

KUPIŠKIO MOKYKLA  
“VARPELIS”

---

ŽYGIS  
“JUDU IR  
LAISVAI  
KVĖPUOJU”

skirtas Pasaulinei  
sveikatos dienai



**Organizatoriai:**

V. Šemetienė  
I. Michailovienė

2017 metai

## PASAULINĖ SVEIKATOS DIENA

Dažnai girdime pasakymą „sveikata – didžiausias mūsų turtas“ ir dėl to dažniausiai nesiginčijame. Nors sveikata rūpinamės kasdien, tačiau pasaulyje ši diena minima tik kartą per metus – **balandžio 7-ąją**.



## TRUMPAI APIE ŽYGI

**TIKSLAS** - tenkinti genetiškai užkoduotą biologinį vaikų poreikį judėti, skatinti normalų organizmo augimą ir vystymąsi.

### UŽDAVINIAI:

- Stiprinti kvėpuojamuosius raumenis, gilų ritmingą kvėpavimą;
- Ugdyti gebėjimą bendrauti ir bendradarbiauti, laikytis elementarių elgesio taisyklių fizinėje veikloje.

### EIGA:

1. Balandžio 7 dieną 10:30 visi kartu iškeliaujame iš įstaigos kiemo į Kupiškio miesto stadioną;
2. Likusieji žaidžia žaidimus įstaigos teritorijoje su auklėtoja G. Taubiene;
3. Nuėjus į stadioną visi apibėgame (apeiname) pasirinktu tempu visą ratą;
4. Ištvermingiausieji žaidžia žaidimą “Išmušk balioną iš rato”;
5. Sugrįžus į įstaigos kiemą visų dalyvavusių (vaikų, tėvelių ir pedagogų) laukia nedidelės sveikos at-

