

# SVEIKOS GYVENSĖNOS SKATINIMAS

## PROJEKTAS

### *Projekto tikslas*

padidinti Plungės rajono savivaldybės mokinių sveikatos raštingumą bei suformuoti pozityvius jų sveikos gyvensenos įgūdžius.

### *Tikslinės projekto grupės*

6–7 metų vaikai ir  
9–10 klasių mokiniai.

### *Veiklos:*

- Joga;
- Funkcinės treniruotės;
- Mankšta;
- Šiaurietiškas vaikščiojimas;
- Gimnastika;
- Filmų apie sveiką gyvenseną peržiūra ir diskusija;
- Sveikatingumo seminarų organizavimas;
- Pirmosios pagalbos mokymų organizavimas;
- Sveikatingumo savaitės organizavimas;
- Konkursų organizavimas.
- Įrangos, reikalingos fizinio aktyvumo skatinimo užsiėmimams vykdyti, įsigijimas.

### *Numatoma projekto nauda*

padidintas projekto tikslinių grupių sveikatos raštingumas, įdiegti pozityvūs sveikos gyvensenos įgūdžiai.

### *Seikite naujienas:*

[www.plungesvsb.lt](http://www.plungesvsb.lt)

Plungės rajono savivaldybės  
Visuomenės sveikatos biuras

