

Sveikos gyvensenos savaitė „Kačiukai kviečia į sveikatos šalį“

S. Varėnos „Nykštuko“ vaikų 1.-d. organizuojamos sveikos gyvensenos savaitės renginiuose „Kačiukai kviečia į sveikatos šalį“ kiekvienai dienai stengtasi suteikti prasme puoselėjant sveiką gyvenseną. Pirmadienis: vyko sveikos gyvensenos savaitės atidarymas. Šventę atidarė kačiukas „Murkliukas“, kuris su vaikais žaidė įvairias estafetes ir pasakojo kaip galima saugoti ir stiprinti sveikatą. Vėliau vyko sveikatos valandėlės grupėse „Sveikata brangiausias turtas“, kurių metu aptarėme kaip užaugti stipriam, sveikam, išvengti ligų, buvo formuojami praktiniai. Antradienis: salėje, grupėse vyko aktyvioji judėjimo dienele: „Judėk sportuok ir būsi sveikas“. Vaikai aktyviai mankštinosi, sportavo, žaidė, lino tuneliukais, šokinėjo barjeriukais. Žaidė žaidimus: „Pavyk uodegą“, „Duok katinui skūron“. Trečiadienis: vyko piešinių konkursas „Valgyk sveikai-būsi didelis ir sveikas“, akcija „Saldumynams- ne“. Vaikai nupiešė mėgstamiausius vaisius ir daržoves. Piešiniai buvo iškabinti grupės stenduose. Ketvirtadienis: sveiko maisto gaminimo valandėlės grupėse „Aš gaminu – paragauk ar skanu“, sulčių spaudimas, salotų gaminimas. Vaikai dėliojo sveiko maisto piramides. Vyko pokalbiai apie sveiką mitybą ir jos įtaką bei reikšmę mūsų sveikatai ir organizmui. Penktadienis: įvyko „Sveikos gyvensenos savaitės uždarymas. Vaikai visą savaitę atliko praktines užduotis, daug sportavo, minė mįsles, žiūrėjo per multimedija filmukus, vaišinosi vaisiais ir daržovėmis, dainavo daineles. Mažiesiems padėjome suvokti sveikos gyvensenos esmę ir suteikėme žinių apie sveikatos svarbą.





