

Sveikatos specialistai tvirtina, kad judėjimas ir sportas – rekomenduojama žmogaus kasdienio gyvenimo dalis. Kaip vieną iš fizinio aktyvumo formų ekspertai išskiria ŠOKĮ.

Penktadienio popietę mokyklos bendruomenė surengė akciją, kurios metu paminėjo **Tarptautinę šokio dieną**. Vidiniame kieme skambėjo muzika, šoko ir mankštinosi visa mokykla, gilino žinias bei teikė patarimus apie sveiką mitybą, gamino sveikuolių salotas, naudojant teikiamas gamtos gėrybes. Nuo pirmoko iki dešimtoko, mokytojai, administracija mankštinosi, mokė vienas kitą įvairių mankštos pratimų ir šokių judesių, šoko pagal muzikos ritmą. Po smagaus šokio, 5-10 klasių mokiniai pristatė sveikuoliškas salotas įvairios profesijos žmonėms.

Penktokai siūlė paragauti „vištakojimis ir rakteliais“ gražiai papuoštų morkų salotų, skirtų kūno kultūros mokytojams. Šeštokai kvietė visus mokytojus vaišintis egzotiškai bei prabangiai paserviruotomis kiaušinių salotomis. Septintokai vaišino bankininkus ir mokytojus morkų bei razinų salotomis. Aštuntokai siūlė nuotaikingas meškinių lapų „Pirmo bučinio“ salotas, ieškantiems poros. Devintokai (kažkodėl likę tik du vaikinai) reklamavo sočias ir prabangias salotas ūkininkams ir mokslininkams, o dešimtokai paruošė „krizines“ salotas bedarbiams.

Vertinimo komisija: mokyklos direktorė Saulė Venckūnienė, pavaduotoja ugdymui Edita Timukienė, biologijos mokytoja Audronė Grigienė bei dailės mokytoja Janina Prascienienė gyrė mokinių išradingumą, kūrybiškumą, estetiškumą, džiaugėsi, kad visis produktai yra natūralūs, turintys daug vitaminų ir mikroelementų, augantys daržuose ir soduose. Komisija liko sužavėta vaikų išradingumu ir žiniomis pasinaudoti gamtos gėrybėmis. Mokinių ruoštose salotose buvo galima rasti įvairių gamtos žolelių: dilgėlių, meškinio česnako, liepos pumpurų, jaunų liepos lapų, garšvos, kiaulpienių.

Pradinukai išradingai piešė patį ilgiausią piešinį, kuriame tilpo ir linksmi žaidimai, ir sveikas maistas, o vyresniųjų klasių mokiniai jėgas išbandė viktorinoje, kūrybinėse užduotyse.

Kalbinti po renginio dešimtokai ir šeštokai džiaugėsi, kad tokios akcijos yra smagios, linksmos, galėtų vykti kiekvieną penktadienį, devintokai Vygantas ir Tadas liūdėjo, kad pabėgo jų merginos, aštuntokas Vladas solidžiai pareiškė: „Visai nieko“, septintokai Aivaras, Lukas ir Arūnė smagiai čiauškėjo, kad akcija „yra geras dalykas“, penktokas Augis sakė, jog į renginį iš pradžių nenorėjo eiti, nes galvojo, jog bus neįdomu, tačiau labai džiaugėsi, kad atėjo.

Apibendrindama akciją, direktoriaus pavaduotoja ugdymui Edita Timukienė įvertino klasių namų darbus: 5 kl. „gražu“, 6 kl. „prabangu“, 7 kl. „estetiška“, 8 kl. „skanu“, 9 kl. „sotu“, 10 kl. „originalu“ ir linkėjo mokiniams, kuo daugiau judėti bei sveikai maitintis.

{wmv}judam{/wmv}