



INFORMACINIS PRANEŠIMAS

2022-01-10

GERBIAMIEJI,

Pasaulio sveikatos organizacijos fizinio aktyvumo strategija (2016–2025 m.) Europos regionui yra orientuota į fizinį aktyvumą kaip svarbiausią veiksnį žmogaus sveikatai ir gerovei. Įgyvendinant šią strategiją siekiama apimti visas fizinio aktyvumo formas bet kurioje amžiaus grupėje bei siekti įdiegti natūralų fizinio aktyvumo įprotį. Tai galima atlikti paprasčiausiai mažinant sėdimų vietų mokyklos koridoriuose, lauke ar esančiuose mokyklos teritorijoje soduose/parkuose, taip pat sukurti naujų erdvių, skatinančių fizinį aktyvumą, didinti nemokamų būrelių skaičių ar įtraukti vaikus į fizinį aktyvumą skatinančias naujas veiklas lauke (sodininkystę, daržininkystę, gyvūnų priežiūrą ir kt.). Stengtis kuo dažniau panaudoti fizinį aktyvumą pamokų, pertraukų metu.

Visos veiklos, kurios skatina fizinį aktyvumą, tinkamos. Jas galima sugrupuoti pagal jų intensyvumą bei laiko apimtį. Todėl kviečiame kiekvieną aktyvią mokyklą sudaryti savo mokyklos fizinio aktyvumo piramidę, kuria vadovaujatės kiekvieną dieną ir ją aprašyti šių metų I-ojo pusmečio temoje „**Mano mokyklos fizinio aktyvumo piramidė**“. Aprašant savo mokyklos fizinio aktyvumo piramidę, galite ją pa-vaizduoti ir vizualiai, papuošdami piešiniais ar veiklų nuotraukomis. Parašykite, kokį pagrindą fizinio aktyvumo sudaro vykdomos veiklos mokykloje kiekvieną dieną? Ką veikiate ne taip dažnai? Kas atsideria Jūsų fizinio aktyvumo piramidės viršūnėje? Aprašų šia tema lauksime **iki birželio 10 d.**

Antram pusmečiui siūlome temą „**Fiziniam aktyvumui pritaikytos mokyklos erdvės suteikia daugiau galimybių judėti**“. Kviečiame pagalvoti apie naujų fizinio aktyvumo erdvių sukūrimą pasitelkiant vaikus, klauskite jų nuomonės, ko norėtų vaikai? Tuomet ir kuriant, ir skatinant daugiau judėti, nestokosite vaikų dėmesio bei dalyvavimo. Jeigu jau tokių erdvių turite, visada galima jas tobulinti, papildyti naujomis detalėmis. Aktyvumui skirtos erdvės gali būti labai įvairios: užduočių labirintai, estafečių ruožui skirti takai, įvairios laipynės, naujos žaidimų aikštelės ar išradingai panaudoti koridoriai bei kitos nenaudojamos mokyklos patalpos ar kampeliai.

Fiziniam aktyvumui skirtos įrengtos erdvės bei užsiėmimai jose, gali būti viena iš varžymosi formų renginių metu ar tiesiog laisvalaikio praleidimas. Kaip jas pritaikote ir naudojate, kviečiame aprašyti. Aprašų šia tema lauksime **iki gruodžio 10 d.**

Taip pat visus metus galima siųsti gerosios patirties pavyzdžius ir savo pasirinkta tema. Šie aprašai bus dedami į aktyvių mokyklų interneto puslapio skiltį „**Geroji patirtis įvairiomis temomis (2023)**“.

Rengiant gerosios patirties aprašus, kviečiame laikytis nustatytų reikalavimų aprašams ir su jais supažindinti ketinančius rašyti kolegas.

Reikalavimai gerosios patirties aprašams:

- 1. Veiklos aprašo viršuje turi būti nurodytas aprašomos temos pavadinimas, renginio pavadinimas, įstaigos pavadinimas, autoriaus vardas, pavardė, pareigos.*
- 2. Veiklos apraše turėtų atsispindėti aprašomos veiklos tikslas, uždaviniai bei įdomiausi ir geriausiai pasisekę veiklos elementai, refleksija. Tai neturėtų būti trumpa ataskaita apie renginį.*
- 3. Veiklos aprašo apimtis – nuo 1 iki 2 p. (A4 formatas), raidžių dydis 12, tarpai tarp eilučių 1,5.*
- 4. Šalia veiklos aprašo galima pateikti 1 ar 2 kokybiškas nuotraukas (neprieštaraujant įstaigoje numatytai tvarkai bei Asmens duomenų teisinės apsaugos įstatymui).*
- 5. Už pateiktą informaciją ir kalbos kultūrą atsako autorius.*

6. *Aprašai, turintys gramatinių klaidų bei neatitikę šių reikalavimų, nebus skelbiami Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro interneto svetainėje.*

Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro archyvuose esančios Jūsų siųstos nuotraukos gali būti panaudotos geriams tikslams – viešinant aktyvių mokyklų veiklas (leidiniuose, lankstinukuose, pranešimuose). Todėl nuotraukų siuntimas laikomas Jūsų sutikimu jas panaudoti.

Gerosios patirties aprašus kviečiame siųsti elektroniniu paštu nijole.paulauskiene@smlpc.lt

Fizinio aktyvumo bei išradingumo linkime per visus šiuos metus!

Nijolė Paulauskienė,
Higienos instituto Sveikatos stiprinimo centro specialistė
Nacionalinio sveikatą stiprinančių mokyklų tinklo ir
aktyvių mokyklų veiklos koordinavimo komisijos sekretorė
Tel. 8 667 43368, el. paštas nijole.paulauskiene@smlpc.lt