

Projektas „Fizinio aktyvumo nauda ikimokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikams“

Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras įgyvendina projektą „Fizinio aktyvumo nauda ikimokyklinio ir mokyklinio amžiaus vaikams“. Projekto tikslas - Judesio korekcija formuoti taisyklingą vaikų laikyseną, stuburo iškrypimus, nugaros skausmus ir plokščiapėdystę ir formuoti teigiamą požiūrį į sveiką gyvenseną ir fizinį aktyvumą.

**Laikysenos ugdymas** užima svarbią vietą šiuolaikinėje ikimokyklinio ir jaunesniojo mokyklinio amžiaus vaikų sveikatos ugdymo sistemoje. Laikysena formuojasi ikimokykliniame ir jaunesniame mokykliniame amžiuje, todėl vėliau sunkiai koreguojama. Dar ikimokykliniame amžiuje vaikų laikysenai reikia skirti daug dėmesio, nes šiame amžiuje intensyviai auga ir vystosi atramos – judėjimo aparatas, formuojasi atskiros jo dalys.

**Fizinis aktyvumas** yra biologinė vaiko reikmė, todėl sieksime, kad sveikata ir sveikatingumas taptų mokyklos bendruomenės prioritetine sritimi. Šiam tikslui įgyvendinti Plungės rajono savivaldybės visuomenės sveikatos biuras organizuos **5-7 metų amžiaus vaikams** praktinius užsiėmimus su kineziterapeutu, grupines judesio korekcijos treniruotes ir sveikatingumo pertraukėles.

Projekto vykdymo pradžioje ir pabaigoje vyks pirminis vaikų patikrinimas ir plokščiapėdystės laipsnio nustatymas plantografijos metodu (analizuojant pado atspaudus). Bus pildomos anketos, kad užfiksuoti vaikų stuburo, laikysenos pasikeitimus.