



**RESPUBLIKINĖ IKIMOKYKLINIŲ ĮSTAIGŲ DARBUOTOJŲ ASOCIACIJA  
„SVEIKATOS ŽELMENĖLIAI“ IR VILNIAUS LOPŠELIS-DARŽELIS „ŽELMENĖLIAI“  
SVEIKATINIMO AKCIJA  
„Sveikas vaikas – laimingas vaikas“ skirta - Pasaulinei sveikatos dienai paminėti.**

***MASINIS BĖGIMAS „AŠ BĖGU – 2024“***

**APIE AKCIJĄ**

Sveikatinimo akcija „Sveikas vaikas – laimingas vaikas“ skirta Pasaulinei sveikatos dienai paminėti. Akcijos organizatoriai – RIIDA „Sveikatos Želmenėliai“ ir Vilniaus miesto lopšelis-darželis „Želmenėliai“, siekia sudominti visas respublikos ikimokyklinės įstaigų bendruomenes masiniu bėgimu.

**NUOSTATAI**

**I. TIKSLAS**

Populiarinti bėgimo kultūrą Lietuvoje tarp ikimokyklinio ugdymo įstaigų, skatinti ugdytinių ir pedagogų domėjimąsi bėgimu, fiziniu aktyvumu. Formuoti teigiamą požiūrį į bėgimą kaip sveikatinimo priemonę, ugdyti poreikį bėgiojimui drauge su bendraamžiais ar su šeimos nariais. Padėti suvokti bėgiojimo svarbą fizinei ir psichinei sveikatai.

**II. UŽDAVINIAI**

- Įveikti numatytą atstumą iki galo, nesistengiant lenktyniauti.
- Pajauti bėgimo kartu malonumą.

### III. RENGĖJAI

**Organizatoriai:** Respublikinė ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacija „Sveikatos Želmenėliai“ ir Vilniaus miesto lopšelis-darželis „Želmenėliai“.

### IV. DALYVIAI

- Sveikatinimo akcijoje „Aš bėgu – 2024“ kviečiame dalyvauti visas ikimokyklinio ugdymo įstaigas, esančias asociacijos narėmis.
- Sveikatinimo akcijoje „Aš bėgu-2024“ gali dalyvauti vaikai, tėvai, grupių pedagogai.
- Sveikatinimo akcijoje „Aš bėgu-2024“ gali dalyvauti vaikai su šeima, jeigu ugdymas vyksta nuotoliniu būdu.

### V. LAIKAS IR VIETA

Sveikatinimo akcija – masinis bėgimas „Aš bėgu – 2024“ organizuojamas 2024 m. balandžio 5 d. nuo 10.00 val. Masinis bėgimas organizuojamas ikimokyklinės įstaigos teritorijoje, šalia įstaigos esančiame stadione, parke ar kitoje patogioje jums vietoje.

### VI. PRANEŠIMAS APIE DALYVAVIMĄ

Respublikinės ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijos „Sveikatos želmenėliai“ nariai, nutarę, kad dalyvaus akcijoje, užpildo anketą **iki 2024 m. balandžio 4 d.**

**Anketos nuoroda:** <https://forms.gle/oZcuoNsWijVEC6yc7>

### VII. ORGANIZAVIMAS ĮSTAIGOSE

#### **Pasiruošimas renginiui:**

- 2024 m. balandžio 1-4 dienomis įstaigoje organizuojami pokalbiai su vaikais apie Pasaulinę sveikatos dieną. Kodėl ji minima? Apie sveiką gyvenseną. Bėgimą, jo svarbą fizinei ir psichinei sveikatai. Organizuojami kūrybiniai darbai.
- Įstaiga pasigamina kiekvienam dalyviui prisegamas emblemas skritulio formos su užrašu „Aš bėgu – 2024“. (Priedas Nr. 1; emblema)
- Paruošiamos vėliavėlės bėgimo trasai pažymėti.
- **STARTO** ir **FINIŠO** linijos pažymimos užrašais arba simboliais.

#### **Renginio eiga:**

- Masinio bėgimo „Aš bėgu – 2024“ dalyviai dalijami į nedidelius pogrupius. Pogrupiai prisilaikant saugaus atstumo reikalavimų, jiems paskirtu laiku, renkasi sporto aikštelėje, atlieka mankštos pratimus pagal savo nuožiūrą.
- Dalyviai, pagal vaikų amžiaus grupes, sporto aikštelėje pristato pačių sugalvotas skanduotes.
- Prie **STARTO** linijos renkasi po 1 vaikų grupę kartu su pedagogu.

- Bėgimas.
- Prabėgusi grupė grįžta į savo vietą sporto aikštelėje.

**Rekomenduojamas trasos ilgis:**

2-3 metų vaikams - 30 m.

4-5 metų vaikams - 60m.

5-6 metų vaikams - 100 m.

6-7 metų vaikams -120 m.

Esant pageidavimui, trasos ilgis gali būti neribojamas.

Atbėgus prie FINIŠO, kiekvienam dalyviui įteikiamas (pagal įstaigos galimybes) sveikatinimo prizas.

### VIII. DALYVAVUSIŲ ĮSTAIGŲ ATASKAITA

Po masinio bėgimo „Aš bėgu – 2024“ iki 2024 m. balandžio 12 d. įstaigos pateikia ataskaitą apie renginį Vilniaus miesto lopšeliui-darželiui „Želmenėliai“ el.paštu - [sportas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt](mailto:sportas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt); pagal (Priedas Nr. 2).

**Renginio koordinatoriai:**

1. Respublikinės ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijos „Sveikatos Želmenėliai“, prezidentė, lopšelio-darželio „Želmenėliai“ direktorė Rita Juozapaitienė;
2. Respublikinės ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijos „Sveikatos Želmenėliai“ narė, Vilniaus lopšelio-darželio „Želmenėliai“ neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui) Anastasija Beliaziun ir direktoriaus pavaduotoja ugdymui Renata Vaičiulienė;
3. Respublikinės ikimokyklinių įstaigų darbuotojų asociacijos „Sveikatos Želmenėliai“, Vilniaus lopšelio-darželio „Želmenėliai“ nariai.

**Kontaktai pasiteiravimui:**

Vilniaus lopšelis-darželis „Želmenėliai“

Direktoriaus pavaduotoja ugdymui Renata Vaičiulienė ir neformaliojo ugdymo pedagogas (fiziniam ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikų lavinimui) Anastasija Beliaziun.

[sportas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt](mailto:sportas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt) [ugdymas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt](mailto:ugdymas@zelmeneliai.vilnius.lm.lt); telf: 85-2164970





**AKCIJA „SVEIKAS VAIKAS – LAIMINGAS VAIKAS“  
SKIRTA PASAULINEI SVEIKATOS DIENAI PAMINĖTI**

**MASINIS BĖGIMAS „AŠ BĖGU – 2024“**

**DALYVIO ATASKAITA**

| Eil.<br>Nr. | Miestas<br>Ikimokyklinės<br>įstaigos pavadinimas. | Dalyvavo:   |                        |         |                   |
|-------------|---|---|------------------------|---------|-------------------|
|             |   | Vaikų,<br>dalyvavusių<br>bėgime<br>įstaigoje,<br>skaičius | Darbuotojų<br>Skaičius | Iš viso | Šeimų<br>Skaičius |
| 1.          |   |   |                        |         |                   |

- 2 nuotraukos iš jūsų įstaigoje vykusios akcijos „Sveikas vaikas – laimingas vaikas“ skirtos Pasaulinei sveikatos dienai paminėti – MASINIS BĖGIMAS „AŠ BĖGU – 2024“.
- Galite prirašyti komentarą nuotraukai arba išpūdį apie šventę, įdomesnę vaikų atsiliepimą.

Dalyvio ataskaitą parengė:

Vardas, pavardė:

Pareigos:

Telefonas, arba el. paštas:

Mokytojų dalyvavusių akcijoje vardai ir pavardės: