

## Sveikatingumo pertraukų savaitė

Kelmės „Aukuro“ pagrindinė mokykla spalio 13-17 d. prisijungė prie respublikoje organizuojamos akcijos. Visą savaitę pertraukų metu vyko įvairūs užsiėmimai, kurie stiprina žmogaus sveikatą, skatina bendruomenės narius aktyviai leisti laisvalaikį, atsipalaiduoti po protinio darbo. Akciją organizavo socialinė pedagogė, visuomenės sveikatos priežiūros specialistė, direktoriaus pavaduotoja ugdymui, muzikos, technologijų, kūno kultūros, dorinio ugdymo mokytojai.

Pirmadienis buvo skirtas Darbo ir poilsio higienai. Mokiniai ir mokytojai per pertraukas rinkosi į aktų salę, kartu su visuomenės sveikatos priežiūros specialiste darė akių mankštą ir pratimus sėdint ant kėdės. Vėliau sprendė kryžiažodžius, už kiekvieną teisingai išspręstą kryžiažodį vaikai gavo po obuolį. Antradienį mokykloje vyko Juoko ir padėkos diena. Pertraukų metu koridoriuose skambėjo nuotaikinga muzika. Mokinių komanda pasivadinsi „Šypsenų patruliais“ visiems mokiniams bei mokytojams prisegė ženklelius - „šypsenėles“ ir juos apkabindavo, linkėdami apsikabinti ir su kitais. Kitą pertrauką visi mokiniai rašė Padėkos laiškus mokytojams, draugams, tėvams. Trečiadienį kūno kultūros mokytojai pravedė

Judėjimo dieną. Per pertraukas mokiniai žaidė stalo tenisą, lauke vyko krepšinio baudų mėtymo varžybos, aktų salėje visi norintys pagal muziką atliko ritminės gimnastikos pratimus. Ketvirtadienį paskyrėme Vandens dienas. Koridoriuose buvo pastatyta geriamo vandens, atsakingi mokiniai kvietė visus atsigerti, pasakojo apie vandens naudą. Technologijų mokytoja vaišino čiobrelių, mėtų ir kitomis



arbatomis. Pentadienis buvo skirtas Tylos dienai. Pertraukų metu skambėjo rami muzika, mokyklos kiemelyje, ant grindinio, mokiniai piešė kreidelėmis įvairius piešinius. Sveikatingumo pertraukų savaitę užbaigėme nuostabia muilo burbulų fiesta. Mokiniai kieme pūtė muilo burbulus, kiti jais grožėjosi, bandė juos pagauti, visų nuotaika buvo puiki.

Socialinė pedagogė Dalia Kančiauskienė