IV ketv.	Anketavimas	Vilma Aleksienė
17.	Naujokų adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje, tyrimo ataskaita	2019-2020 m. I ketv.	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų teikimas pedagogams, administracijai	Vilma Aleksienė
<b>Individuali prevencinė pagalba</b>				
18.	Stebėti naujai atvykusius ir buvusius išlyginamosios klasės mokinius, jų adaptacijos eigą, bendrauti su mokiniais, mokinių tėvais (globėjais), mokytojais, kalbėtis su naujai atvykusiais mokiniais apie jų savijautą, bendravimo sunkumus ir adaptacijos problemas	2018-2019 m. I-IV ketv.	Pamokų stebėjimas, individualūs ir grupiniai pokalbiai, užsiėmimai; psichologinės konsultacijos	Vilma Aleksienė, Agnė Šaukeckienė
19.	Socialinių įgūdžių žaidimai skatinantis klausti, domėtis bei analizuoti gerinant adaptaciją	2018-2019 m. I-IV ketv.	Užsiėmimai klasės valandėlių metu	Agnė Šaukeckienė
20.	Gyvenamosios aplinkos stebėjimas, pagalba įsikuriant bei tvarkantis butyje	2018-2019 m. I-IV ketv.	Lankymasis mokyklos bendrabutyje	Agnė Šaukeckienė
21.	Organizuoti individualius pokalbius su mokiniais apie sveikos gyvensenos ir asmens higienos įgūdžius	2018-2019 m. I-IV ketv.	Individualūs pokalbiai	Zita Naruševičiūtė
22.	Teikti pirmąją medicininę pagalbą gimnazijoje ir bendrabutyje	2018-2019 m. I-IV ketv.	Individuali medicininė pagalba, organizavimas	Zita Naruševičiūtė
23.	Kaupti ir apibendrinti informaciją apie kasmetinius mokinių ir darbuotojų profilaktinius sveikatos patikrinimus. Teikti pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, įvertinant mokinių galimybes dalyvauti sporto varžybose.	2018-2019 m. I-IV ketv.	Informacijos keitimasis su pedagogais, bendradarbiavimas	Zita Naruševičiūtė
24.	Organizuoti paskaitas apie higieną ir sveiką gyvenseną 5-8 klasių mokiniams	2018-2019 m. I ketv.	Preveninės pamokos	Zita Naruševičiūtė

## 2020 m. sausis–gruodis

Eil. Nr.	Veikla	Vykdymo laikotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
25.	Projekto tęstinumo parengimas	2020 m. I ketv.	Individualus darbas	Ineta Baubiniene
26.	1 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2020 m.. sausis	Anketavimas	Rasa Perednienė
27.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2020 m.. sausis	Anketavimas	Rasa Perednienė
28.	1 klasės mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų susirinkimo metu.	2020 m.. sausis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Rasa Perednienė
29.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje	2020 m.. sausis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Rasa Perednienė
30.	Naujai atvykusių mokinių adaptacijos įvertinimas.	2020 m.. sausis	Anketavimas	Rasa Perednienė
31.	Naujokų adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų susirinkime	2020 m.. sausis	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų teikimas pedagogams, administracijai	Rasa Perednienė
<b>Individuali prevencinė pagalba</b>				
32.	Stebėti naujai atvykusius ir buvusius išlyginamosios klasės mokinius, jų adaptacijos eigą, bendrauti su mokiniais, mokinių tėvais (globėjais), mokytojais, kalbėtis su naujai atvykusiais mokiniais apie jų savijautą, bendravimo sunkumus ir adaptacijos problemas	2020 m. I-IV ketv.	Pamokų stebėjimas, individualūs ir grupiniai pokalbiai, užsiėmimai; psichologinės konsultacijos	Rasa Perednienė, Agnė Šaukeckienė
33.	Gyvenamosios aplinkos stebėjimas, pagalba įsikuriant bei tvarkantis butyje (mokiniais gyvenantiems bendrabutyje)	2020 m. I-IV ketv.	Lankymasis mokyklos bendrabutyje	Agnė Šaukeckienė
34.	Organizuoti individualius pokalbius su mokiniais apie sveikos gyvensenos ir asmens higienos įgūdžius	2020 m. I-IV ketv.	Individualūs pokalbiai	Zita Naruševičiūtė
35.	Teikti pirmąją medicininę pagalbą gimnazijoje ir bendrabutyje	2020 m. I-IV ketv.	Individuali medicininė pagalba, organizavimas	Zita Naruševičiūtė
36.	Kaupti ir apibendrinti informaciją apie kasmetinius mokinių ir darbuotojų profilaktinius sveikatos patikrinimus. Teikti pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, įvertinant mokinių galimybes dalyvauti sporto	2020 m. I-IV ketv.	Informacijos keitimasis su pedagogais, bendradarbiavimas	Zita Naruševičiūtė

Eil. Nr.	Veikla	Vykdyto laiko tarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
	varžybose.			
37.	Organizuoti paskaitas apie higieną ir sveiką gyvenseną 5-8 klasių mokiniams	2020 m. I-IV ketv.	Prevencinės pamokos	Zita Naruševičiūtė

**2021 m. sausis–2024 m. gruodis**

Eil. Nr.	Veikla	Vykdyto laiko tarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
38.	Projekto tęstinumo parengimas	2021 m. I ketv.	Individualus darbas	Ineta Baubiniene
39.	1 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2021-2024 m. IV ketv.	Anketavimas	Rasa Perednienė
40.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimas	2021-2024 m. I ketv.	Anketavimas	Rasa Perednienė
41.	1 klasės mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų susirinkimo metu.	2021-2024 m. I ketv.	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Rasa Perednienė
42.	5 klasių mokinių adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų tarybos posėdyje	2021-2024 m. I ketv.	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų pateikimas pedagogams bei administracijai.	Rasa Perednienė
43.	Naujai atvykusių mokinių adaptacijos įvertinimas.	2021-2024 m. III - IV ketv.	Anketavimas	Rasa Perednienė
44.	Naujokų adaptacijos ir savijautos tyrimo pristatymas Mokytojų susirinkime	2021-2024 m. I ketv.	Tyrimo išvadų ir rekomendacijų teikimas pedagogams, administracijai	Rasa Perednienė
<b>Individuali prevencinė pagalba</b>				
45.	Stebėti naujai atvykusius ir buvusius išlyginamosios klasės mokinius, jų adaptacijos eigą, bendrauti su mokiniais, mokinių tėvais (globėjais), mokytojais, kalbėtis su naujai atvykusiais mokiniais apie jų savijautą, bendravimo sunkumus ir adaptacijos problemas	2021-2024 m. III-IV ketv.	Pamokų stebėjimas, individualūs ir grupiniai pokalbiai, užsiėmimai; psichologinės konsultacijos	Rasa Perednienė, Agnė Šaukeckienė
46.	Gyvenamosios aplinkos stebėjimas, pagalba įsikuriant bei tvarkantis butyje (mokiniais gyvenantiems bendrabutyje) pagal poreikį	2021-2024 m. III-IV ketv.	Lankymasis mokyklos bendrabutyje	Agnė Šaukeckienė Viktorija Barkauskienė
47.	Organizuoti individualius pokalbius su mokiniais apie sveikos gyvensenos ir asmens higienos įgūdžius	2021-2024 m. I-IV ketv.	Individualūs pokalbiai	Dovilė Rugienė
48.	Teikti pirmąją medicininę pagalbą gimnazijoje ir bendrabutyje	2021-2024 m. I-IV ketv.	Individuali medicininė pagalba,	Dovilė Rugienė

Eil. Nr.	Veikla	Vykdyto laiotarpis	Veiklos forma	Vykdytojo vardas ir pavardė
			organizavimas	
49.	Kaupti ir apibendrinti informaciją apie kasmetinius mokinių ir darbuotojų profilaktinius sveikatos patikrinimus. Teikti pagalbą kūno kultūros mokytojams komplektuojant fizinio ugdymo grupes, įvertinant mokinių galimybes dalyvauti sporto varžybose.	2021-2024 m. I-IV ketv.	Informacijos keitimasis su pedagogais, bendradarbiavimas	Dovilė Rugienė
50.	Organizuoti paskaitas apie higieną ir sveiką gyvenseną 5-8 klasių mokiniams	2021-2024 m. I-IV ketv.	Prevencinės pamokos	Dovilė Rugienė

---