

Skatinkime vaikų fizinio aktyvumo pamokas mokyklose (Action Learning for Children in School, ALCIS)

Jaunimo nepakankamo fizinio aktyvumo problemų sprendimas Europoje

Europos nutukimo tyrimų asociacijos (angl. EASO) duomenimis, kas penktas vaikas Europoje turi antsvorio arba yra nutukęs. Šie nerimą keliantys skaičiai glaudžiai susiję su visuotine fizinio aktyvumo stoka: Europos vaikai tik 5 proc. pamokų laiko praleidžia užsiimdami fizine veikla, ir mažiau nei 10 proc. iš jų atitinka PSO fizinio aktyvumo rekomendacijas. Sportas teigiamai veikia vaikų pažintines funkcijas: atmintį, dėmesį, susikaupimą ir dalyvavimą pamokinėje veikloje. Europos Sąjunga ir Europos fizinės rengybos sektorius pripažįsta, kad dar neišnaudotos visos galimybės siekiant supažindinti Europos jaunimą su sveikatinamojo fizinio aktyvumo nauda.

Atsižvelgdama į mažėjančio fizinio aktyvumo tendenciją, Europos Komisija paskelbė Europos sporto savaitę – iniciatyvą, skirtą sportui ir fiziniam aktyvumui skatinti Europos Sąjungoje. Šiais metais Europos sporto savaitė vyks pirmą kartą ir joje bus gausu sporto renginių kiekvienam, nepriklausomai nuo amžiaus, išsilavinimo ir fizinio pasirengimo lygio. Siekiant padėti sporto srities suinteresuotiesiems subjektams ir veikiančioms nacionalinėms bei vietos iniciatyvoms, bus organizuojamos specialios teminės dienos, skirtos įkvėpti nejudrius europiečius. Vaikų fizinio aktyvumo pamokų mokyklose (angl. ALCIS) projektas sumanytas Europos sporto savaitės pagrindu, o švietimui, sportui ir jaunimui skirtos teminės dienos renginiai vyks 2015 m. rugsėjo 8 d., antradienį.



ALCIS projektas

ALCIS projektas skirtas paskatinti vaikus keisti gyvenimą renkantys fizinio aktyvumo ir streso mažinimo sprendimus, kurie turėtų ilgalaikį poveikį jų gerai savijautai. Projekte derinamos smagios fizinio lavinimo pamokos ir mokomoji medžiaga apie gyvenimo būdo aspektus naudojant „Mano pasirinkimų kalendorių“ (My Choices Planner). Ši pedagoginė priemonė grindžiama metodologija, kuri teikia ne tik informacijos, bet ir moko gyvenimo įgūdžių: kritinio mąstymo, tikslų iškelimo ir savianalizės. Taip jaunuoliams suteikiama galimybė patiems pasirinkti gyvenimo būdą ir jo laikytis. ALCIS tikslas – paskatinti vaikus, jų artimuosius ir draugus gyventi sveikai ir nuolat mankštintis.

Projektas prasidės Europos sporto savaitę (antrą rugsėjo savaitę), užsiėmimai bus pritaikyti 8–12 metų amžiaus vaikams. Renginiai vyks penkiose ES valstybėse narėse, tiesiogiai įtraukiant maždaug 5 000 vaikų, kurie dalyvaus mažiausia keturiuose draugiškuose grupinės mankštos užsiėmimuose. Šis vaikų gerovės projektas padės investuoti į sveiką jaunųjų piliečių ateitį, jų laimę ir produktyvų gyvenimą.



With the support of the
Erasmus+ Sport Programme
of the European Union

This publication reflects the views of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

EuropeActive
Rue Washingtonstraat 40
B-1050 Brussels

Tel: +32 (0) 2 649 90 44
thesecretariat@europeactive.eu
www.europeactive.eu


europeactive
MORE PEOPLE | MORE ACTIVE | MORE OFTEN

