



Fizinis aktyvumas-raktas į vaikų emocinę gerovę.

*Parengė Elektrėnų I/d „Pasaka“
ikimokyklinio/priešmokyklinio ugdymo mokytoja-metodininkė
Natalja Markevičienė*

Lietuvos vaikų fizinis aktyvumas

Pasak Lietuvos sporto universiteto prof. dr. Arūno Emeljanovo „...kalbant apie vaikų fizinį aktyvumą, prieš 4 ar 5 metus mes buvome tarp šalių vidutiniokių, tai dabar, leisiu sau pasakyti negražiai, nukritome tarp šalių „lūzerių“.

Kodėl taip yra?



Ką daryti?

- ❖ Skatinti ne tik vaikus, bet ir jų tėvus skirti didesnę dėmesį fiziniam aktyvumui (pvz. į darželį ir iš jo galima atvažiuoti dviračių arba ateiti pėsčiomis).
- ❖ Organizuoti ugdomąją veiklą taip, kad fizinis aktyvumas užimtų bent jau 30 % jos dalies, kad jis būtų tikslus ir įdomus vaikams.
- ❖ Fizinio aktyvumo veiklos turi būti vaikams ne tik įdomios, jos turi atspindėti tos dienos, savaitės ar mėnesio temą.



„Didelis-mažas“



„Kas skrenda, ropoja, šliaužia“



„Kas skrenda, ropoja, šliaužią“



„Spalvų išdaigos“



„Spalvų išdaigos“



„Lietuva mano širdy...“



„Lietuva mano širdy...”



„Lietuva mano širdy...“



„Kas yra vanduo?“



„Kalėdų belaukiant“



AČIŪ ☺

