



SHE ātrā izvērtējuma rīks

Pavaddokuments SHE tiešsaistes rokasgrāmatai skolām



Kolofons

Nosaukums

SHE ātrā izvērtējuma rīks: Pavaddokuments SHE tiešsaistes rokasgrāmatai skolām

Autori

Erin Safarjan M.P.H.

Goof Buijs M.Sc.

Silvia de Ruiter M.Sc.

Pateicība un atzinība

Šī dokumenta pamatā ir HEPS ātrā izvērtējuma rīks:

Simovska, V., Dadaczynski, K., Vii, N.G., Tjomsland, H.E., Bowker, S., Woynarowska, B., de Ruiter, S., Buijs, G. (2010). HEPS rīks skolām: A Guide for School Policy Development on Healthy Eating and Physical Activity. Woerden, NIGZ.

Sponsors

Šīs publikācijas pamatā ir CBO-FY2013 darbības dotācija, kuru Veselības programmas ietvaros ir finansējusi Eiropas Savienība. Ne Eiropas Savienība, ne tās labā strādājošas personas nav atbildīgas par šīs publikācijas saturu.

Publikācijas datums

2013. gada decembris

Dokuments ir pieejams SHE mājaslapā: www.schoolsforhealth.eu/for-schools/

CBO

P.O. Box 20064, 3502 LB Utrecht, the Netherlands

E-pasts: she@cbo.nl



© CBO, Utrecht, 2013. Bez rakstiskas atļaujas ir aizliegts publicēt jebkādas šīs publikācijas daļas. Lūgumi par attēlu vai teksta izmantošanu adresējami: she@cbo.nl

Ievads

Otrajā posmā ceļā uz titulu “Veselību veicinoša skola” ir jāizvērtē skolas pašreizējā veselības veicināšanas politika un prakse, lai noteiktu skolas saimes vajadzības un prioritātes.

SHE ātrās izvērtēšanas rīks ir izstrādāts, lai palīdzētu veikt šo izvērtējumu. SHE ātrās izvērtēšanas rīku veido vairāki jautājumi par visas mācību vides pieeju (“whole-school” approach). Atbildes uz šiem jautājumiem palīdzēs noteikt, ko skola jau šobrīd dara labi, kurās jomās ir nepieciešami uzlabojumi un kam veselību veicinošā skola pievērsīs galveno uzmanību.

SHE ātrās izvērtēšanas rīku var izmantot arī vēlāk, kad skola jau ir kļuvusi par veselību veicinošu skolu. Tas palīdzēs salīdzināt pirmā un otrā izvērtējuma atbildes, lai novērtētu skolas progresu un veiktu veselību veicinošās skolas turpmākus pielāgojumus.

Norādījumi

Iesakām jums kā veselību veicinošas skolas darba grupai pārrunāt SHE ātrās izvērtēšanas rīkā ietvertos jautājumus un vienoties par atbildēm uz tiem.

Katrs jautājums būtu jāizanalizē divos veidos:

1. **Pašreiz:** skolas pašreizējā situācija, vērtējot trīs ballu skalā: 1 = nav īstenots, 2 = ir daļēji īstenots, 3 = ir pilnībā īstenots. Skatīt izvērtējuma rīka “*Pašreiz*” slejas kreisajā pusē.
2. **Prioritāte:** skolas saime atbild uz jautājumu, vērtējot trīs ballu skalā: 1 = zema prioritāte/nav prioritātes; 2 = vidēja prioritāte; 3 = augsta prioritāte. Skatīt izvērtējuma rīka “*Prioritāte*” slejas labajā pusē.

Izvērtējuma rezultātus var interpretēt, salīdzinot atbildes uz katru jautājumu par *pašreizējo* situāciju un *prioritāti* vai aprēķinot *pašreizējās* situācijas iespējas un *prioritārā* līmeņa iespējas katrai sadaļai. Lai kļūtu par veselību veicinošu skolu, galveno uzmanību var pievērst jomām, kur skolas *pašreizējā* situācija saņēmusi zemu/vidēju vērtējumu, bet *prioritāte* novērtēta kā augsta/vidēja.

SHE ātrā izvērtējuma rīks

Pašreizējā situācija: 1 = nav īstenots, 2 = ir daļēji īstenots, 3 = ir pilnībā īstenots

Jūsu prioritāte: 1 = zema prioritāte/nav prioritātes; 2 = vidēja prioritāte; 3 = augsta prioritāte

	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
1. Virziens						
1.1 Skolai ir priekšstats par pašreizējo situāciju saistībā ar skolēnu veselības stāvokli (gan fiziskā, gan garīgā, gan sociālā veselība) un labklājību.						
1.2 Skolai ir priekšstats par pašreizējo situāciju saistībā ar skolotāju/skolas darbinieku veselības stāvokli (gan fiziskā, gan garīgā, gan sociālā veselība) un labklājību.						
1.3 Skola var noteikt skolēnu pašreizējos ar veselību saistītos paradumus (ēšana un fiziskās aktivitātes, seksuālā aktivitāte, dzeršana, smēķēšana, narkotiku lietošana un higiēnas ievērošana), iedalot skolēnus grupās pēc vecuma, sociālā stāvokļa un dzimuma.						
1.4 Skola ir izvērtējusi skolēnu, skolotāju un skolas darbinieku vajadzības un vēlmes saistībā ar veselību un labklājību (piemēram, anketēšana, ierosinājumu kastes).						
1.5 Visa skolas saime zina, kurš skolā ir atbildīgs par jautājumiem, kas saistīti ar veselību, tostarp garīgās veselības veicināšanu.						
	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
2. Veselīga skolas politika						
2.1 Skolai ir rakstiski izstrādāta politika par skolēnu, skolotāju un skolas darbinieku veselību un labklājību, tostarp veselības un labklājības veicināšanu, kā arī ar veselību saistītu problēmu novēršanu un risināšanu.						
2.2 Veselība un labklājība ir saistītas ar skolas izglītības mērķiem.						
2.3 Veselība un labklājība ir daļa no skolas mācību plāna.						
2.4 Skolas pieeja jautājumiem par veselību un labklājību atspoguļo visas skolas saimes (skolēni, skolotāji, skolas darbinieki un vecāki) uzskatus, vēlmes un vajadzības.						

2.5 Skolēni, skolotāji, skolas darbinieki un vecāki tiek rosināti piedalīties ar veselību saistītu skolas aktivitāšu plānošanā un rīkošanā.						
	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
3. Skolas fiziskā vide						
3.1 Skolas vide, piemēram, rotaļu laukums, klašu telpas, tualetes, ēdnīca un gaiteni, ir visiem skolēniem draudzīga, droša, tīra un veicina personīgās higiēnas ievērošanu (tualetēs ir pietiekami daudz ziepju un papīra dvieļu).						
3.2 Skolas vide, piemēram, rotaļu laukums, klašu telpas, tualetes, ēdnīca un gaiteni, ir piemēroti skolēniem, ņemot vērā to vecumu, dzimumu, kā arī speciālās vajadzības.						
3.3 Skolēniem un skolas darbiniekiem ir piekļuve skolas videi fizisku aktivitāšu veikšanai ārpus mācību laika.						
3.4 Visas skolas fizisko aktivitāšu norises vietas un ēdnīca atbilst vispārējām drošības un higiēnas prasībām.						
3.5 Ceļš līdz skolai ir drošs un veidots tā, lai skolēnus mudinātu nodarboties ar fiziskām aktivitātēm (piemēram, riteņbraukšanu vai staigāšanu).						
3.6 Visās skolas ēkās tiek uzturēta komfortabla temperatūra, telpas ir labi apgaismotas un vēdinātas.						
3.7 Skolas ēdnīca, kafejnīca un tirdzniecības automāti piedāvā veselīgu, pieejamu un nacionālajiem pārtikas standartiem atbilstošu pārtiku un dzērienus.						
	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
4. Skolas sociālā vide						
4.1 Skolas vide, piemēram, ēdnīca, rotaļu laukums, klašu telpas un gaiteni, ir tīkami un rosina socializēšanos.						
4.2 Skola regulāri rīko kolektīvas aktivitātes, piemēram, projektu nedēļas, festivālus, sacensības un brokastu klubīņus, kas vismaz daļēji tiek organizēti ar mērķi veicināt veselību un labklājību.						
4.3 Skolas ārpusstundu programmā ir iekļautas veselības izglītību un veselību veicinošas aktivitātes, tostarp iespēja praktizēt un attīstīt dzīves prasmes.						

4.4 Skolā vienmēr ir kāda uzticama persona, pie kuras var vērsties tie skolēni, kuriem nepieciešams ar kādu parunāt privāti, lai dalītos savās raizēs vai pārdomās.						
4.5 Skolā vienmēr ir draudzīga un dzīvespriecīga atmosfēra, un skolēni, skolotāji un skolas darbinieki jūtas komfortabli un cienīti.						
4.6 Skolas atbalsta personāls (skolas medmāsa, sociālais pedagogs vai psihologs) iesaistās individuālās un visas skolas saimes veselības veicināšanā un sadarbojas ar skolas vadību, lai skolas mācību plānā un politikā integrētu ar veselību saistītas tēmas.						
4.7 Skolā ir izveidota atbalsta sistēma (pakalpojumi un telpas), kas paredzēta skolēniem ar speciālām mācību, attīstības un fiziskajām vajadzībām.						
4.8 Skolai ir sistēma, kā noteikt skolēnus ar speciālām vajadzībām un nosūtīt viņus pie profesionāļiem, ja skolēna vajadzības pārsniedz skolas spējas palīdzēt.						
	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
5. Veselības prasmes						
5.1 Skola īsteno programmas, kas pievēršas individuālajām prasmēm un zināšanām par jautājumiem, kas saistīti ar veselību, tostarp, garīgās veselības veicināšanu.						
5.2 Skolā ir izstrādāti nepārprotami noteikumi, kas veicina ar veselību saistītu paradumu ievērošanu.						
5.3 Stundās un pārtraukumos tiek regulāri praktizētas "aktivitāšu pauzes".						

	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
6. Saikne ar sabiedrību						
6.1 Skolēnu vecāki aktīvi piedalās skolas saimes dzīvē.						
6.2 Skola ir izveidojusi sadarbību ar vietējiem partneriem, piemēram, sporta un jaunatnes klubiem, vietējām vai reģionālām veselības aģentūrām, konsultēšanas dienestiem, veselības apdrošināšanas sabiedrībām, restorāniem, vietējiem veikaliem utt.						
6.3 Skola regulāri viesojas pie vietējiem partneriem un ieinteresētajām pusēm, lai mudinātu skolēnus pievērsties veselīgai ēšanai, fiziskajām aktivitātēm, lai uzlabotu viņu emocionālo un sociālo veselību un attīstību utt.						
	Pašreiz			Prioritāte		
	1	2	3	1	2	3
7. Skolas darbinieku veselība						
7.1 Skola regulāri piedāvā skolotāju apmācību un spēju veidošanas pasākumus, kas saistīt ar veselības veicināšanu un skolas saimes labklājības uzlabošanu.						
7.2 Ir pietiekami daudz resursu, lai skolas saimi nodrošinātu ar mūsdienīgiem materiāliem par veselības jautājumiem, tostarp garīgās veselības veicināšanu.						
7.3 Skola nodrošina līdzsvaru starp darbu un privāto dzīvi, samērīgu darba slodzi un piedāvā atklātu vidi, kur pārrunāt problēmas darbā un stresa situācijas.						
7.4 Jaunajiem skolas darbiniekiem tiek nodrošināta uzraudzība un apmācība, lai palīdzētu viņiem augt profesionāli.						
7.5 Skolai ir izstrādāta kārtība, kā cīnīties ar atkārtotu darba kavēšanu un palīdzēt darbiniekiem integrēties un pielāgoties pēc prombūtnes slimības dēļ.						
7.6 Skola atbalsta darbiniekus veselīga dzīvesveida ievērošanā un uzturēšanā, piemēram, radot veselību veicinošu vidi.						