

Projektas „Augu aktyviai judėdamas“

Projektą finansuojamas valstybės Sporto rėmimo fondo lėšomis, kurį administruoja Švietimo, mokslo ir sporto ministerija ir Švietimo mainų paramos fondas

Projekto idėja - skatinti mokinių fizinį aktyvumą, sukuriant saugią ir judrumui palankią aplinką. Viduklės miestelyje, turinčiame apie 1600 gyventojų, nėra nei vienos 6-11 metų vaikams pritaikytos aktyvaus poilsio aikštelės. Jos nėra ir gimnazijos teritorijoje. Vaikai žaidžia jų amžiui ir ūgiui nepritaikytoje krepšinio aikštelėje. Įrengus saugią, patrauklią ir amžių atitinkančią žaidimo aikštelę būtų patenkintas vaikų poreikis laiptoti, čiuožti, mėtyti kamuolį į krepšį, kaboti, naudojantis treniruokliais stiprinti išvermę.

Kad naudojimasis aikštele būtų patrauklesnis ir skatinantis fizinį pajėgumą bus įkurta "Judručių lyga", parengti lygos nuostatai. "Judručių lyga" veiks 3 dienas per savaitę po 4 valandas, jai vadovaus lygos kapitonas (projekto metu įdarbintas žmogus). Lygos veikloje galės dalyvauti visi norintys 6-11 metų vaikai. Lygos tikslas, kad kuo daugiau vaikų praleistų laiką aktyviai judėdami, gerindami savo fizinio pajėgumo rodiklius. Lygos tikslai bus įgyvendinami dviem kryptimis: fizinio aktyvumo laiko gryname ore ilginimas ir fizinio pajėgumo rodiklių gerinimas. Vaikas galės rinktis ar dalyvauja abiejose kryptyse t. y. stengiasi kuo daugiau praleisti laiką aktyviai judėdamas ir tuo pačiu stiprina fizinę išvermę, gerina rodiklius, ar renkasi vieną, jam labiau patinkančią kryptį. Būtina sąlyga bus ta, kad vaikas, pasirinkdamas jam patogų laiką ir periodiškumą, turės per savaitę lygoje praleisti ne mažiau kaip 3 valandas. Lygos kapitonas, įvertinęs vaiko fizinius duomenis, padės jam išsikelti asmeninius tikslus. Pasirinkęs fizinio pajėgumo rodiklių gerinimą vaikas tikslo sieks dalyvaudamas įvairių savaitių, tokių kaip "Kabikų savaitė", "Lipikų savaitė", "Metikų savaitė" ir "Vikruolių savaitė" veiklose, keturios pasirinktos savaitės atitinkamai kartosis kas mėnesį viso 16 mėnesių (8 mėnesius I-ojo etapo ir 8 mėnesius II- ojo etapo metu). Vaikai treniruosis, lavinsis ir sieks asmeninio rekordo prižiūrimi lygos kapitono ir gimnazijos darbuotojų, savanorių ar tėvų. Visi vaiko rodikliai, tiek startinis aktyvaus buvimo gryname ore laikas, tiek fizinio pajėgumo rodikliai bus fiksuojami kiekvienam lygos dalyviui išduodamame pase. Vaikas, savo nuožiūra, galės fiksuoti pasiekimus kas mėnesį ar kas du, o baigiantis etapui bus organizuojamos Rekordų dienos, kur jis galės pademonstruoti pasiektus rezultatus ir juos užfiksuoti lygos nario pase. Baigiantis projekto įgyvendinimo laikui bus organizuojamas finalinis renginys "Augu aktyviai judėdamas", kurio metu vaikai dar kartą parodys savo pasiekimus, asmeninius rekordus, juos pademonstruodami dalyvaujantiems tėvams, Viduklės miestelio ir gimnazijos bendruomenės nariams. Šio renginio metu kiekvienas vaikas, dalyvavęs "Judručių" lygos veikloje, bus apdovanojamas - gaus pažymėjimą, kuriame bus nurodytas aktyvaus buvimo gryname ore laikas valandomis, o vaikai siekė ir fizinio rodiklių pagerinimo gaus lygos nario ženklelį. Mokiniai, kurie tiek lygos, tiek asmeninius tikslus įgyvendins 100 proc. gaus papildomą prizą - išvyką į baseiną.