



VILNIAUS UNIVERSITETO
MEDICINOS FAKULTETAS



Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei
pasirengimo šeimai bendrosios
programos turinys ir įgyvendinimo
galimybės

Prof. dr. Natalja Fatkulina (Istomina)



03/05/2012

Įvadas

- **Sveikatos ugdymo programos** mokyklose taikomos pažangiose švietimo sistemose pasaulio šalyse
- **Lytiškumo ugdymo programos** nėra dėstomos visose švietimo sistemose



VILNIAUS UNIVERSITETO
MEDICINOS FAKULTETAS



Kodėl reikia sveikatos ugdymo?



Žinios, įgūdžiai, motyvacija (1)

- Sveikatos ugdymas kuria mokinių žinias, įgūdžius ir pozityvias nuostatas apie sveikatą.
- Sveikatos ugdymas apima fizinę, psichinę, emocinę ir socialinę sveikatą.
- Jis motyvuoja mokinius tausoti ir stiprinti savo sveikatą, taikyti ligų profilaktiką, mažinti rizikos veiksnius.
- (New Hampshire Valstija, JAV, Department of Education, 2018)

Sveikatos kompetencijų pritaikymas ir efektyvumo pamatavimas (2)

- Sveikatos ugdymo programa ir instrukcijos padeda studentams pritaikyti įgytas kompetencijas pasirenkant sveiką gyvenimą, sveiką mitybą, tinkamą fizinį aktyvumą.
- Efektyvios programos rezultatas – vaikų elgesio pozityvūs pokyčiai, kurie mažina rizikas: žalingų įpročių atsiradimo (alkoholio, tabako, kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo), traumų prevencijos, psichinės ir emocinės sveikatos, mitybos, fizinio aktyvumo, ligų prevencijos, lytiškumo ir pasirengimo šeimai.
- (New Hampshire Valstija, JAV, Department of Education, 2018)

Pažangumo ir raštingumo skatinimas (3)

- Sveikatos ugdymas gerina pasiekimus kitose pamokose!
- Tyrimai parodė, kad trečios ir ketvirtos klasių mokinių skaitymo ir skaičiavimo įgūdžiai buvo statistiškai patikimai geresni tose grupėse, kur sveikatos ugdymas buvo taikomas, nei tose, kur sveikatos ugdymo nebuvo.
- **Sveiki mokiniai mokosi geriau.**
- Daug kitų tyrimų parodė, kad sveikesni mokiniai yra linkę mokytis geriau ir aktyviau dalyvauja mokyklos gyvenime. Jie turi geresnius pažymius, vertinami aukščiau, geriau atlieka testus.
- (New Hampshire Valstija, JAV, Department of Education, 2018)

Programų turinys ir pritaikymas priklauso nuo

- vaikų amžiaus,
- šalies geografinės padėties,
- kultūrinių,
- socialinių,
- politikos,
- ekonomikos ir
- kitų veiksnių.....



Mokslinės literatūros paieškos rezultatai

2014-2018 (anglų kalba)

Sveikatos ugdymo programos

- **57 600** straipsnių apie sveikatos ugdymo programas mokyklose
- **29 300** straipsnių apie sveikatos ugdymo programų pritaikymą mokyklose
- **17 000** šaltinių apie sveikatos ir lytiškumo ugdymo programas pritaikymą bendrojo ugdymo mokyklose (7 000 daugiau, nei prieš metus)

Lytiškumo ugdymo programos

- **24 100** mokslo šaltinių apie lytiškumo ugdymo programas
- **16 900 (2000 daugiau, nei prieš metus)** apie lytiškumo ugdymo programas pritaikymą mokykloje

Mokslinės literatūros paieškos rezultatai

2014-2018 (lietuvių kalba)

Sveikatos ugdymo programos

- **1 500** straipsnių apie sveikatos ugdymo programas mokyklose
- **649** straipsnių apie sveikatos ugdymo programų pritaikymą mokyklose
- **40** šaltinių apie sveikatos ir lytiškumo ugdymo programos pritaikymą bendrojo ugdymo mokyklose
- **Visi 40 šaltiniai peržiūrėti ir atitinka paieškos rezultatų bent iš dalies tik 5.**

Lytiškumo ugdymo programos

- **104** mokslo šaltinių apie lytiškumo ugdymo programos
- **42** apie lytiškumo ugdymo programos pritaikymą mokykloje

Sveikatos ir lytiškumo ugdymo programos

- *Daugiausiai orientuotos į*
- Sveiką mitybą,
- Fizinį aktyvumą,
- Žalingų įpročių ir streso/patyčių prevenciją,
- Užimtumo ir poilsio režimo organizavimo
- Lyties raišką ir lytiškumo ugdymą, tačiau
- **Dažnai akcentuojama pritaikomumo efektyvumo stoka**

Sveikatos ir lytiškumo ugdymo programų išskirtinumas

- **Orientacija į pirminę prevenciją**
- Remiantis statistiniais duomenimis (šalių rodikliai) nustatomi prioritetai:
- Nutukimo prevencijos strategija
- Lietinių neinfekcinių ligų prevencija
- Ankstyvų nėštumų ir LKPL (lytiniu keliu plintančių ligų) prevencija

Mokinių sveikatos priežiūra mokykloje

- Sveikatos priežiūros mokykloje **paskirtis** – **saugoti ir stiprinti mokinių sveikatą**, aktyviai bendradarbiaujant su jų tėvais (globėjais, rūpintojais).
- **Sveikatos priežiūros mokykloje tvarkos aprašas**, *patvirtintas Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministro ir Lietuvos Respublikos švietimo ir mokslo ministro 2016 m. liepos 21 d. įsakymu Nr. V-966/V-672.*
- **Visuomenės sveikatos priežiūros specialisto, vykdančio sveikatos priežiūrą mokykloje, kvalifikacinių reikalavimų aprašas**, *patvirtintas sveikatos apsaugos ministro 2007 m. rugpjūčio 1 d. įsakymu Nr. V-630 (nauja redakcija 2017, TAPIS Nr. 17-11315)*

Sveikatos ugdymo įgyvendinimas Lietuvoje



Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa

- nustato sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai tikslus, uždavinius, sritis, įgyvendinimą, aplinką, mokinių pasiekimus ir turinio apimtį mokyklose, vykdančiose bendrojo ugdymo programas.
- **PATVIRTINTA**
Lietuvos Respublikos švietimo
ir mokslo ministro 2016 m.
spalio 25 d. įsakymu Nr. V-941

Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei rengimo šeimai bendroji programa

Sveikatos
ugdymo
bendroji
programa
(2012)



Rengimo
šeimai ir
lytiškumo
ugdymo
programa
(2007)



Sveikatos ir
lytiškumo
ugdymo bei
rengimo
šeimai
bendroji
programa
(2016)

Programoje remiamasi šia Lietuvos Respublikos sveikatos sistemos įstatyme įteisinta sveikatos samprata: sveikata – tai asmens ir visuomenės fizinė, dvasinė ir socialinė gerovė.

- **Fizinė sveikata** suprantama kaip žmogaus organizmo būklė, kai jis integraliai funkcionuoja, pats viską atlieka, neserga, neturi negalios.
- **Psichikos sveikata** yra suprantama kaip vidinės gerovės būklė, pasireiškianti adekvačiu tikrovės suvokimu, asmenybės galių raiška ir emociniu dvasiniu atsparumu įprastiniams gyvenimo iššūkiams.
- **Socialinė sveikata** suprantama kaip būseną, apimanti teigiamą savęs ir kitų vertinimą, pasitenkinimą tarpasmeniniais santykiais, gebėjimą bendrauti.
- **Lytiškumas** – asmens lytinis tapatumas, atsiskleidžiantis per savęs kaip vyro ar moters, kitos lyties asmens, aplinkinio pasaulio suvokimą, jis reiškiasi biologiniais, psichikos, socialiniais kultūriniais ir dvasiniais žmogaus būties aspektais.

Sveikatos ugdymo bendrosios programos (2012) ir Rengimo šeimai ir lytiškumo ugdymo programos (2007) integravimas (Ustilaitė, Sinicienė ir Joninienė, 2017)

Sveikatos ir sveikos gyvensenos samprata

Šeimos samprata

Fizinė sveikata (fizinis aktyvumas, sveika mityba, veikla ir poilsis, asmens ir aplinkos švara)

Lytinis brendimas

Psichikos sveikata (savivertė, emocijos ir jausmai, pozityvus mastymas)

Savitvarda, savirealizacija

Socialinė sveikata (bendravimas, rizikingo elgesio prevencija)

Draugystė ir meilė

Programos paskirtis

- Užtikrinti sėkmingą vaiko sveikatos ir lytiškumo ugdymą bei rengimą šeimai mokykloje, prisidėti prie vaiko dvasinės, fizinės, psichinės, socialinės gerovės ir sėkmingo funkcionavimo darbo, tarpasmeninių santykių ir šeimos srityse
- Rengimas šeimai suprantamas kaip veikla, kuri padeda vaikams išsiugdyti doros, brandžios, savarankiškos, kritiškai mąstančios, atsakingos už savo elgesį ir masinės vartotojiškos kultūros įtakai atsparios asmenybės bruožus, svarbius žmogaus saviraiškai, brandiems tarpasmeniniams santykiams plėtoti, funkcionaliai šeimai kurti, atsakingos tėvystės ir motinystės įgūdžiams įgyti

Programos nuostatos

- Sveikatos ir lytiškumo ugdymo bei pasirengimo šeimai gebėjimai, vertybinės nuostatos, žinios ir supratimas yra asmenybės bendrosios kompetencijos dalis, glaudžiai susijusi su bendrųjų ir dalykinių kompetencijų visuma.
- **Programos įgyvendinimas** grindžiamas mokyklos bendruomenės sutarimu ir sutelktu darbu: įvairių ugdymo sričių mokytojų ir kitų ugdymo specialistų bendradarbiavimu, bendromis mokyklos ir šeimos (tėvų, globėjų, rūpintojų) pastangomis, taip pat nevyriausybinių organizacijų (toliau – NVO) ir sveikatos priežiūros įstaigų dalyvavimu, neprieštaraujančiu Programos nuostatoms.

Programos tikslai

- Padėti mokiniams įgyti visumines sveikatos ir lytiškumo sampratas
- Išsiugdyti sveikatai naudingas nuostatas bei gebėjimus, įgūdžius, įpročius, atsakomybę už savo ir kitų sveikatą, paskatinti rinktis sveiką gyvenimo būdą
- Ugdyti gebėjimą kurti ir palaikyti darnius bei brandžius tarpasmeninius santykius

Programos siekiai

- **Sveikatos ugdymo** siekis – sveika asmens gyvensena (gyvenimo būdas, kasdienių įpročių visuma, padedanti palaikyti, tausoti ir stiprinti sveikatą).
- **Lytiškumo ugdymo** siekis – savo prigimtinio lytinio tapatumo suvokimas, atsakingas lytinis elgesys, reiškiantis gebėjimą valingai ir motyvuotai pasirinkti sau ir kitam asmeniui saugiausią (fizinę ir psichinę prasme) lytinę elgesį, apimančią pagarbą sau ir kitam asmeniui, rizikingo lytinio elgesio pasekmių suvokimą.
- **Rengimo šeimai** siekis – gebėjimas kurti ir palaikyti tarpasmeninius santykius, sudarančius prielaidas brandžiai draugystei ir meilei, santuokai sudaryti, darniai šeimai sukurti.

MOKINIŲ SVEIKATOS IR LYTIŠKUMO UGDYMO BEI RENGIMO ŠEIMAI GEBĖJIMŲ RAIDA

| 1–2 klasės | 3–4 klasės | 5–6 klasės | 7–8 klasės | 9–10 klasės | 11–12 klasės |
|--|--|---|---|--|---|
| 1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos | | | | | |
| Nurodo pagrindinius sveiko žmogaus požymius ir tai, kas padeda būti sveikam. | Paaikrina, kas yra sveikata ir kodėl ją reikia tausoti ir stiprinti. | Atskleidžia įvairius sveikatos požymius ir elgesio bei aplinkos veiksnių įtaką sveikatai. | Apibūdina sveikatos požymius, gyvenimo būdo ir aplinkos veiksnių įtaką sveikatai. Atpažįsta iškilusias sveikatos problemas. | Analizuoja sveikatos požymius, atskleidžia gyvenimo būdo įtaką sveikatai, nurodo, ką reikėtų keisti savo gyvenimoje. | Analizuoja visuminę sveikatos požymius, gyvenimo būdo ir aplinkos įtaką savo ir kitų sveikatai. |

MOKINIŲ PASIEKIMAI, TURINIO DĖMENYS

| Mokinių pasiekimai | | |
|--|---|--|
| Nuostatos | Gebėjimai | Žinios ir supratimas |
| 1. Sveikatos, sveikos gyvensenos ir šeimos sampratos | | |
| Norėti būti sveikam ir stipriam, sveikai gyventi. | Nusako, kas padeda būti sveikam ir kas kenkia sveikatai. | Pateikia sveikatai palankaus ar (ir) nepalankaus elgesio pavyzdžių. Nurodo, į ką kreiptis pablogėjus sveikatai. |
| | Suaugusiųjų skatinamas ir padedamas, renkasi sveiką gyvenimo būdą, atlieka kasdienes veiksmus, būtinus gerai savijautai ir sveikatai. | Išvardija, ką darome kasdien, kad būtume sveiki ir gerai jaustumėmės. |



VILNIAUS UNIVERSITETO
MEDICINOS FAKULTETAS



Naujausių mokslinių tyrimų vertinančių sveikatos ir lytiškumo ugdymo programas, apžvalga

Sveikatos ugdymo efektyvumas

- American Association of Family Physicians (AAFP) 2015 m. paskelbė, kad 1980 m. pradėtas sveikatos ugdymas mokyklose įvertintas ir yra efektyvus

<https://www.aafp.org/about/policies/all/health-schools.html>

“FIFA 11 for Health” Europoje efektyvumo vertinimas 10-12 m. Danijos vaikams (Fuller ir kt., 2016)

- Galimybė mirti nuo LNL (širdies-kraujagyslių, onkologinių, LPL, diabeto) 68 proc. , vyrų jaunesnių nei 20 m. 24.2 proc., jaunų moterų 22 proc.
- Programa “FIFA 11 for Health” buvo modifikuota ir pritaikyta Danijos mokiniams:
- **90 min užsiėmimai:** 45 min vaikų futbolo žaidimas ir 45 min sveikos gyvensenos formavimo pamokos (teorinės pamokos aktualumas skiriasi Europai ir kitiems regionams)

Programos “FIFA 11 for Health” pritaikymo procesas

- Mokytojų apmokymo kursas
- Pirminis žinių (34 dalykų) ir gerovės įvertinimas
- 11 savaičių intervencija ir kontrolės periodas
- Antrinis-galutinis žinių (34 dalykų) ir gerovės įvertinimas

- Vienas mokytojas dirba su 20-25 vaikais (10-12 m)
- Dalyvavo 546 mokinių, 26 klasių

Programos “FIFA 11 for Health” pritaikymo rezultatai

- 68.1 proc. mokinių įvertino pozityviai futbolą
- 73.9 proc. mokinių pozityviai įvertino sveikatos mokymą
- 72.4proc. mokinių pozityviai įvertino visą programą
- Sveikatos žinios pagerėjo 11.9 proc.

Sveikatos, lytiškumo ir pasirengimo šeimai ugdymas

- Kur? Aplinka?



- ***Specializuota aplinka:***
 - Klinikos, ligoninės
 - PSPC
 - NVO
- ***Nespecializuota aplinka:***
 - Mokyklos
 - Bendruomenės
 - Namai, gatvės, parkai, prekybos centrai
 - Neformalusis sveikatos sektorius
 - **Jaunimo centrai**

Sveikatos, lytiškumo ir pasirengimo šeimai ugdymas

- Kas?



- *Gydytojai, akušeriai, slaugytojai, patarėjai*
- *Visuomenės sveikatos specialistai*
- *Farmacininkai*
- *Verslininkai*

**Vienos mokyklos strategijos pavyzdys (JAV).
Suderinta ir patvirtintas The Centers Disease Control
and Prevention (CDC)**

- Faktai apie sveikatą (sveikatos problemos, 70 proc. nutukusių vaikų turi nutukimą tapę suaugę, kiti skaičiai)
- Mokyklos vaidmuo (95 proc. lanko mokyklas)
- **10 strategijų:**
- 1-4 parengiamieji etapai
- 5-10 aktyvūs veiksmai

Vienos mokyklos strategijos pavyzdys (JAV)

1-4 parengiamieji etapai

- Fizinio aktyvumo ir mitybos suderinamumas su Sveikatos ugdymo programa
- Aktyvios mokyklos sveikatos tarybos steigimas ir sveikatos koordinatoriaus paskyrimas
- Mokyklos sveikatos politikos ir programų pamatavimas bei vertinimas ir tobulinimo plano parengimas
- Mokyklos mitybos ir fizinio aktyvumo politikos sustiprinimas (vertinimo instrumentai pateikiami)

5-10 aktyvus veiksmai

- Aukštos kokybės sveikatos programos pateikimas ir apmokymas visų mokyklos darbuotojų
- Aukštos kokybės formalaus sveikatos ugdymo kurso parengimas ir pateikimas
- Aukštos kokybės fizinio aktyvumo kursas
- Galimybės turėti papildomo fizinio aktyvumo mokykloje
- Kokybiško maisto ir mitybos programos integravimas mokykloje (aplinka svarbi)
- Įsitikinimas, kad visi mokiniai turi galimybę rinktis sveiką kokybišką maistą ir gėrimus už mokyklos ribų

Išskirtinis dėmesys, įgyvendinant sveikatos ir lytiškumo ugdymo programas turi būti skiriamas

- Naujausių sveikatos žinių ir ugdymo metodų kūrimu bei taikymu praktiškai mokykloje
- Analitinio-kritinio mąstymo skatinimui ir sprendimo priėmimo dėl savo ir kitų sveikatos
- Mokytojų ir mokinių konsultavimo, bendradarbiavimo ugdymui, **siekiant bendrų tikslų – visapusiškos sveikatos**



VILNIAUS UNIVERSITETO
MEDICINOS FAKULTETAS



Dėkoju už dėmesį

