



2022-06-21

SPORTO IR SVEIKATINGUMO DIENA JUODŠILIŲ „ŠILO“ GIMNAZIJOJE

Kviečiame visus suaugusius bendruomenės narius daugiau sužinoti apie savo kūną:

11.00-12.00 val. gimnazijos kieme jūsų lauks „VILNIUS SVEIKIAU“ atstovai.

Su Kūno sudėties analizatoriumi, galėsite nemokamai atlikti kūno sudėties analizę, sužinoti savo svorį, kūno masės indeksą, biologinį amžių, riebalų ir raumenų santykį, vandens kiekį kūne bei kitus elementus, kurie leis daugiau sužinoti apie savo kūną.

PROGRAMA

8.00-8.45 val. – klasės valandėlės sveikatingumo tema

9.00–9.20 val. – bendra mankšta gimnazijos stadione

9.20 – 9.40 val. – 5-7 kl. bėgimas „Bėk su Erasmus+“. Apdovanojimai

9.40-10.00 val. – 8-II kl. bėgimas „Bėk su Erasmus+“. Apdovanojimai

10.00-11.00 val. – Sveikatos žaidynės 5 kl. mokiniams (su „VILNIUS SVEIKIAU“)

10.00-11.00 val. – 6-7 kl. orientacinės varžybos gimnazijos teritorijoje/futbolas

10.00-11.00 val. – Tinklinis/krepšinis (8-II kl. berniukai)

10.00-11.00 val. – Joga (8-II kl. mergaitės Sporto salėje)

11.00-11.45 val. – Joga (5-7 kl. mergaitės Sporto salėje)

11.00-11.45 val. – Tinklinis/ krepšinis/futbolas (5-7 kl. berniukai)

11.00-11.45 val. – Susitikimas su karate čempionu Dariumi Petrikausku

11.15-11.45 val. – Orientacinės varžybos gimnazijos teritorijoje (8-II kl.)

11.45-12.15 val. – pietų pertrauka



Veikla organizuojama įgyvendinant Erasmus+ projektą

„Healthy body, healthy mind, healthy environment“

(Projekto Nr. 2020-1-LT01-KA229-078107_1)