

TVIRTINU:
Lietuvos asociacijos
“Gimnastika visiems”
prezidentė
Vilma Povilionienė
2026 01 25
Įsakymu Nr. LAGV26-01

Kviečiame ikimokyklinio, mokyklinio ugdymo įstaigas, sporto klubus, bendruomenes ir įvairias organizacijas aktyviai paminėti Europos sporto savaitę dalyvaujant projekte

"BŪK AKTYVUS ŽIEMOS METU SU GIMNASTIKAVISIEMS"

NUOSTATAI

AKTUALUMAS

Nuo 2012 metų Tarptautinė Slidinėjimo Federacija (FIS) inicijavo Pasaulinę sniego dieną. Projekto tikslas – padidinti susidomėjimą žiemos sportu kiekviename šalies regione. Oficialiai sniego diena minima sausio trečiąjį sekmadienį, tačiau atsižvelgiant į oro sąlygas, šis projektas įgauna kitą prasmę. “Būk aktyvus žiemos metu su gimnastika visiems” - apjungs visus renginius, vykstantčius laikotarpiu nuo vasario 1 d. iki 14 d.. Lietuvos asociacija „Sportas visiems“, Geros savijautos klubas „Būk aktyvus“ ir Lietuvos asociacija „Gimnastika visiems“ kviečia savo narius prisijungti prie Europos sporto savaitės #BEACTIVE programos "Būk aktyvus žiemos metu". Tai gali būti puiki proga ugdytinius ar bendruomenės narius supažindinti ir pakviesti išmėginti įvairias žiemos sporto šakas ir drauge atlikti gimnastika visiems mankštą lauke ir veiklas, kurios paskaidrintų nuotaiką ir skatintu būti fiziškai aktyviems šaltuoju metų laiku.

I. TIKSLAS

Padidinti susidomėjimą žiemos sportu, gimnastika visiems mankštą įtraukiant į kasdienę veiklą, bei paskatinti aktyviai gyventi ir šaltuoju metų laiku, tuo pačiu plėtoti ugdymo įstaigų, bendruomeninių organizacijų bendradarbiavimą prisijungiant prie Europos sporto savaitės “BŪK AKTYVUS ŽIEMOS METU SU GIMNASTIKA VISIEMS” paminėjimo savo mieste.

II. UŽDAVINIAI

- Skatinti vaikų ir šeimų fizinį aktyvumą šaltuoju metų laiku.
- Drauge atlikti gimnastika visiems mankštą.
- Atlikti sportinį švietimą bendruomenėje, supažindinant ir įtraukiant įvairias žiemos sporto veiklas lauke.
- Siekti vykdomos veiklos įvairovės, bendradarbiavimo su šeima ir socialiniais partneriais.

III. RENGĖJAI

- Projekto nacionaliniai koordinatoriai Lietuvoje yra Lietuvos asociacija „Sportas visiems“
- Lietuvos asociacija “Gimnastika visiems” ir Geros savijautos GSK „BŪK AKTYVUS” atsakingas už respublikinių renginių registraciją, apibendrinimą ir informacijos sklaidą.
- Lietuvos asociacijų “Būk aktyvus” ir Gimnastika visiems“ nariai ir aktyvios bendruomenės - už veiklų vykdymą savo regione.

IV. DALYVIAI

Projekte užsiregistravusių įstaigų moksleiviai, jų šeimos, įstaigų darbuotojai, mokytojai, miestų ir miestelių bendruomenės bei organizacijos, Geros savijautos klubo „Būk aktyvus“, Lietuvos asociacijos „Gimnastika visiems“ nariai ir kiti aktyvūs bendruomenių nariai.

V. LAIKAS IR VIETA

Europos sporto savaitės “BŪK AKTYVUS ŽIEMOS METU SU GIMNASTIKA VISIEMS” 2026 m. vyks vasario 1 – 14 dienomis, akcijoje dalyvaujančiose bendruomenėse.

VI. PRANEŠIMAS APIE DALYVAVIMĄ

Vadovai ir įstaigos norintys dalyvauti projekte, **registruojasi iki 2026 m. vasario 10 d.** Užsiregistruodami dalyviai patvirtina, kad sutinka jog turi dalyvių/tėvų sutikimus dėl vaikų fotografavimo ir vaizdo medžiagos naudojimo (fotografavimo, filmavimo ir šios medžiagos naudojimo renginio sklaidos tikslams).

Registracijos forma čia: <https://forms.gle/8V5LfrQVyN5pEzXn8>

VII. ORGANIZAVIMAS

Pasiruošimas renginiui:

Į projektą užsiregistravusios įstaigos-vykdytojos per 5 d. d. po registracijos gaus dalyvių diplomus (el. formatu, kuriuos pagal galimybes galės atsispausdinti ir įteikti kiekvienam renginio dalyviui) mankštos, kurią turės atlikti vaizdo įrašą ir muziką. Atsiuntę įvykdytos veiklos ar renginio ataskaitas, turi atsispindėti mankštos ar kitų žiemos sporto veiklos ir gimnastika visiems pratimai. Tai gali būti nuotraukos reels vaizdo filmukai ar pan., Ataskaitas būtina siųsti el. p. info.bukaktyvus@gmail.com. Atsiuntę ataskaitas gaus renginio vykdymo pažymėjimą ir padėką organizacijai. Prie projekto prisijungusios įstaigos sau tinkamu laiku (nuo vasario 1 iki vasario 14 d.) organizuos Sniego dienos veiklas ar renginius. Į veiklasturi būti įtraukta mankšta, kurią gausite po registracijos. Mankštą specialiai šiam projektui kūrė Mažeikių moksleivių namų, šokių studijos SOLO vadovė, šokio mokytoja ekspertė Inga Krikščiukienė. Veiklų metu rekomenduojame bendruomenės narius supažindinti su galimybėmis sportuoti lauke žiemos laiku, metodais stiprinančiais žmogaus sveikatą, atlikti sporto iššūkius, kuriose, pagal galimybes, būtų įtrauktas žiemos inventorius: rogutės, slidės, pačiūžos, ledo ritulys ir kt..

Prašome pasiruošti „atsarginį“ variantą jeigu nebūtų sniego! Šiuo atveju galite imituoti su įvairiomis sportinėmis priemonėmis tam tikras varžybas patalpos viduje, pasiruošti vaizdinę – mokomąją medžiagą ar pan..

VIII. DALYVAVUSIŲ ĮSTAIGŲ ATASKAITA

Įstaigos dalyvavusios projekte iki 2026 m. vasario 17 d. į el. Paštą: info.bukaktyvus@gmail.com turi atsiųsti 2 - 4 kokybiškas renginio akimirkų nuotraukas, kuriose atsispindi vykdyta veikla, užfiksuotas dalyvių skaičius. Taip pat gali būti mankštos ar šokio bei veiklų vaizdo įrašus (neprivaloma!) Jei renginio informaciją talpinate savo socialiniuose ar įstaigos tinklapiuose – Jūsų atsiųsta nuoroda į el. paštą: info.bukaktyvus@gmail.com – pasidalinsime facebook socialiniuose tinkluose. Atsiuntę ataskaitą organizatoriai gaus padėkas.