

**INICIATYVOS „JUDANTI KLASĖ 2022“
ATASKAITA**

**VILNIAUS MARTYNO MAŽVYDO PROGIMNAZIJA:
2m kl. – 25 mokiniai, 5c kl. – 27 mokiniai, 5 kl. mergaičių kvadrato būrelis – 15 mokinių.
Iš viso 67 mokiniai.**

(mokyklos pavadinimas, iniciatyvoje dalyvaujanti klasė, mokinių skaičius)

Iniciatyvos koliažas

**Tema: „Mes už taiką Ukrainoje ir visame pasaulyje!“
(įkelta nuotrauka)**



SPORTAS UŽ TAIKĄ PASAULYJE!

Trumpa įvykdytų užduočių refleksija, akcentuojant įvykdytas užduočių veiklas, patirtį bei išgyventas emocijas

Vilniaus Martyno Mažvydo progimnazijoje bendrojo ugdymo klasėse drauge su lietuvių vaikais mokosi 3 ukrainiečiai. 2m, 5c klasės, kuriose yra ukrainiečių vaikų ir atrinktos dalyvauti „Judanti klasė 2022“ iniciatyvoje.

Martyno Mažvydo progimnazijoje taip pat veikia popietinė mokykla ukrainiečių vaikams. Ją lanko 60 mokinių nuo 7 iki 15 m. iš įvairių Ukrainos vietovių. Šiuos vaikus stengiamasi įtraukti į progimnazijos

renginius, suadrytos sąlygos naudotis sporto baze, sporto inventoriu. Numatyta organizuoti bendrą ukrainiečių ir lietuvių stovyklą vasaros atsostogų metu. Fizinis aktyvumas yra viena iš prioritetinių sričių, padedant jiems sustiprėti emociškai, būti sveikiems, fiziškai aktyviems bei įkvėpti pasitikėjimo, kad Lietuva drauge su jais. Mes - „Judam už Ukrainos vaikus. Būkim sveiki ir saugūs kartu!“.

M. Mažvydo progimnazijos 2m kl., 5c kl., 5 kl. kvadrato būrelio grupė iniciatyvoje „Judanti klasė 2022“ atliko rekomenduotas fizinio ugdymo užduotis:

1 UŽDUOTIS. Rytinė mankšta ir fizinis aktyvumas.

2m kl., 5 kl. kvadrato būrelis, 5c kl.:

Rytinė mankšta namuose arba ėjimas lauke su augintiniu.

Spartus ėjimas į mokyklą arba važiavimas į mokyklą dviračiu, paspirtuku.

REFLEKSIJA

„Rytas po mankštos rodos iškarto atsibundi“ (Oskaras). „Jaučiuosi geriau“ (Eva). „Jaučiuosi sveika, nes darau ryte mankštą“ (Viltė). „Ėjimas su šuniuku – man tarsi ryto meditacija“ (Lėja). „Mankštinausi ir turiu gerą figūrą“ (Rugilė). „Į mokyklą atvažiuodavau su dviračiu“ (Mantas, Lėja). „Patobulinau savo įgūdžius važiuojant paspirtuku“ (Danielius).

2 UŽDUOTIS. Judėjimas pertraukų ir pamokų metu:

2m klasė:

fizinio ugdymo pamoka (plaukimas baseine: apšilimas, šuoliai, trumpų ir ilgų nuotolių plaukimas), futbolo pamoka su Futbolo klubo „Žalgiris“ futbolininkais Josipu Tadic ir Franciu Kyeremeh, šokių pamoka (šokiai pagal „Just dance“).

žygis Kernavėje (ėjimo žygis, kopimas, lipimas laiptais į piliakalnius).

5 kl. kvadrato būrelis:

Pertraukų metu: kieme - gaudynes, „Balta meška“, „Aukščiau žemės“, „Šviesaforas“ ir kt. žaidimus. Mokykloje – stalo tenisą, slėpynes ir kt.

Būrelio metu kvadrato, puskvadračio, badmintono, lėkščiasvydžio, krepšinio, regbio, smiginio, Basalo žaidimas, judriosios estafetės.

5c klasė:

Fizinio ugdymo pamokos (bėgimas, estafetės, judrieji žaidimai, sportiniai žaidimai)

šokio pamokos (įvairūs šokiai)

muzikos pamokos (kūno perkusija ir kt.).

trumpųjų pertraukų metu metimai į krepšį stadione, stalo tenisas m-kloje.

REFLEKSIJA

„Labai patiko šokti pagal „Just dance“ (Simona, Eliza). „Šoko visa klasė, buvo labai linksma“ (Tauras).

„Išmokau plaukti“ (Ugnius). „Įveikiau vandens baimę“ (Arminas). „Man su klasiokais patiko piliakalniai“ (Karolis). „Labai smagu žaisti gaudynes“ (Viltė). „Gerai jaučiuosi pasivaikščiodama pertraukų“ (Gabrielė). „Po fizinio – jaučiuosi daug geriau“. (Viltė). Po fizinio būnu pavargusi, bet labai gerai jaučiuosi emociškai“ (Gabija).

3 UŽDUOTIS. Ilgoji pertrauka.

2m klasė:

- futbolo, krepšinio, kvadrato žaidimas ir virvės traukimas mokyklos kieme, aikštelėse.

5 kl. kvadrato būrelis:

kvadrato, tinklinio, futbolo, krepšinio žaidimas, ėjimas stadione, jogos pratimai.

5c klasė:

Krepšinio, tinklinio, kvadrato, futbolo žaidimas, ėjimas stadione.

R E F L E K S I J A

„Man patiko visas pertraukas žaisti futbolą“ (Džiugas). „Buvo smagu žaisti kvadratą prieš kitą klasę“ (Gustė). „Pirmą kartą traukiau virvę prieš mergaites“. (Aronas). Visada laikiu pertraukų, nes jos aktyvios (Lukas). „Sportuodama pailsiu“. (Gabrielė). „Jaučiuosi atsipalaidavusi nuo pamokų“ (Lėja).

4 UŽDUOTIS. Po pamokinė judėjimo veikla

2m klasė:

futbolas, krepšinis, kvadratas, virvės traukimas mokyklos kieme, aikštelėse.

5 kl. kvadrato būrelis:

Šokiai, važiavimas dviračiu, gimnastikos pratimai, šokiai, plaukimas baseine su šeimos nariais.

Kvadrato komanda: fizinis aktyvumas Baltojo tilto sporto aikštyne; ekskursija Vilniaus m. savivaldybėje, apžiūrint Vilniaus m. sporto trofėjus, taures ir kt.; žygis Vingio parke ir VU botanikos sodo Vingio skyriuje; Talka, tvarkant ir apsoadinant progimnazijos kiemą drauge su mokytojais.

5c klasė:

Sportiniai ir judrieji žaidimai, ėjimas, bėgimas, važiavimas dviračiu, paspirtuku, riedučiais, riedlente.

R E F L E K S I J A

„Kaip gera būti ir sportuoti lauke!“ (Gabrielė). „Labai gerai jaučiuosi, kai pasportuoju“ (Gabija). „Sportuodama pailsiu nuo mokyklos, pailsi smegenys“ (Viltė). „Pasportavus – lengviau ruošti pamokas“ (Amelija).

5 UŽDUOTIS. Savaitgalio veikla su šeimos nariais, bendraklasiais, draugais, komandos nariais.

2m klasė:

dalyvavimas „We Run Vilnius“ varžybose, žygiai su šeima.

5 kl. kvadrato būrelis:

Ėjimo žygiai, bėgimas, važiavimas dviračiu, paspirtuku, sp. žaidimai sp. aikštelėse, pratimai prie lauko ir namų treniruoklių, plaukimas baseine.

5c klasė:

Ėjimo žygiai, važiavimas dviračiu, paspirtuku, bėgimas, dalyvavimas varžybose.

Futbolo klubo „Žalgiris“ Šeimų futbolo festivalio varžybos, estafetės M. Mažvydo progimnazijos stadione.

R E F L E K S I J A

„Man buvo gera ir smagu su savo šeima dalyvauti „WE RUN VILNIUS“ varžybose“ (Eitvilė). „Kiekvieną savaitgalį turėjome žygius, likdavau pavargusi“ (Skaistė). „Puikiai jaučiuosi, būnu pailsėjusi, atsipalaidavusi, galiu susikaupti mokslams“ (Gabrielė). „Po savaitgalio sporto – esu pasiruošusi mokyklai“ (Gabija). „Patinka keliauti, žaisti žaidimų aikštelėse“ (Amelija).

Ataskaitą užpildė (vardas, pavardė, el. pašto adresas):

Mokytoja Veronika Naumova veronika.naumova@mmazvydas.lt

Fizinio ugdymo, kvadrato būrelio mokytoja Vilma Junevičienė vilma.juneviciene@mmazvydas.lt

Fizinio ugdymo mokytojas Povilas Sinkevičius povilas.sinkevicius@mmazvydas.lt