****

**„BŪKIME DVASIA IR KŪNU STIPRŪS!“**

Raseinių r. Viduklės Simono Stanevičiaus gimnazija atsiliepia į Sporto rėmimo fondo šūkį „Įkvėpti judėti“ ir nuolat gimnazijos ir miestelio bendruomenei siūlo aktyvias, įdomias, fizinį pajėgumą stiprinančias veiklas.

Nuo 2024 m. liepos 1 d. gimnazijoje įgyvendinamas naujas fizinio aktyvumo projektas „ Būkime dvasia ir kūnu stiprūs!“.

Projekto tikslas - skatinti fizinį aktyvumą ir stiprinti praktinius krašto gynybos įgūdžius.

Įgyvendindami projektą „Būkime dvasia ir kūnu stiprūs!“ sieksime stiprinti praktinius krašto gynybos bei atsparumą krizėms ugdančius išgyvenimo įgūdžius, skatinti pilietiškumą.

Visos projekte numatytos veiklos bus prieinamos ir nemokamos miestelio bendruomenės nariams. Fizinį pajėgumą stiprinančias pratybas 5 mėnesius, 2 kartus per savaitę kartu su vaikais lankys jų tėvai ir/ar seneliai, ar kiti bendruomenės nariai. Du kartus per projekto įgyvendinimo laikotarpį bus organizuojamos 3 dienų trukmės sportinės stovyklos gamtoje, kuriose stovyklaus ne tik įvairaus amžiaus vaikai, bet ir jų tėvai. Auga karta, kuri neturi stovyklavimo įgūdžių, nes nėra to darę. Nežinomybė kelia baimę, tėvai taip pat baiminasi to, kad vaikas praleis naktį gamtoje, tamsoje, kad gali būti nepasiekiamas mobiliu telefonu ir t.t. Kartu lankydami įvairius fizinį aktyvumą skatinančius užsiėmimus, stovyklaudami projekto dalyviai ne tik išmoks tam tikrų įgūdžių, sustiprins sveikatą, bet ir patirs bendravimo ir bendradarbiavimo džiaugsmą, geriau pažins vieni kitus. Aktyvus, sistemingas fizinio aktyvumo užsiėmimų lankymas pagerins fizinius rodiklius - jėgą, ištvermę, greitį, taip pat sustiprins emocinę sveikatą.

Viduklės miestelyje gyvena aktyvi, vyresnio amžiaus šaulių bendruomenė, kuri mielai prisidės prie projekto įgyvendinimo, dalyvaus bendrose veiklose su jaunimu.

Projekto trukmė – 5 mėnesiai.

Projektas bendrai finansuojamas Sporto rėmimo fondo lėšomis, kurias administruoja Nacionalinė sporto agentūra prie Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijos.